

La Magia dell'Ascoltare



Un'attività umana spesso trascurata e poco apprezzata è ascoltare. Secondo le letture di Edgar Cayce l'ascolto ha dei benefici che consideriamo raramente. Esploriamo alcune intuizioni di Cayce.

Siate un Buon Ascoltatore

Le letture insegnano che “la conoscenza più grande viene ottenuta ascoltando” e “si può imparare di più ascoltando.” Tuttavia egli spesso ci avverte di non ascoltare troppo quello che gli altri dicono. Dobbiamo trovare la nostra propria strada nella vita, collaborando sempre ma non andando mai contro ciò che sentiamo nel profondo di noi stessi.

Ecco un esempio:

“L'entità dipende dagli altri, ma mette in questione l'opportunità di ascoltare gli altri. Essa dovrebbe ascoltare più spesso gli impulsi nel sé. Perché l'entità è più prossima ad essere un esempio per gli altri di quanto l'entità non se ne attribuisca il merito o permetta agli altri di pensarlo. Troppo spesso l'entità trova che, quando ha fatto una scelta, il giorno dopo essa dubita se avesse dovuto cambiare o se non avesse dovuto fare qualcos'altro! Perché? Perché ascolti troppo gli altri! Sappi che il tuo corpo, la tua mente, la tua anima, è una manifestazione di Dio sulla Terra - come lo è ogni altra anima. Tutto il bene, quindi, tutto il Dio, quindi, che tu puoi conoscere è manifestato dentro e attraverso te stessa, e non ciò che qualcun altro pensa, non ciò che qualcun altro fa! Ed Egli ha promesso, ‘io non ti lascerò mai - io non ti abbandonerò mai’, eccetto che TU - come individuo con il libero arbitrio - non Lo rigetti o Lo rifiuti, per chiedere consiglio a qualche altra fonte.”

La sintonia più profonda di Cayce spesso parlò dell'ascoltare la “voce interiore”. Forse ricordate come Elia cercò Dio nelle forze del potere e della maestà, ma Lo trovò nella “piccola voce silenziosa dentro di sé.”

Ascoltate la Voce Interiore

“E’ meglio se continui ad ascoltare, ma ascolta dentro di te; finché ci sarà la consapevolezza riguardo ai mezzi e alle maniere migliori nell’uso quotidiano della comprensione come esperienza costruttiva in questo istante.” Per questo ci vuole del tempo. Ho trovato che ci possono volere dei giorni di ascolto dentro di sé per ottenere un senso chiaro sulla guida interiore. L’ascolto interiore richiede tempo e pazienza.

“L’entità ha raggiunto molto, cosa che è espressa al momento nelle interpretazioni di quelle cose suggerite dall’ascolto della voce interiore e delle attività di cose pertinenti all’atteggiamento spirituale. Così l’entità può mettersi in sintonia con quelle attività nelle quali può arrivare al presente il risveglio maggiore.”

Dobbiamo tenerci aperti alla guida interiore. Persino nel bel mezzo di una conversazione prendetevi un momento per esaminare i regni interiori della vostra coscienza per udire qualche sussurro di intuizione e direzione. “Se mantenete le vie aperte, se ascoltate la voce interiore, Egli può comunicare con voi e può mostrarvi le verità e i sentieri e le vie della vita che conducono alla comprensione.”

Naturalmente la vita può a volte diventare molto difficile ed esigente, rendendolo quasi impossibile per voi udire la sottile guida interiore. Cayce dice che dobbiamo semplicemente mettere da parte quelle cose che ci distraggono, ci sopraffanno, o non saremo in grado di udire le cose migliori. “ Fate che quelle cose, quelle esperienze che sono state d’intralcio, siano allontanate da voi nella vostra ricerca di Lui. Fate che la gioia del servizio, per amor del Suo nome, sia come una luce guida per queste cose che fate e dite giorno per giorno. Fate che quello scopo che fu in Lui sia il vostro scopo, la vostra meta, il vostro desiderio. Continuate a stare in ascolto, in ascolto, per udire quelle promesse che sono vostre. E quanto a come e dove le potete trovare - è nelle piccole gentilezze, nella sopportazione, nella dolcezza che potete dimostrare persino sotto stress, persino nella difficoltà. Perché non è impossibile scoprire le Sue vie. Ma cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto.”

Oggi giorno pochi cercano l’aiuto di Dio e di Cristo eccetto quando ogni speranza se ne è andata. Anche allora la maggior parte dubita nel proprio cuore che Dio risponda alle preghiere. A questo Cayce replica con forza: “Egli è molto vicino a tutti quelli che fanno appello al Suo sacro nome. Egli ha promesso e le Sue promesse sono sicure, per voi, per VOI, per V-O-I! Non ascoltando quelle paure, bensì ascoltando quelle cose che avete udito durante quei giorni in cui quelle meraviglie fecero parte così intimamente della vostra esperienza. Abbracciatelo ORA, proprio come faceste quel giorno glorioso in cui la Terra vide ed udì il suo Re, il suo Artefice. Così potete anche voi assumere Dio, in Lui, e diventare una parte dei Suoi rapporti con l’uomo!”

Ascoltate la Musica

Una forma di ascolto che secondo Cayce ci aiuterà ad andare oltre le nostre limitazioni e il predominio di questo mondo è l'ascolto della musica. "Impara la musica. Essa fa parte della bellezza dello spirito. Perché ricorda, la musica sola può gettare un ponte nello spazio fra il finito e l'infinito. Nell'armonia del suono, nell'armonia del colore, persino nell'armonia del movimento stesso la sua bellezza è del tutto simile a quella espressione del sé dell'anima nell'armonia della mente, se viene usata correttamente nel rapporto con il corpo. Non che la musica debba avere una parte maggiore nella tua vita, ma fa che gran parte della tua vita sia controllata dalla stessa armonia che c'è nella musica migliore; sì, e anche nella peggiore; poiché anch'essa ha il suo posto."

"Osserva la differenza che si può fare al sé ascoltando la musica."

Cayce incoraggiò una persona, che si stava rovinando la salute per il troppo lavoro e le preoccupazioni, a riposarsi nella magia della musica, perché diversamente da così tante altre cose che avrebbe potuto fare per riposarsi, la musica l'avrebbe calmata sufficientemente per ringiovanirla. "Via via che la vitalità viene ripresa attraverso l'attività mentale, il cambiamento del pensiero può richiamare un riposo. Il corpo dovrebbe essere capace di trovare rilassamento nel sedersi e leggere un buon libro, ma al momento non può farlo perché troppe altre cose affollano la mente. Il corpo dovrebbe essere in grado di camminare per un certo tempo, vedere le bellezze nella natura e trovare riposo, ma non può farlo al presente perché troppe altre cose si affollano nella mente. Il corpo dovrebbe essere capace di riposarsi ascoltando la musica!"

La Meditazione è Ascoltare



Come forse sapete, Cayce incoraggiò noi tutti ad imparare a meditare e a praticarlo regolarmente. Egli spiegò che "la preghiera è supplica a Dio e la meditazione è ascoltare la Sua risposta. Pregate e ascoltate. Trenta minuti di preghiera, trenta minuti di ascolto della risposta di Dio alla vostra preghiera."

Pianificare il tempo per questa attività è importante. "Quindi stabilite determinati periodi per la preghiera; stabilite determinati periodi per la meditazione. Conosciate la differenza fra le due cose. La preghiera, in breve, è fare appello al divino nel sé e la meditazione è stare immobili nel corpo, nella mente, nel cuore, ascoltando, ascoltando la voce del vostro Artefice."

I Morti stanno Ascoltando

In fine, ricercando le letture per questo articolo, mi imbattei in uno delle letture più strane sull' "ascolto". Parla di come i morti stanno sempre in ascolto delle voci dei propri cari e ci istruisce di pregare per i nostri cari defunti. "Sì, pregate spesso per coloro che sono morti. E' un bene, perché Dio è il Dio dei viventi. Quelli che sono passati attraverso l'altra porta di Dio spesso ascoltano, ascoltano la voce di coloro che essi hanno amato sulla Terra. La cosa più vicina e più cara di cui sono stati coscienti nella coscienza Terrena. E le preghiere di altri che sono ancora sulla terra possono ascendere al trono di Dio e l'angelo di ogni entità sta davanti al trono per fare intercessione." (3954-1)

Ascoltare è una capacità che ha bisogno di essere sviluppata. Cercate di passare del tempo coscientemente consapevoli del fatto se o meno state ascoltando o se vi state solo preoccupando, se state pensando, facendo qualcosa, reagendo o facendo la vostra routine. Ascoltare in uno spirito cooperativo gli altri, la vostra stessa voce interiore, lo Spirito di Dio che vi guida e nei momenti tranquilli con la musica è una magia che non dovremmo ignorare.

Personal Spirituality, ottobre 2002