

165) IL BATTITO DEL CUORE DI DIO

- Miglioriamo il nostro ascolto spirituale -

RIUNIONE PIC 29 APRILE 2023

Pace del Signore. In questo approfondimento parleremo della **“diffusione dell’ascolto di Dio”**. Miglioreremo questa parte e vedremo poi un cambiamento pratico anche nella nostra piccola comunità. Vorrei qualificare meglio questo “ascolto di Dio”, approfondirlo ancora di più con una serie di esempi per comprenderne l’importanza.

In pratica, più regolarmente “ascolteremo” il Signore (è un qualcosa di molto più profondo e ampio che con le parole non è facile sintetizzare) e più avremo poi chiarezza nel percepire il Suo Ritorno, i momenti, il modo, la preparazione ecc.

Mentre pensavo a questo, mi sono ricordato che giorni fa ho ascoltato un programma in cui c’era uno scrittore, anche musicista, che parlava di questo “ascolto” come il primo senso fisico che l’individuo quando nasce inizia a sviluppare. **Sto parlando del battito del cuore della mamma.** È la prima cosa che un individuo ascolta. C’è anche il suo cuore, certo, come anche la respirazione, ma nel battito del cuore della mamma ricordiamo qualcosa che poi ci accompagna tutta la vita. È un po’ come un **metronomo**, che stabilisce il tempo nella musica. Questo cuore è come se fosse una specie di regolatore di più di alcuni ritmi. È come una specie di cadenza, forse è il primissimo **“imprinting”** che abbiamo ascoltato e che ha poi determinato la nostra crescita. Infatti anche da adulti ci accorgiamo che c’è qualcosa in questa “musicalità” che ricordiamo e che andiamo a cercare.

Se ci fate caso nel mondo c’è uno sfasamento dei tempi, più andiamo avanti più si è fuori fase. Si corre troppo, ci si deprime troppo, ci sono disturbi legati allo stress, all’ansia, e anche attraverso la *musicoterapia* hanno scoperto che, tra le varie cose, riproporre questo ritmo o dei suoni stabili, rassicuranti, che ripetono un po’ questa cadenza, aiuta e può essere utile a tranquillizzare il nostro vivere ritrovando un elemento base.

Potremmo chiederci: “Va bene, posso avere nel mio inconscio il ricordo di questo “battito” del cuore di mia madre, sentire quindi una certa calma, **ma nello spirito, noi, che ricordo abbiamo di Dio Creatore?** Ce l’abbiamo questo ricordo? C’è qualcosa che abbiamo preascoltato prima di nascere? **Esiste un “battito di Dio?”** Mi sono fatto queste domande molte volte e penso di sì.

Anche la scienza, indirettamente, dà una sua interpretazione. Per esempio, hanno scoperto ormai da decenni che nello spazio esiste una "radiazione di fondo", così viene chiamata, che gli scienziati pensano essere un residuo dell'universo quando si formò. Noi Cristiani diremmo "un residuo della creazione". Si può immaginare come un'onda sinusoidale, anche la musica può esprimersi attraverso questo tipo di onde. È come se fosse una specie di nota bassa di Dio che è rimasta o che è presente, che permea tutto il "creato", lo pervade. Nelle chiese d'Oriente ci sono molte dottrine basate sui suoni. A noi non interessa, però che esista l'idea dell'esistenza di una comunicazione "primaria", originaria, antica di Dio che ci circonda è plausibile. Almeno io penso esista. Come esiste il ricordo del battito del cuore di una madre, così esiste questo ricordo di una presenza di Dio che si ripete, dandoci una specie di cadenza. Il "suono" associato a Dio non è una cosa sbagliata, in **Giovanni 1:14** leggiamo "E la Parola è diventata carne e ha abitato per un tempo fra di noi, piena di grazia e di verità; e noi abbiamo contemplato la sua gloria, gloria come di unigenito dal Padre." La "parola" è qualcosa che si esprime con un suono e quando i due di Emmaus (**Luca 24**) dicevano che il loro cuore ardeva all'udire le parole di Gesù risorto, ciò era dovuto a questa "risonanza" ovvero un vibrare alla stessa frequenza di quella di Dio. C'è qualcosa in noi che quando si avvicina a Dio ci fa sentire "particolari", intonati, pieni. Un qualcosa di assolutamente buono! Inoltre c'è anche una preghiera particolare, abbastanza antica, che viene diffusa nella pratica ascetica delle chiese ortodosse dell'Est, ad esempio in Russia, e viene chiamata "preghiera del cuore". A questo proposito vi invito a leggere questo dossier:

<https://www.ilritorno.it/images/documenti/dossier/PREGHIERA%20%20OGGI%20-%20COME%20E%20QUANDO.pdf>

Questa preghiera viene chiamata anche "esicasmo" che dal greco ho letto significa "calma, pace, tranquillità, assenza di preoccupazioni". In pratica, questo tipo di preghiera si fa ripetendo una frase del Vangelo o della Scrittura in continuazione e si va ad accordare ai battiti del nostro cuore. Quindi c'è sempre questa assonanza, questa intonazione. Tutto ciò costituisce un sottofondo che permette alla mente di riposare in un "posto tranquillo". È come quando si fa una passeggiata e ci si trova in un ambiente sereno. Già quello, aiuta. C'è dunque una musicalità, calma e ordinata che viene da Dio. Questa, la si può accostare al trascorrere i giorni del tempo terreno. **La musica, il tempo, il cuore.** Tutte e tre hanno delle cose in comune. Per esempio, in uno spartito musicale vi sono divisioni, battute, tempo. Quest'ultimo scandisce il ritmo. Leggevo che una canzone, in genere, è suddivisa in sette parti (*intro, strofa, inciso, ritornello, cosa, special, ponte*). La parte principale di una canzone, (che è essa stessa un pensiero, una poesia, una preghiera, la vita stessa raccontata con l'ausilio della musica) il "cuore", è il ritornello. Nel ritornello, che è la parte più orecchiabile e che ripetiamo più spesso, si ritrovano quelle frasi chiave che racchiudono il senso più

profondo della storia raccontata nella canzone. Quindi, nel trascorrere dei giorni possiamo comprendere che anche in questo c'è un ritornello. Pensiamo alla nostra settimana, c'è un giorno più particolare degli altri che è quello del "riposo", ci riferiamo al sabato. È importante perché, come un ritornello, ha delle parole chiavi, un contenuto e una stabilità che permea gli altri giorni.

Noi siamo abituati al nostro calendario gregoriano in cui ogni giorno prende il nome di pianeti o degli dèi romani "Luna, Marte, Giove, Venere..." Da un punto di vista biblico invece, i giorni sono solo numerati, infatti non hanno un nome proprio. **Solo il sabato ha il nome e si intende come quel tempo particolare in cui Dio si riposò.** Quello è un suggello della creazione perché viene alla fine, ma dato che questo "riposo" si ripete per ogni settimana è come se ci dicesse "questo è il cuore, il battito del cuore della mamma, quel qualcosa che ti può riproporre una stabilità". Quindi tra "sabato" e "cuore" si può fare un parallelo.

Il riposo settimanale può essere indispensabile, perché Dio stesso possa espandersi nella nostra anima per vivere. In tutti questi alti e bassi meno male che c'è questa ciclicità del sabato che ci riporta, che ci intona, che ci dà il "La" come il *diapason* (uno strumento acustico per generare una nota standard sulla quale si accordano gli strumenti musicali) e subito ritroviamo la nota giusta per ricominciare.

In pratica è come il *miocardio*, ci sono delle contrazioni "sistole" e dei momenti di riposo "diastole". Questo momento di riposo del cuore è importantissimo. Infatti se questa sacca non si aprisse, non entrerebbe il sangue nella camera e non ci sarebbe il flusso che porta la vita in tutto il corpo. Quindi **il riposo settimanale**, questo riposo del cuore stesso, perché in questi momenti di riposo si riempie e poi riparte, **costituisce la base del nostro ascolto.** Senza il riposo non potrebbe esserci una nuova pulsazione nel cuore e le settimane non potrebbero ripartire se non ci fosse appunto un riposo. In **Matteo 6:34** troviamo scritto "*Non siate dunque in ansia per il domani, perché il domani si preoccuperà di sé stesso. Basta a ciascun giorno il suo affanno.*" Con questo riposo l'affanno si placa e in Dio ritroviamo il nostro percorso. Ecco quindi l'ascolto nel rilassamento, ed è un ascolto che va distribuito in tutti i giorni. È come se la grazia si distendesse, si diffondesse per tutti i giorni. Questo per noi rappresenta una benedizione, un dono veramente grande.

Quello che è importante sta nel non fare di questo un aspetto polemico, giudaico, idolatrico; a noi non interessa, perché parliamo del senso profondo del riposo, dove l'ascolto può entrare. Per esempio nei **capitoli 3 e 4 di Ebrei**, l'ascolto e il non ascolto sono proprio contrapposti. Sono capitoli non del tutto facili, però si può ricavare questo tipo di interpretazione: l'ascolto conduce al riposo di Dio, simile a quello del settimo giorno (Ebrei 3:4). L'indurimento del cuore, cioè il "non ascolto" porta pian

piano alla ribellione e quindi all'esclusione dal riposo che Dio ha preparato per noi. Dio ha stabilito il riposo perché l'ha fatto per l'uomo, e noi dobbiamo capire il senso di questo riposo in cui si può perimetrare questa percezione di Dio, che è la Sua essenza nell'eternità. Infatti in Ebrei, capitoli 3 e 4, si comprende che c'è un "oggi" che è il senso del presente, in cui questo riposo iniziale del Signore nella creazione, il settimo giorno, rimane. C'è quindi un "oggi" in cui rimane. In **Ebrei 4:9** è scritto *"Rimane dunque un riposo sabatico per il popolo di Dio; **10** infatti chi entra nel riposo di Dio si riposa anche lui dalle proprie opere, come Dio si riposò dalle sue. **11** Sforziamoci dunque di entrare in quel riposo, affinché nessuno cada seguendo lo stesso esempio di disubbidienza."* Il concetto non è facile, ma se ci riflettiamo un po' capiamo che questo riposo ci è dato non per fare soltanto gli "ubbidienti" ma semplicemente per poter entrare nel Paradiso, nell'eternità in rapporto a Dio. **Ascoltare Dio significa entrare in comunione con Lui nel riposo e nella quiete, un riposo spirituale interiore.**

Ripeto, non si tratta di legalismo giudaico ma **un insegnamento prezioso di alta spiritualità.** Stiamo parlando di "espansione spirituale". Cosa vuol dire questo? Significa che dobbiamo sforzarci di uscire un po' da questo tempo terreno in cui viviamo e riempirci di Dio. In questo sta il nostro ascolto, per poi poter parlare.

Oggi (Ebrei 4:7) è un nuovo giorno fissato da Dio. Infatti è scritto *"Dio stabilisce di nuovo un giorno - oggi - dicendo per mezzo di Davide, dopo tanto tempo, come si è detto prima: «Oggi, se udite la sua voce, non indurite i vostri cuori!»"*

Quand'è che noi ascoltiamo la voce di Dio? Riflettiamo. Abbiamo ascoltato e parlato a giorni alterni nelle ultime settimane nel nostro gruppo Telegram, quindi nel momento in cui leggiamo la Bibbia noi ascoltiamo delle armonie che ci insegnano, dei suoni che ci insegnano il carattere di Dio e in che modo possiamo entrare in comunione con Lui. Ma se noi invece vogliamo fare per conto nostro, è come se indurissimo i nostri cuori, non ci aprissimo a questo ascolto e fossimo poi esclusi. Questo è il rischio. Quindi il "battito del cuore di Dio" è anche in questa cadenza settimanale.

Adesso quindi, faremo dei piccoli cambiamenti pratici in comunità, **ma il giorno del riposo resta** come lo abbiamo stabilito, perché per noi è un importante riferimento interiore spirituale. Ricordiamolo sempre!

Non è facile capirlo, se eravamo nell'Eden allora quel tipo di riposo era già diffuso e non sarebbe stato un problema per noi. Invece essendo fuori da quell'ambiente perfetto, non percepiamo questa diffusione di Dio stesso e di conseguenza dobbiamo arrivarci pian piano attraverso quel distacco dalla mondanità, che significa un po' uscire dal tempo terreno.

Quindi se il cuore di Dio batte fisso, il nostro cuore si può e si deve accordare con il Suo, entrare in risonanza. Per fare ciò abbiamo la consacrazione, l'ascolto.

Quest'ultimo abbiamo già imparato a metterlo in pratica. All'inizio, abbiamo fatto una settimana di ascolto e una di parlato, poi abbiamo fatto un giorno di ascolto e uno di parlato. Adesso faremo un cambiamento: non divideremo più i giorni in parlato e ascolto, cercheremo di imparare a mettere in pratica tutto quello che abbiamo detto. Lascieremo il giorno di riposo, ma in tutti i giorni cercheremo da soli di valutare bene come armonizzare "ascolto" e "parlato". Possiamo quindi ascoltare Dio e poi scrivere ciò che ci ha voluto trasmettere nella stessa giornata. Ovviamente cercheremo di stare attenti.

Mi spiego meglio. Noi sappiamo già che nella nostra società tutti vogliono parlare, tutti hanno sempre tante cose da dire e spesso sarebbe meglio che tacessero ma dobbiamo prendere atto che la malattia di oggi si chiama "protagonismo" o "egocentrismo". Spesso la gente parla per esibizionismo. Avevo un amico a cui piaceva parlare sempre senza fermarsi e oggi fa il politico, questo per dire che vogliamo sentirci "importanti". Anche nelle chiese purtroppo ci sono persone che parlano per ascoltare il suono della propria voce. Questo non va bene, infatti meno parliamo e meglio è. Quindi nella nostra piccola comunità dobbiamo imparare a gestire da soli l'ascolto; e il fatto che non faremo più questa divisione dei giorni, non vuol dire che l'ascolto verrà a diminuire, anzi, l'ascolto deve aumentare sempre mentre è il parlato che deve diminuire. Dobbiamo dunque imparare a gestire l'ascolto da soli. Così come abbiamo capito, grazie al Signore Gesù, che i comandamenti non sono solo delle regole da seguire ma sono anche nel nostro cuore, abbiamo compreso anche che i giorni del parlato e dell'ascolto li dovevamo interiorizzare e lo stiamo facendo. Quindi sin dal mattino dobbiamo trovare il modo di equilibrare, trovare la giusta dimensione di tutto questo. Dobbiamo cercare di ascoltare molto, ben sapendo adesso come predisporci per farlo. Già il fatto di pensare a Dio ti libera dal mondo e poi, se necessario, parliamo. Per esempio, continuando a mandare delle frasi di evangelizzazione e di edificazione per tutti noi e per il sito, quindi di edificazione anche per la Chiesa sparsa per il mondo. La base di tutto ciò resta sempre l'ascolto, ci tengo a precisarlo perché è molto importante. Dobbiamo gestire questo ascolto da soli usando poi parole misurate, poche, per trasmettere il senso di quello che abbiamo ascoltato dal Signore. Prima quindi lo ascoltiamo per noi "Cosa vuoi dirmi Signore?" e poi chiediamo "Come potrei dire qualcosa per edificare i miei fratelli e le mie sorelle?" Cerchiamo adesso di elaborare il tutto da soli, pian piano. Anche se possiamo sbagliare non importa, proseguiamo aiutandoci a vicenda. Il Signore ci farà capire sempre meglio i nostri punti deboli e quelli forti.

Un punto importante.

Il nostro è un combattimento, perché il mondo va alla deriva, non va verso l'ascolto di Dio, e noi in un certo senso stiamo andando controcorrente. Ciò vuol dire che ci

vuole il nostro impegno. Se la mattina ci alziamo con l'intenzione di fare una preghiera al Signore, dobbiamo impegnarci a farla senza rimandare. Non è un dovere, infatti quando mangiamo lo facciamo per dare nutrimento al nostro corpo e per continuare a vivere. La preghiera è il nostro cibo spirituale, il nostro incontro con il Signore. **L'ascolto di Dio è la base, senza non possiamo vivere!** Quindi questo nostro impegno non deve provenire da un residuo del nostro tempo, tipo quando non abbiamo niente da fare. In **Marco 12:30** leggiamo *"Ama dunque il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore, con tutta l'anima tua, con tutta la mente tua, e con tutta la forza tua."* Noi siamo Cristiani e abbiamo scelto di far parte di una comunità evangelica che si occupa di **evangelizzazione**. Siamo una comunità online proiettata verso il Ritorno del Signore, ovvero al Rapimento dei credenti che avverrà a breve. Se non mostriamo il nostro impegno adesso, verso cosa dovremmo farlo allora?

Dobbiamo dedicare il nostro tempo sempre di più alla **consacrazione**, ma come possiamo fare nella pratica? Tra tutti i nostri impegni quotidiani, assolutamente importanti e legittimi, dobbiamo incastrare del tempo da dedicare all'ascolto di Dio. Dobbiamo stabilire col Signore dei momenti di incontro durante la giornata, un po' come si faceva con il/la nostro/a fidanzato/a. Almeno un momento al giorno ci vuole! I giorni sono 6, e in questi momenti giornalieri c'è appunto il ricordo del sabato, cioè dell'ascolto e del riposo. Un ascolto che dobbiamo mettere in pratica durante tutta la settimana. Ripeto, non si tratta di un dovere ma un riposo in cui possiamo stare con Dio. È un momento bello, di pace in cui c'è il silenzio e c'è Lui insieme a noi. Questo è fondamentale per la nostra crescita spirituale, perché più noi diventiamo sensibili a questo tipo di ascolto, cercando di mettere da parte la nostra tendenza alla suscettibilità che è inutile, e più abbiamo chiarezza nella comprensione delle sue profezie e di ciò che sta per avvenire, e siccome il tempo è breve il nostro impegno deve essere abbastanza consistente. Nel nostro piccolo, dobbiamo avere Dio nei nostri pensieri come prima cosa. All'inizio non ci verrà spontaneo trovare questi momenti, ma li dobbiamo trovare con una certa volontà. Dobbiamo impegnarci in questo senso. **Tra le tante cose che dobbiamo fare, il tempo per il Signore ci deve assolutamente essere.** Queste sono le cose principali, e voglio anticipare che parleremo di come vigilare e combattere contro l'avversario delle nostre anime che farà di tutto per impedire di avvicinarci sempre di più a questo tipo di ascolto. Ha delle tecniche specifiche che però la Scrittura ci ha già accennato nel corso dei millenni. Possiamo andarle a rivedere e a studiare e ci risulterà meno difficile prevenire questi intoppi/tentazioni che il nemico ci propone per ostacolare la volontà di Dio per noi. Una volta che avremo compreso la sottile tattica del nemico, questo ci servirà a restare stabili nell'amore di Dio e nell'amore verso il prossimo. La stabilità nella fede ci contraddistinguerà rispetto agli altri. Quindi potremo trasmettere le cose che vengono da Dio. **Se Dio ti ama, se il Signore è con te, cosa può farti l'uomo? Cosa mai ti potrà accadere? Nulla di brutto! Questo è il punto.**

Salmi 118:6 *"Il SIGNORE è per me; io non temerò;
che cosa può farmi l'uomo?"*

Concludiamo qui lo studio. **Dio ci benedica.**