

## LA MEMORIA E LA CONCENTRAZIONE

D- Perché è difficile per me ricordare?

R- Non è difficile ! Piuttosto il sé si è allenato per dimenticare ! Vedi che la differenza fra dimenticare e ricordare è--- memoria vuol dire esercitare il sé interiore in relazione al pensiero. Riconoscere che la memoria è scarsa è come dire che non pensi molto. Dimenticare vuol dire che il pensiero diventa ego-centrico, perché memoria è pensiero—proprio come pensiero è memoria portata in prima linea per mezzo di associazioni di idee. 69-2

Quando gli individui dimenticano è soprattutto perché qualcosa dentro di loro, tutta la loro coscienza interiore, si è ribellata—e essi si preparano a dimenticare. 5022-1

Troviamo in Mercurio le influenze elevate, come viene manifestato nelle capacità dell'entità di ricordare nonché di dimenticare. Perché la capacità nella manifestazione di essere in grado di dimenticare è tanto una virtù quanto la capacità di ricordare. 2443-1

Ricorda che l'anima non dimentica mai. Perché è eterna. 2425-1

D- E' la memoria pensiero, o il pensiero memoria?

R- Con l'evoluzione dell'individuo il pensiero diventa una parte della memoria...Fisicamente, memoria e pensiero non sono sinonimi, e nemmeno hanno lo stesso inizio nelle forze fisiche. In quello della forza dell'anima e dello spirito diventano lo stesso nell'evoluzione. 3744-2

D- Spiegate che cosa significa “in quello delle forze dello spirito e dell'anima pensiero e memoria sono come l'entità.”

R- ...Un'entità materiale può chiedersi se il pensiero è memoria, o la memoria pensiero, perché troviamo che l'immanenza delle forze subconscie, nell'entità spirituale, che entrano nei livelli materiali, porta gradualmente il pensiero dello sviluppo necessario per lo sviluppo dell'entità verso il regno superiore. Quindi dove la volontà rientra nella condizione di essere l'opposizione delle forze dell'anima e dello spirito. Perché troviamo, quando il pensiero prende possesso dell'anima o dell'essere più intimi di un'entità, questo fa parte della memoria necessaria allo sviluppo dell'entità; quando tali condizioni vengono allontanate intenzionalmente per le condizioni più leggere che rimuoverebbero l'ambiente necessario, il corpo esercita pensiero e memoria con la forza della volontà. Non che un'entità debba entrare in una condizione che squilibrerebbe la mente (parliamo di quella cosciente) a tal punto da procurarsi la condanna, ma piuttosto quella che equilibra la mente, perché riportare la condanna da parte di altre menti diventa l'ambiente nella mente stessa. Separa queste. Metti queste in correlazione come verità date qui, perché questa è la base dell'eredità e dell'ambiente. 900-23

D- Come posso ottenere una memoria migliore?

R- ...Come ti applichi, come chiedi, come ti manifesti, come richiami alla mente—ricordi sempre più cose. Questa è la memoria. Perché sappi che il principio di base viene in Lui come Egli ha dato : “Porterò tutte le cose alla vostra memoria dalle fondamenta del mondo” (Isaia 40:21).

Non pensate quindi che la mente di un individuo attivo possa mai essere tale da essere sovraccarico di memorie, ma fanne sempre un'influenza utile. 1206-13

Non studiare o ponderare —ciò che si può chiamare—duramente o troppo a lungo. Piuttosto studia, pondera la cosa e fa subito riposare il corpo fisico. Allora il sé mentale ha la possibilità di assimilarla. 416-10

D- Come può il corpo migliorare la memoria e la forza di concentrazione?

R- Agendo in quella maniera in cui il sé si perde in ciò che sta facendo. Questo è il modo migliore per perdere la coscienza di sé e per guadagnare forza di personalità e per essere soltanto se stessi. 5420-1

D- Come posso migliorare la memoria e la concentrazione?

R- Studia bene quello che è stato dato attraverso queste fonti sulla meditazione. Attraverso la meditazione si può ottenere l'aiuto maggiore. 987-2

D- Perché la [mia] memoria sembra scarsa - quando ho davvero una memoria molto buona - e perché sembro incapace di sviluppare delle idee originali?

R- Hai usato la tua memoria come una cosa creativa? Soltanto ciò che è creativo cresce. La tua memoria, ricorda, è come la Via ha dato: "Se ti applichi porterò alla tua rimembranza tutte le cose dalla fondazione del mondo." Che cosa manca? E' la coordinazione della tua mente, del tuo corpo, dell'intento della tua anima rispetto alla prima causa, il primo principio, l'amore. Perché Dio ha così amato il mondo che Egli ha dato del Suo, il proprio Figlio affinché tu, come individuo, potessi avere accesso al Padre. 4083-2 M.55 4/12/44

D- Che cosa può fare l'entità per acuire la sua memoria per i nomi, le direzioni, le persone?

R- . . . associa questi con posti, condizioni, circostanze . . .

Così, nell'acuire la memoria, l'associazione di questi con luoghi, date, tempi, determina il disegno, per così dire, di tutto il quadro. 189-3 F.42 4/22/37

D- Perché trovo relativamente facile tenere in mente i dettagli di qualche argomento mentre lo insegno, e poi, dopo un periodo di alcuni mesi soltanto, ho un ricordo così vago dei dettagli che una volta erano così familiari?

R- Le capacità di vivere oggi! E tu lo possiedi, ma è un modo di vivere. 33343-1 M.36 11/1/43

D- Che cosa si dovrebbe fare per la perdita della memoria?

R- La memoria non è persa. Non esiste tale cosa come la perdita di memoria - c'è soltanto il bisogno di rendere l'individuo consapevole di ciò che deve essere portato all'attività materiale. Stimolare i centri in mezzo alle forze sensorie del corpo - cioè, il sistema nervoso sensorio fra le spalle e la testa e la nuca - per mezzo dei massaggi . . . aiuterà a coordinare meglio il sistema simpatico e quello cerebrospinale - o capace di una memoria migliore, abilità migliore di richiamare alla mente quello che si desidera ricordare . . . 1711-2 F.59 3/4/40

D- Che cosa aiuterà la memoria?

R- [Il trattamento indicato], con gli atteggiamenti mentali. Ricorda, ci vuole l'attività concertata di corpo, mente e scopo - o spirito per ricordare che non devi impazzire, che non devi avere rancori, che non devi permetterti di irritarti. Così, esercitando la mente in questo modo, con un corpo migliorato, c'è una memoria migliore. 1965-2 M.58 5/2/41

D- Siamo troppo drastici con lui o non siamo sufficientemente drastici nei nostri metodi disciplinari?

R- . . . Ci sono delle pressioni che causano animosità, odi, ribellione nel corpo, a causa del modo in cui ci sono dei riflessi verso il cervello. Non che non ci sia il cervello, ma ci sono tali mancanze di coordinazione per quanto riguarda i suggerimenti da far diventare ribelle il corpo e da fargli dimenticare.

Nella maggior parte dei casi quando gli individui dimenticano è perché qualcosa dentro di loro, tutta la loro coscienza interiore, si è ribellata - ed essi si preparano a dimenticare. 5022-1 M.9

. . . i riflessi alle reazioni nelle forze sensorie si stanno gradualmente deteriorando, così che la

manca di memoria avviene gradualmente, o l'incapacità di trattenere una riflessione visualizzata... 2598-1 F.64 10/6/41

D- Mi potete dare dei suggerimenti su come posso migliorare il mio lavoro a scuola, e la mia memoria?

R- Lascia che sia piuttosto così: Ciò che vuoi raggiungere negli studi per quanto riguarda un testo, una tesi o una teoria - rimugini la cosa, per così dire, nella tua mente, nella tua coscienza. Poi mettila da parte e medita piuttosto sulla sua applicazione. . . Fa questo specialmente subito prima di riposarti . . . o nel sonno. E troverai che la tua memoria, la tua capacità di analizzare, la tua capacità di mantenere e conservare dei principi più grandi sarà la tua esperienza.

Perché ricordati che il principio è del tutto fisico, mentale e spirituale allo stesso modo. . . Perciò nell'applicazione fisica tu passi, attraverso l'occhio fisico, all'orecchio o attraverso l'orecchio, o attraverso il senso di coscienza, ciò che è una legge fisica o una tesi fisica, una teoria fisica. Questa la passi per farla giudicare alla tua coscienza mentale, e, nel mettere da parte la tua coscienza fisica, gli attributi spirituali la registrano, per così dire, nel tuo vero sé. . .

D- Ho avuto dei lampi di vite passate - un norvegese, uno spagnolo al tempo di Ponce de Leon, uno di essere sulla nave di Colombo, un soldato romano, un indiano americano. Sono queste impressioni da incarnazioni passate? Per favore spiegate.

R- Come appena indicato, il corpo è corpo, mente, anima. Bada a queste impressioni. Sono dei lampi di periodi di esperienze materiali che hanno avuto un'influenza - proprio come è stato indicato come puoi svilupparti per applicare la tua mente nei tuoi studi o in ogni cosa che intraprendi - questo può diventare una parte del vero sé.

Queste sono, come esempi, delle esperienze materiali come soggiorni. Perché, come è stato indicato, non tutte le dimore [incarnazioni] sulla terra sono state date [nel reading sulla vita].

Perché, come illustrazioni: Hai sperimentato molto dell'esperienza indiana attraverso il soggiorno a Salem - cioè, per mezzo di frequentazioni.

Ponce de Leon e lo spagnolo - questi li troverai man mano che approfondisci l'interpretazione - sono lo stesso.

E i lampi del norvegese - un'esperienza reale. 1581-2 M.12 3/26/39