

LA SCIENZA DELLA MENTE



Esiste una sola Verità, la Vita dell'Universo

Essa è una, è il Bene supremo ed è già da sempre in noi, perché ognuno di noi è sempre espressione di essa. Il nostro compito, se vogliamo evolvere e ottenere il meglio in questa vita, è comprendere questa verità, riconoscerla e realizzarla.

I principi della Scienza della Mente

- Nell'universo esiste una sola Vita. Essa è la Vita stessa dell'universo.
- Tutto è uno e tutto è Vita. Non esiste nulla al di fuori della Vita.
- La Vita, o Principio Universale, o Uno, o Dio, è invisibile ma guida ed è presente e si manifesta in ogni cosa visibile.
- La Vita o Principio Universale guida la Legge fondamentale dell'universo, la Legge di Attrazione, che è anche la Legge della Vita e dell'Amore.
- Comprendendo, riconoscendo e realizzando questa Legge in noi, noi diventiamo la Legge stessa, partecipiamo cioè della sua stessa essenza, il che significa che rendiamo noi stessi liberi dalla malattia, dalla sofferenza, dalla povertà, dalla vecchiaia e, perfino, dalla morte.

L'oggetto della Scienza della Mente: imprimere in te nuove credenze

L'oggetto della Scienza della Mente è liberarti dalle tue credenze autolimitanti e autosabotanti, mostrandoti la tua vera relazione, la tua profonda, intima connessione con la Legge Universale, e mostrandoti in tal modo le illimitate possibilità del tuo essere. Le tue infinite potenzialità.

Tu sei il frutto delle tue credenze individuali, ereditarie, sociali, planetarie. Tu sei il frutto del sistema di credenze che ha portato l'umanità, nel suo percorso evolutivo, fino a questo livello del suo sviluppo.

Evoluzione non significa altro che questo: la spinta della Vita ci porta sempre, inevitabilmente, a

procedere avanti, a progredire, e il compito di ogni individuo e di ogni generazione, il compito dell'umanità, è quello di superare ogni volta le condizioni che gli sono date. Il salto evolutivo, l'avanzamento verso un maggiore bene, è sempre determinato dall'eccedere, dal traboccare, oltre la propria condizione, con lo sforzo individuale.

Superare le credenze date è infatti uno sforzo enorme.

**Perché significa andare contro il senso comune,
agire con fede in un senso spesso contro-intuitivo.**

Ma ciò che Helen Wilmans pone come condizione imprescindibile, come fondamento di tutta la Scienza della Mente, come prima istruzione del corso, è il credere: "*Credi, se vuoi essere salvato*".

Dal credere – dal credere a livello profondo, subconscio e perfino cellulare – si innesca il processo di realizzazione della verità, di partecipazione alla natura dell'Essere, attraverso un processo che si svolge essenzialmente in 4 fasi:

- **Credenza.**
Solo credere a una verità mi spinge a mettermi in cerca di quella verità.
- **Riconoscimento-consapevolezza.**
Con la sperimentazione, con la pratica quotidiana, riconosco empiricamente, letteralmente sulla mia pelle, la verità della mia credenza e ne divento progressivamente, giorno dopo giorno, sempre più consapevole.
- **Appropriazione.**
Più divento consapevole della verità più mi approprio di essa, più la faccio mia, fino a che essa diventa parte di me, diventa espressione di me.
- **Realizzazione.** Io e la verità diventiamo uno.
La verità non resta solo un processo di consapevolezza intellettuale o di esperienza pratica, ma realizza se stessa in me, manifestando nella realtà ogni bene e ogni mio desiderio intimamente connesso all'Essenza della Vita.

Tutte le successive lezioni della Scienza della Mente ti condurranno sempre più nel profondo della credenza della verità, per immergerti con progressiva consapevolezza e maturazione nella realizzazione delle tue nuove credenze attraverso una granitica fede in esse.

La verità suprema: tutto è uno

La verità suprema, e di più difficile riconoscimento, perché rompe letteralmente tutti i nostri schemi metafisici, psicologici, culturali e sociali, è che tutto è uno.

L'Universo o Legge dell'Essere o Principio dell'Eterna Vita è sempre è soltanto uno.

Non esiste separazione in esso, non esiste divisione.

Non esiste dualismo, contrapposizione.

Perché allora noi percepiamo le cose come separate? Maschile e Femminile, luce e buio, salute e malattia, ricchezza e povertà, visibile e invisibile... Perché per noi tutto si basa su dualismi, specularità e contrapposizioni?

Perché noi lo percepiamo così in quanto la maturazione della consapevolezza della verità sul nostro piano evolutivo ci ha fatto raggiungere questo livello di comprensione. Il dualismo è una nostra percezione, ed è esso stesso una nostra credenza, una credenza di specie.

Per tale motivo, pur essendo uno sul piano invisibile, l'Universo ai nostri occhi si manifesta in modo dualistico sul piano visibile. Anche "visibile" e "invisibile", come tutte le altre parole e gli altri concetti "dualistici", sono d'altronde sempre parole e concetti relativi, corrispondono cioè al nostro grado di comprensione e al nostro linguaggio di questo piano evolutivo.

La chiave evolutiva: il metodo della Scienza della Mente

Raggiungiamo così, fin dalla prima lezione, il cuore della metodologia e del pensiero (e accediamo ad alcune delle più straordinarie, illuminate pagine sulla visione spirituale della scienza e sull'integrazione tra scienza e spiritualità) di Helen Wilmans: l'evoluzione.

L'umanità è in viaggio, un viaggio alla scoperta di ogni potenzialità della Vita.

La realtà è un processo in continua crescita, in continuo cammino verso espressioni sempre più elevate e grandiose delle possibilità della Vita. La Vita stessa si conosce attraverso questo processo evolutivo, attraverso la continua creazione-espressione di ogni sua possibilità.

Tutto è sempre e da sempre latente nella Vita o Principio Universale, e solo negli organismi, solo nelle forme di vita che si evolvono la Vita può trovare espressione e il riconoscimento stesso della propria maestosità.

Solo manifestandosi nelle e dalle forme di vita in evoluzione la Vita, in altri termini, può conoscersi.

La Vita è il Supremo Contenuto, ogni forma di vita un sempre migliore e più raffinato contenitore.

Vi è un interscambio continuo, una meraviglia danza evolutiva in atto, tra “Creatore” e “Creato”: il “Creatore”, la Vita, spinge sempre le forme di vita a evolversi per esprimere e riconoscere le proprie possibilità infinite, e solo l'evoluzione delle forme di vita, attraverso il processo di riconoscimento, appropriazione e realizzazione di forme sempre più evolute di verità, permette alla Vita stessa di manifestarsi e, in ultima analisi, di conoscersi e realizzare le proprie infinite potenzialità.

In un passaggio meraviglioso di questa prima lezione Helen Wilmans poeticamente sintetizza questa suprema intuizione con queste parole:

“Troviamo dunque il nostro punto di partenza milioni di secoli fa, nel torpore e nell'ottusità di quei rozzi inizi dell'intelligenza come la manifestano le rocce? Chi può dire che abbiamo mai avuto un inizio?”

Noi dobbiamo essere stati latenti nella mente eterna da sempre.

Ci fu però un tempo in cui eravamo pensati come individualità, ma non eravamo ancora manifestati come individualità. Modellare il nostro ambiente secondo la nostra intenzione e volontà è il segreto della Scienza della Mente che queste lezioni cercano di svelare.

In passato siamo stati impotenti perché non conoscevamo la nostra forza, non perché non possediamo la forza”.

Noi perciò siamo parte di un processo evolutivo.

E tocca a noi fare la nostra parte, perché noi oggi siamo il frutto dell'evoluzione di tutti gli individui passati, del lavoro di cambiamento, dello sforzo di superamento delle condizioni date e delle credenze che le determinavano.

**Noi siamo il punto di arrivo e di inizio. La fine e la partenza.
L'oblio e la speranza. La morte e la rinascita.
L'Alfa e l'Omega.**

Il nostro compito, in questa fase evolutiva, è quello di evolvere da una comprensione appena sfiorata della Legge alla sua piena realizzazione, per superare le credenze determinate da un'errata comprensione della verità e accedere a un piano evolutivo di consapevolezza e di pensiero realizzati, in cui, grazie alla realizzazione della verità, possiamo superare i limiti che le attuali

credenze ci impongono e che determinano lo stato di infelicità, povertà, malattia, disagio e sofferenza che l'attuale società planetaria sta vivendo.

La seconda verità: tutto è Bene, il male non esiste

La seconda verità su cui si fonda la Scienza della Mente e che è intrinseca conseguenza della prima è che il male non esiste.

Se tutto è uno, e se tutto è Vita, può esistere solo il Bene. Non può esistere un "oggetto", un "concetto" o una realtà separata dal Bene e in lotta con esso.

Helen Wilmans sostituisce i termini assoluti di "bene" e "male" con i termini relativi di "positivo" e "negativo".

Osservandola dal punto di vista evolutivo, la sostituzione diventa chiara e straordinariamente efficace, e getta fin da subito una luce completamente nuova sulla realtà e sulla vita.

Tutto è in processo, tutto è sempre in cambiamento. La spinta evolutiva della Vita ci porta sempre a superare l'ordine delle cose e a raggiungere un piano più elevato e condizioni migliori. Ci porta sempre cioè da una condizione negativa a una positiva.

Ma “negativo” e “positivo”, ancora una volta, non sono termini assoluti: ogni processo ci porta a una condizione positiva rispetto a una precedente condizione negativa, ma quella condizione positiva raggiunta sarà a sua volta una condizione negativa per una successiva condizione positiva, raggiunta grazie al nostro sforzo di superamento della condizione precedente.

E così via, in un continuo processo di miglioramento.

Tutto è in processo dal positivo al negativo, come nei poli di un magnete: ogni polo positivo di un polo negativo è il polo negativo di un altro polo positivo. Tutto è un continuo processo di cambiamento e di evoluzione da una fase più negativa a una fase più positiva.

Attenzione però, va ribadito: dal negativo al positivo non significa non dal male al bene. Non si tratta del percorso da una condizione assoluta di perdizione a una condizione ideale di perfezione, ma di un processo continuo di cambiamento, sempre perfetto nel suo momento e sempre non completo.

Sinonimi di “negativo” sono infatti per la Wilmans “acerbo” e “ignorante” e di “positivo” “maturo” e “intelligente”.

Non solo perciò il male non esiste, ma non esiste neppure, da questo punto di vista, una condizione completamente negativa, intendendo con questo una dualistica contrapposizione tra negativo e positivo.

Il negativo anzi, come approfondirai nelle prossime lezioni, è una condizione necessaria per il positivo, perché solo esso ti permette di riconoscere la direzione verso il positivo. Il negativo, insomma, è il trampolino necessario per il positivo e intorno a questi due poli ruota la nostra esistenza, il nostro cammino evolutivo individuale, sociale e planetario.

Tratto dall'Ebook:

[Helen Wilmans - Corso completo in Scienza della Mente - Area 51 Publishing](#)