



Eldon Taylor

Manipolazione mentale

Controllo
della psiche

Messaggi
subliminali

Progetto
HAARP

Persuasione occulta

PROGRAMMAZIONE MENTALE

DAL LAVAGGIO DEL CERVELLO
ALLA LIBERTÀ DI PENSIERO

Individuare e neutralizzare le manipolazioni
per sviluppare il potenziale della nostra mente

Eldon Taylor

PROGRAMMAZIONE MENTALE

DAL LAVAGGIO DEL CERVELLO
ALLA LIBERTÀ DI PENSIERO

Individuare e neutralizzare
le manipolazioni per sviluppare
il potenziale della nostra mente

Indice

Prefazione.....	11	<i>Etica e sfruttamento.....</i>	<i>64</i>
Introduzione	15	<i>Branzi tratti dal manuale di</i>	
		<i>addestramento alla pubblicità</i>	<i>68</i>
Libro primo		4. Le tecniche del marketing.....	66
Le due facce della persuasione		<i>Segnali sessuali mascherati.....</i>	<i>71</i>
		<i>La simbologia della paura.....</i>	<i>79</i>
Prima parte		5. Il quotidiano lavaggio	
1. Il genio	21	del cervello	94
<i>La mente umana.....</i>	<i>23</i>	<i>Il pensiero contestualizzato</i>	<i>95</i>
<i>La Legge dell'Attrazione.....</i>	<i>24</i>	<i>Pregiudizi nascosti</i>	<i>97</i>
<i>Una parola d'avvertimento</i>	<i>26</i>	<i>Gli effetti della televisione.....</i>	<i>98</i>
2. Ci stanno manipolando?	29	<i>Chi siamo, in realtà?.....</i>	<i>100</i>
<i>La nascita della propaganda.....</i>	<i>30</i>	<i>Un'escalation di violenza</i>	<i>102</i>
<i>La psicologia freudiana</i>	<i>32</i>	6. Manipolazione forzata:	
<i>Le categorie della mente.....</i>	<i>33</i>	interrogatori e controllo	
<i>La rivoluzione della pubblicità</i>	<i>34</i>	del pensiero	104
<i>La controversia subliminale.....</i>	<i>37</i>	<i>L'istruzione pubblica</i>	<i>105</i>
3. Principi di acquiescenza		<i>Predisposizioni psicologiche</i>	<i>107</i>
e meccanismi di difesa.....	40	<i>Comportamento di gruppo.....</i>	<i>109</i>
<i>Acquiescenza: perché l'ho fatto? ...</i>	<i>41</i>	<i>Controllo mentale.....</i>	<i>109</i>
<i>Come imbastire un trucco</i>	<i>41</i>	<i>Il lavaggio del cervello e il governo</i>	
<i>I panni sporchi</i>	<i>43</i>	<i>degli Stati Uniti.....</i>	<i>110</i>
<i>Principi privi di scrupoli.....</i>	<i>44</i>	<i>Il programma Manchurian</i>	
<i>Incoerente coerenza</i>	<i>44</i>	<i>Candidate.....</i>	<i>112</i>
<i>Un coerente raggiro</i>	<i>45</i>	<i>Il Progetto Bluebird.....</i>	<i>113</i>
<i>Acquiescenza nel rilevamento</i>		<i>Progetto Artichoke.....</i>	<i>114</i>
<i>di menzogne</i>	<i>46</i>	<i>MKUltra e HAARP</i>	<i>114</i>
<i>Principi di acquiescenza</i>	<i>47</i>	<i>Società segrete</i>	<i>116</i>
<i>Indizi.....</i>	<i>58</i>	<i>HAARP</i>	<i>117</i>
<i>Meccanismi di difesa.....</i>	<i>59</i>	Controllo mentale	
<i>Stati alterati di coscienza</i>	<i>63</i>	<i>neuroelettromagnetico</i>	<i>120</i>
<i>Suggestioni indirette.....</i>	<i>63</i>	<i>Manipolazione mentale</i>	<i>122</i>

Seconda parte

7. La comunicazione subliminale 123
Le odierne ricerche 125
Subliminalità in politica 129
*Il Dipartimento per la
sicurezza interna*..... 132
Negazione subliminale 133
8. Cosa dice la legge? 135
Percezione subliminale 135
L'influenza sul comportamento..... 136
Definizione legale..... 137
Le conclusioni della legge 138
Il Primo emendamento..... 139
Il consenso informato 140
Brevetti subliminali 141
9. Il modello MIP e il linguaggio
rovesciato 143
Lo studio di Spangenberg..... 144
InnerTalk® 145
Il metodo Taylor..... 146
Storia 147
Cerebrazione subconscia 148
Emisferi speculari 149
Il cervello olografico 149
Lateralità emisferica 150
La dislessia 151
Il linguaggio rovesciato 154
Come funziona InnerTalk 156
*Le scoperte delle ricerche
InnerTalk*..... 158
Influenze di vario tipo 162
Cosa aspettarsi usando InnerTalk.. 163
Gratificazione immediata 164
Correggere il dialogo interiore..... 165
L'influsso della suggestione 166
10. Informazioni non rilevabili.. 168
Messaggi silenziosi 168
*Informazioni subliminali racchiuse*171

Libro secondo - Imbrigliare il potere della mente173

Prima parte

11. Cambiamento e scoperta
di sé 175
Essere umani..... 177
Puntare in alto 180
L'ABC della consapevolezza..... 181
Principi iniziali 182
Potere personale 183
12. Perdonare con la gioia
nel cuore 185
Il set del perdono..... 186
L'intervento 188
Perdonare e lasciar andare..... 190
La mia storia..... 191
Sincronicità? 193
Un cuore felice 194
I pensieri creano 196
13. Credenze e intenzioni 198
Credenze..... 199
Che tu ci creda o no..... 200
La mente..... 201
Credenze ereditate..... 201
Intenzioni..... 203
14. Stati alterati di coscienza ... 206
Lo stato di coscienza beta..... 207
Lo stato di coscienza alfa 208
I media 209
L'attività delle onde cerebrali..... 211
Lo stato di coscienza theta 212
Lo stato di coscienza delta..... 212

Seconda parte

15. Il cambiamento e gli
strumenti per produrlo 215
Resistenza 216
La responsabilità delle

<i>proprie azioni</i>	217	<i>Stupore</i>	289
<i>La mente profonda</i>	217	<i>Coinvolgimento</i>	290
<i>Insegnamento</i>	219	<i>Cancella, cancella, cancella!</i>	291
<i>I quattro punti di vista</i>	221	<i>Fino a questo momento</i>	291
<i>Tecnologia</i>	223	<i>Il potere delle parole</i>	292
<i>La memoria</i>	225	20. Il sé massimo.....	293
<i>Visualizzazione</i>	228	Epilogo: in acque profonde.....	295
<i>Autosuggestione</i>	235	<i>Mappe mentali</i>	296
<i>InnerTalk</i>	236	<i>Fisica quantistica</i>	298
<i>Programmazione neurolinguistica</i>	236	<i>La mente come fattore causale</i>	300
<i>M³</i>	240	<i>Ipotesi</i>	301
<i>Pratiche spirituali</i>	240	<i>Storia di una ricerca spirituale</i>	302
<i>Meditazione</i>	242	<i>Scopi</i>	304
<i>Regressione</i>	246	<i>Risultati</i>	305
<i>Il diario dei sogni</i>	251	Appendice 1	
<i>Le vibrazioni del corpo</i>	253	I risultati della	
<i>Obiettivi</i>	255	ricerca InnerTalk®.....	307
<i>Prestare attenzione al</i>		Appendice 2	
<i>dialogo interiore</i>	257	Questionario autovalutativo	
<i>Induzione</i>	260	della responsabilità.....	314
<i>Tecnologie all'avanguardia</i>	261	Appendice 3	
16. Proteggersi dagli stimoli in		Affermazioni per l'intelligenza	
eccesso.....	264	spirituale innata.....	318
17. Un programma in cinquanta		Appendice 4 - Affermazioni	
giorni.....	267	di serenità.....	323
<i>La mia scelta</i>	269	Appendice 5	
<i>Le lezioni apprese</i>	270	Il lavaggio del cervello sul	
<i>Assaporare il momento</i>	272	banco degli imputati.....	324
18. I sette principi fondamentali	275	Ringraziamenti.....	341
<i>I sette principi fondamentali</i>	275	Note conclusive.....	342
19. Metafisica pratica.....	283	Nota sull'autore.....	350
<i>Pratica</i>	284	InnerTalk nel mondo.....	351
<i>Gratitudine</i>	285		
<i>E allora?</i>	285		
<i>I problemi sono opportunità</i>	286		
<i>Il bene in ogni cosa</i>	287		
<i>Le coincidenze non esistono</i>	288		

Introduzione

Diventerai piccolo come il desiderio che ti controlla; grande come l'aspirazione che ti domina.

JAMES ALLEN

Ho trascorso trent'anni a studiare la mente, eppure da principio ho abbracciato quest'ambito solo indirettamente. Il mio interesse iniziale non aveva nulla a che fare con lo sviluppo personale o la spiritualità, bensì con gli aspetti concreti del mio lavoro d'investigatore ed esperto di metodologie per la rilevazione di menzogne. Tuttavia, più cose imparavo sul funzionamento della mente, più cominciavo ad apprezzare l'incredibile potenziale che tutti racchiudiamo.

Nel mio precedente libro *Choices and Illusions* ho analizzato come le nostre scelte non siano in realtà nostre, a causa dell'inculturazione e della pressione dei pari. In questo libro osserverò quanto si siano spinti lontano gli altri nella comprensione dei meccanismi mentali semplicemente per manipolare i nostri pensieri, i desideri e le credenze. In un certo senso lo sappiamo tutti, per esempio siamo tutti decisamente consapevoli che chi vende ricorre a queste tattiche in continuazione. Cionondimeno, molti di noi non hanno idea di quanto lontano e in profondità queste ricerche si siano spinte.

Alcuni forse troveranno eccessive queste informazioni e asseriranno di non essere interessati a teorie del complotto. Altri seguiranno a credere che la comunicazione subliminale non funziona. Soltanto mostrandovi fino a che punto siano stati portati i tentativi di controllare i nostri pensieri, di lavarci il cervello se vogliamo, potrò convincervi

della realtà dietro tale controllo mentale.

Quest'opera è in realtà formata da due volumi in uno. Forse qualcuno sarà interessato soltanto a uno dei due, ma io li ho inclusi entrambi per amor di completezza. Il Libro primo prepara il terreno. Spiega in che modo funziona la mente e illustra molto dettagliatamente fino a dove alcuni si siano spinti nello studio di queste informazioni, con il preciso fine di approfittarsi di noi. Il Libro primo non offre grandi speranze, ma le informazioni in esso contenute metteranno finalmente a tacere l'idea che "il subliminale non funziona", "non possono farci fare nulla che non vogliamo fare" e "nessuno lo usa". I dettagli sono assai istruttivi e l'interesse dei ricercatori non può più essere negato.

Il Libro primo comprende quasi tutto quello che ho imparato sulla comunicazione subliminale. In gran parte, il mio lavoro riguarda il provare a me stesso ciò che ha effetto, quando e come, se ce l'ha. Sono oggi convinto che la mente possieda immense capacità di creare la vita dei nostri sogni (salute, ricchezza, amore e così via) e di portare a noi tutto ciò che diciamo di non volere (malattia, povertà, solitudine e cose del genere). Presenterò dunque un gran numero di informazioni sulla tecnologia di persuasione, in particolare sui metodi subliminali e sul modo in cui vengono usati contro di noi. Le prove sono schiaccianti e irrefutabili. Vi illustrerò inoltre il lato positivo della comunicazione subliminale e le ricerche svolte per dimostrare come questa tecnologia possa rivelarsi di grande beneficio.

Una volta letto il Libro primo, apprezzerete fino in fondo la presenza del Libro secondo, il quale racchiude la chiave per affrontare la vita quotidiana nel Ventunesimo secolo. Contiene infatti strumenti, tecniche ed esercizi in abbondanza per aiutarvi a diventare la persona che siete stati destinati a essere.

Lo scopo di questi due libri può essere illustrato al meglio da una metafora. Immaginate che la vostra mente sia la fresca e spumeggiante acqua che sgorga da una sorgente di alta montagna. Scendendo dalla montagna e attraversando piccoli paesi, l'acqua incamera sostanze inquinanti ma viene comunque ancora considerata pulita e potabile. Nella nostra analogia, questi piccoli paesi sono riferiti alla prima infanzia o, per lo meno, a una prima infanzia ideale. Proseguendo

nella sua discesa diretta a paesi e a città più grandi, l'acqua riceve altre sostanze inquinanti. Il suo aspetto non è più pulito e spumeggiante, ma seguita a essere ritenuta accettabile per bere, soprattutto se preventivamente bollita. Questi insediamenti più grandi sono paragonabili a gran parte della manipolazione che, nella nostra vita, è quasi inevitabile, dalle tattiche del venditore per convincerci ad acquistare un televisore più grande alle manipolazioni codipendenti di chi ha già perduto la propria mente.

L'acqua attraversa poi una grande città industriale. Nel suo corso vengono riversate grosse quantità di scorie e l'acqua diventa brunastra, stagnante. Neanche i pesci potrebbero viverci. Va dunque filtrata attraverso un sistema di trattamento delle acque reflue per renderla nuovamente potabile. La grande città è paragonabile all'uso palesemente scorretto delle tecnologie di persuasione a opera della pubblicità, della musica e dell'industria cinematografica. Chi impiega questi metodi è unicamente interessato al guadagno. Vuole che acquistiamo oggetti di cui non abbiamo bisogno e che possono persino dimostrarsi nocivi per noi. Vuole che proviamo emozioni quali odio, rabbia e paura.

In questa città gli episodi violenti diventano quotidiani. Sparatorie nelle scuole, nei centri commerciali, crimini motivati dall'odio, ristrettezza di vedute, aggressività al volante e molto altro sono fatti normali. Nelle strade i crimini hanno luogo alla luce del giorno e nessuno va in soccorso della vittima. Il mondo è oscuro, tetro, orribile. Abbondano modi di dire quali "farla pagare con gli interessi", "la vita è tutta uno schifo e alla fine crepi pure", "sono sempre i migliori che se ne vanno" e così via.

Non crediate che peggio di così non possa andare per l'acqua che ha iniziato il suo viaggio da una fresca sorgente montana, perché c'è dell'altro. A valle vive chi riversa intenzionalmente scorie nucleari tossiche in acqua. Per fortuna, per ora si trovano alla periferia della città e se tutti cooperiamo forse riusciremo a impedire che questo tipo di violenza penetri nel flusso della nostra esistenza.

I rifiuti tossici sono paragonabili ai tentativi di lavaggio del cervello che molti affermano non aver mai avuto luogo. Vi compaiono individui che non si limitano a volere il nostro potere d'acquisto o il

voto, bensì che tentano di controllare tutte le fibre del nostro essere. Insomma, il potere fine a se stesso.

Il Libro secondo può essere visto come un impianto di potabilizzazione, giacché racchiude strumenti, filosofie e credenze che filtrano l'acqua enormemente contaminata e, pian piano ma in modo sicuro, la riportano al suo stato limpido, puro e spumeggiante. Allorché l'acqua inizia ad assumere l'aspetto delle origini, può scegliere un diverso corso, magari attraverso prati, campi, gole rocciose e ridenti paeselli, arrivando a sfociare in un punto diverso, magari nel mare. Il Libro secondo non costituisce una meta, bensì l'inizio di un favoloso viaggio. Offre le tecniche e gli esercizi studiati per riprendere stabilmente il sentiero che dovremmo percorrere, quello dell'apprendimento, dell'amore, della gioia e di quella cosa meravigliosa che si chiama vita.

Leggendo il Libro primo forse avrete l'impressione che sia troppo tecnico o troppo tetro per voi. Se così fosse, limitatevi a leggere il riassunto alla fine di ciascun capitolo, dopodiché passate rapidamente al Libro secondo. Proseguendo nel vostro viaggio, forse vi verrà il desiderio di condividere con qualcun altro ciò che avete imparato. Magari questa persona dovrà essere convinta della necessità di addestrare la mente. In questo caso, il materiale del Libro primo sarà di grande aiuto.

Vi auguro un buon viaggio!

Libro primo

LE DUE FACCE DELLA PERSUASIONE

Se puoi controllare il significato delle parole, sospendere ogni giudizio critico e chiamare in causa un impulso meccanicistico, puoi controllare le masse. Sono questi gli strumenti fondamentali del manipolatore.

ELDON TAYLOR

1. Il genio

Alzarsi ogni mattina con la ferma decisione di essere felici... significa imprimere agli eventi di ciascuna giornata le proprie condizioni. Farlo vuol dire influenzare le circostanze anziché esserne influenzati.

RALPH WALDO EMERSON

Immaginate che dentro di voi ci sia un genio, una vera e propria macchina dei desideri in grado di donarvi tutto ciò che volete, in bene e in male. Immaginate di esserne inconsapevoli o di averne sentito parlare ma non averci creduto. Forse avete cercato di crederci, per poi scoprire che si trattava di una finzione, che tutta la storia del genio era soltanto un'oscura e incomprensibile superstizione.

Tutti noi conosciamo espressioni quali “il potere della mente”, “la mente domina la materia” e “legame mente-corpo”. Abbiamo sentito parlare di guarigioni spontanee e di ottenere o creare la vita dei nostri sogni. La maggior parte di noi ne ha persino fatto esperienza in una qualche misura, benché forse in maniera assai limitata.

Quasi tutti oggi hanno sentito parlare del libro e del film *The secret* – *Il segreto*. Sono stati commercializzati in modo assolutamente splendido e, quantunque non contengano nessun vero segreto, ripetono in maniera diversa insegnamenti mistici e spirituali di ogni epoca. *The secret* comunica ai lettori e al pubblico che la mente è una specie di genio, perché qualsiasi cosa sulla quale si concentri con sufficiente intensità la *attrae* o la *crea*, due termini questi che nel contesto in que-

stione risultano di fatto intercambiabili.

Durante programmi statunitensi quali *The Oprah Winfrey Show*, *Larry King Live* e altri, si è parlato dell'incredibile ricchezza e abbondanza conseguita da chi aveva messo in pratica *The secret*. Vi sarà forse capitato di prendere in mano un libro, un CD o un DVD dedicato alla Legge dell'Attrazione, cercando di coglierne con esattezza il come, il perché e il percome.

Equipaggiati di questa segreta conoscenza e della testimonianza di tanta gente, avete creato una *vision board*, cioè un pannello di immagini, e stampato affermazioni che avete affisso ovunque per averle costantemente sott'occhio. Avete cominciato a visualizzare tutto ciò che desiderate attrarre e persino intrapreso una serie di meditazioni quotidiane. In internet, siete andati alla ricerca di termini quali *New Age* e *metafisica*. Vi siete iscritti a numerose mailing list, sintonizzati su programmi radiofonici dedicati alla New Age e avete cominciato ad acquistare libri di auto-aiuto. Ahimè, non è successo niente di meraviglioso.

Purtroppo, è questo che ha vissuto quasi chiunque si sia sintonizzato sull'idea del genio interiore. Alcuni, tuttavia, hanno ottenuto un risultato diverso, manifestando la loro casa, un rapporto speciale o cose del genere. Non molti ce l'hanno fatta, badate bene, ma qualcuno sì. Perché?

Quel genio è la mente, la quale costituisce la via d'accesso del processo di manifestazione, ma il suo ruolo viene spesso frainteso. Si tratta di un punto d'ingresso, di una via d'accesso, non dello strumento di manifestazione in sé. La mente fornisce le immagini, non la sensazione, ci organizza per permetterci di costruire una *vision board*, per affiggere le affermazioni eccetera. Nel processo, fa però appello ad alcune credenze acquisite (aspettative). Di fatto, il principale ruolo della mente è l'inibizione. Fatemelo ripetere: *il principale ruolo della mente è l'inibizione!*

La mente umana

Che ci piaccia o no, siamo tutti il frutto di milioni d'anni di evoluzione e sopravvivenza. A prescindere dalla nostra vocazione e inclusi anche gli esseri spirituali più evoluti ora presenti sulla terra, in ciascuno di noi vi sono alcuni meccanismi primitivi innati che rispondono a stimoli primordiali e talvolta alquanto grossolani. Spesso a livello subconscio stimoli che coscientemente dichiariamo riprovevoli vengono elaborati in modi che ci spingono a cercarne altri di analoghi. Questi meccanismi rispondono al processo di attacco e fuga, alle immagini tabù, a quanto viene considerato socialmente riprovevole e a stimoli del genere in maniera meccanica, da cui il termine *meccanismo*.

Il cervello umano è una meraviglia dell'evoluzione e uno dei suoi più incredibili sviluppi per quanto riguarda la coscienza è la corteccia cerebrale. Uno dei miei primi insegnanti, il professor Carl LaPrecht, era solito dire: "Ogniqualevolta in natura trovate qualcosa in grande abbondanza, prestatevi attenzione. Per il sistema, è un elemento fondamentale". La corteccia o materia grigia è di gran lunga la parte più ampia del cervello. Nel suo interno risiede per l'appunto il potere inibitorio.

La corteccia rappresenta il freno. Il suo potere inibisce le pulsioni che non costituiscono il nostro miglior interesse o il risultato delle migliori intenzioni. La corteccia spegne il televisore quando i contenuti sono violenti, evocano infermità o malattie oppure racchiudono elementi che sono pura spazzatura. La nostra mente è come un cassonetto delle immondizie: vi possiamo riversare di tutto. E, come un cassonetto, è difficile da ripulire. I cassonetti non sono facili da rovesciare e per pulirli occorre un mezzo che li sollevi, vi spruzzi dentro dell'acqua, vi passi del disinfettante, li disincrosti e via dicendo. Un lavoro davvero spiacevole e noioso.

Tutti noi, è chiaro, abbiamo una mente e le prove suggeriscono che quando veniamo al mondo questa mente non è *tabula rasa*, come riteneva il filosofo inglese John Locke.¹ No, pare che determinate predisposizioni e persino alcuni tipi di conoscenza (memoria cellulare e altro) siano già stati scritti nella nostra mente nel momento in cui

facciamo il primo respiro. Cionondimeno, il contenuto mentale acquisito dopo la nascita costituisce l'inizio di ciò che alla fin fine considereremo la nostra identità e le nostre conoscenze/credenze.

La Legge dell'Attrazione

Avrete forse sentito parlare dei tre elementi che costituiscono la Legge dell'Attrazione: *chiedere, credere e ricevere*. Sembra davvero facile, fino a quando non mettiamo in discussione il livello della nostra fede ed è a questo punto che la maggior parte di noi fallisce. Io suddivido la fede in tre componenti che vanno attivate nella giusta sequenza allorché ricorriamo al genio interiore. Queste componenti sono:

1. Un input emotivo caratterizzato da passione e convinzione.
2. L'elemento di fiducia/mentale, secondo il quale possiamo davvero visualizzare semplicemente qualcosa, dopodiché lasciarlo andare, nella consapevolezza che si realizzerà.
3. Una sincera credenza spirituale per la quale, nell'intimo del nostro essere, sappiamo di essere un dono del Creatore. Con questa consapevolezza liberiamo la nostra visione, perché crediamo in *questo o qualcosa di meglio, per il bene superiore di chiunque sia coinvolto*.

Qualsiasi cosa ci distolga dal pensare, sentire ed essere consapevoli di queste tre componenti sabota in maniera direttamente proporzionale i nostri sforzi di manifestare il desiderio.

Su questa base, diventa più facile capire perché alcuni da principio manifestano i loro desideri solo per poi perdere i tesori e ritrovarsi in una situazione peggiore di prima, altri non riescono nemmeno a manifestarli e altri ancora sembrano manifestare il contrario di ciò che vogliono.

Assodato ciò, forse vi porrete la mia stessa domanda: *perché la maggior parte della gente sembra ostacolata dall'incapacità di usare il genio interiore e creare la realtà che merita?*

L'analogia del cassetto è la prima chiave per rispondere alla do-

manda. L'immondizia che alcuni racchiudono nella mente risulterebbe spaventosa se fosse visibile in pubblico. Come avrebbe detto Strongheart, il pastore tedesco star di una serie televisiva, nelle sue lettere al produttore J. Allen Boone, "Che cosa orribile vedere i volti della gente incompleti come la loro mente".² Io la parafraserei così: "Che cosa orribile vedere i volti della gente grotteschi quanto il peggio racchiuso nella mente".

Vorrei immaginare un mondo pieno di gioia, pace, equilibrio e armonia. È davvero difficile farlo quando la natura sembra tanto insensibile e carnivora. Riflettendoci, mi rendo conto che sto antropomorfizzando la natura, perciò rivolgo i miei pensieri agli esseri umani, tra i quali trovo azioni talmente orribili che, a confronto, un leone che uccide un agnello è innocente. Come possiamo davvero trovare pace, equilibrio e armonia? Come acquisiamo sincerità spirituale, abbinandola al giusto equilibrio di materiale mentale ed emotivo per manifestare un *mondo* pieno di pace, equilibrio e armonia?

Per alcuni, manifestare vuol dire ottenere automobili, piscine, case, ricchezze, fascino in questo e quello, gratificazione di altri desideri sensuali. Per chi è spiritualmente sincero, la manifestazione riguarda in primo luogo la pace, l'equilibrio, l'armonia e solamente poi la salute e la felicità individuale. Si tratta di questioni complesse che una mera etichetta non è in grado di sviscerare, ragion per cui possiamo concludere in questo modo l'argomento: ciascun individuo viene al mondo con uno scopo e quando le persone si sforzano di manifestarsi seguendo tale scopo, illuminano se stesse e il mondo circostante.

Torniamo al punto principale: la mente è accensione e freno al tempo stesso. Come prima cosa al mattino, apro gli occhi e comincio a rivolgermi a me stesso. Nei miei pensieri forse ripercorro un sogno o mi rivolgo immediatamente ai programmi del nuovo giorno. Nello stesso istante, la mente inizia a occuparsi del mondo interiore fatto di pensieri, credenze, ambizioni, obiettivi e così via. Il costante flusso di coscienza, ossia il dialogo interiore, ci parla del nostro stato d'animo, degli atteggiamenti, di ciò che ci piace, che non ci piace e di molto altro. È questo flusso di coscienza a riflettere il contenuto del nostro "cassonetto".