

# MANIFESTAZIONE PER MEZZO DELLA PREGHIERA

di Neville Goddard (Revisione a cura di Shawn Regan, interpretazione di Giorgio Bogoni)

Neville ha sviluppato una metodologia per manifestare attraverso la preghiera e ne ha parlato in tutti i suoi libri. Concettualmente si tratta di sentire il desiderio come realizzato, il testo che segue sviluppa questa idea in tutti i suoi aspetti.

*“La preghiera è l'esperienza più straordinaria che un essere umano possa fare ma non ha nulla a che vedere con il quotidiano mormorio della maggior parte dell'Umanità, intenta a cercare di attirare l'attenzione di Dio ripetendo vuote litanie. La preghiera è l'estasi di un matrimonio spirituale celebrato nella profonda e silenziosa immobilità della consapevolezza.” (Neville)*

*“La preghiera è quindi riconoscere sé stessi essere ciò che si desidera piuttosto che implorare Dio di realizzare i propri desideri.” (Neville)*

*“Se la preghiera non ottiene risposta si sta sbagliando qualcosa. Solitamente ci si mette troppo sforzo, l'errore più comune è riconoscere la preghiera come un atto di volontà. La regola fondamentale è non fare alcun sforzo, se ci riuscirete vi troverai intuitivamente nel giusto stato d'animo.” (Neville)*

*“Non si attrae ciò che si vuole ma ciò che si crede essere vero.” (Neville)*

Il cuore del processo è creare uno stato mentale in cui si sente di aver già ottenuto ciò che si desidera; sia che si tratti di qualcosa di materiale, un tratto caratteriale od il contatto con il divino dentro di voi. La propria immaginazione deve riconoscere ciò che si desidera come già realizzato; nonostante i sensi fisici possano suggerire alla mente il contrario, bisogna vivere in uno stato mentale in cui ciò già esiste.

Una volta che questo stato mentale è raggiunto nell'immaginazione, Neville ci spiega che è solo una breve questione di tempo perché il mondo fisico esterno rifletta il nostro mondo interiore.

## I 10 ASPETTI DEL CORRETTO MODO DI PREGARE

### 1. DORMIRE

*“Portare l'azione nel sonno concretizza la fantasia in realtà.” (Neville)*

Neville menziona frequentemente quanto sia potente addormentarsi immaginando realizzato il proprio desiderio.

Quando ci si trova sdraiati a letto alla fine della giornata e si perde coscienza, si ha la possibilità di creare con il minor sforzo possibile la scena mentale che vede realizzato il proprio desiderio. Attenzione però a non metterci troppo sforzo, diversamente l'Ego rimarrà presente e non si riuscirà ad addormentarsi.

Perché questa tecnica funziona tanto bene?

Abraham, canalizzato da Esther Hicks, spiega che se portate un'idea nel sonno avete otto ore di incoscienza in cui non potrete disfare o negare questa manifestazione.

Neville dice qualcosa di simile in “Resurrezione”: *“Un uomo addormentato non ha libertà di scelta, è dominato dall'ultimo pensiero avuto da cosciente, quindi si dovrebbe sempre assumere una sensazione di realizzazione e soddisfazione prima di addormentarsi.”*

E' inoltre probabile riuscire a trasformare in un sogno la situazione di appagamento portata nel sonno ed il sogno è un'esperienza sensoriale completa al pari della realtà - quale miglior occasione per sentire il desiderio esaudito che viverlo in un sogno?

### 2. MEDITARE

*“Di fatto difficilmente è possibile veder dirompere le più straordinarie energie della mente se il corpo non è immobile e le porte dei sensi chiuse al mondo esterno.” (Neville)*

Neville parla del raggiungimento di una sorta di “sogno lucido” nel quale si è in grado di mantenere il sentimento in cui si avverte il desiderio esaudito senza le distrazioni dei sensi corporei; privati degli stimoli sensoriali ci si connette in maniera più profonda con la propria capacità di manifestazione.

*“E' uno stato nel quale si è coscienti e appena in grado di muoversi o aprire gli occhi ma semplicemente non si desidera farlo.” (Neville)*

*“Il dormiveglia facilita il cambiamento perché induce uno stato di attenzione senza sforzo alcuno ma non deve esser spinto fino al sonno perché a quel punto viene perso il controllo. Il modo più*

*efficacie per materializzare un desiderio è di sentirlo già realizzato e quindi, in uno stato di rilassato dormiveglia, ripetere poche parole, come una cantilena. Dire "Grazie, grazie, grazie" rivolgendosi ad un Potere Superiore e ringraziandolo per aver esaudito il proprio desiderio." (Neville)*

*"Si può cambiare il proprio futuro controllando i propri pensieri poco prima di addormentarsi perché in quel momento lo sforzo è ridotto la minimo e l'attenzione rilassata ma controllata dal sentimento, senza sforzo cosciente." (Neville)*

*"Quando il corpo è immobile bisogna percepirsi agire dall'interno del proprio corpo fisico. Se si vorrà camminare come salire le scale, non bisognerà immaginarsi nell'atto di camminare o salire le scale ma provare le sensazioni che si provano camminando o salendo le scale." (Neville)*

*"L'altro modo di pregare è semplicemente sentirsi grati. Se desidero qualcosa per me stesso o per qualcun altro, immobilizzo il mio corpo e, spingendomi in uno stato vicino al sonno, provo gioia e gratitudine. Quindi mi addormento con la mente assorbita nella sensazione di aver appagato il mio desiderio." (Neville)*

### 3. VISUALIZZARE

*"Adesso spiegherò cosa intendo per Sensazioni Spirituali. Immaginate di tenere in mano una rosa ed annusarla, ne sentite il profumo? Bene, se di fatto la state solo immaginando cosa state odorando? Attraverso le Sensazioni Spirituali (vista, udito, olfatto, gusto e tatto immaginari) siete in grado di regalare vividità sensoriale a ciò che immaginate. Facendo questo, l'intero Universo cospirerà per aiutarvi e, di riflesso, scoprirete quanto sono sottili le trame che conducono al raggiungimento del vostro obiettivo." (Neville)*

*Più sensi riusciamo a coinvolgere mentalmente meglio riuscirà il processo di visualizzazione, qualsiasi cosa può aiutarci in questo. Se volete trasferirvi in una nuova città, portate sempre con voi una fotografia di questa città. Durante la giornata ogni tanto fermatevi e date un'occhiata alla fotografia immaginando cosa provereste se viveste lì - guardatevi intorno nelle strade, annusate gli odori nell'aria sentendone temperatura ed umidità, ascoltate i suoni.*

*"Per mezzo delle Sensazioni Spirituali - vista, udito, olfatto, tatto e gusto immaginari - darete alla vostra fotografia la necessaria vividità sensoriale per riflettere quell'immagine nel mondo fisico fuori di Voi." (Neville)*

*"Il mondo è uno specchio nel quale ognuno vede riflesso sé stesso. Il mondo fisico riflette le credenze della mente dell'uomo. C'è chi è più portato per le immagini visive, chi per immaginare i suoni, altri ancora per visualizzare i movimenti. Cominciate coltivando la forma di attività mentale che trovate più congeniale per focalizzare tutta la Vostra attenzione in una direzione, finché riuscirete ad utilizzare tutte le Sensazioni Spirituali contemporaneamente." (Neville)*

### 4. PREGARE IN OGNI MOMENTO

*"In ogni istante della Vita, che se ne sia coscienti o meno, si prova un sentimento." (Neville)*

*Quando si comprende che in ogni istante si assume un determinato stato mentale, si vede immediatamente l'importanza di tenere sotto controllo la propria mente ed i propri pensieri. E' controproducente consentire alla nostra mente di indulgere in pensieri negativi o improduttivi. Neville chiama questa attenzione "investire nei propri pensieri". Abitualmente la mente rimbalza da un pensiero all'altro sulla base di spunti associativi, "investire nei pensieri" significa tenerli sotto controllo. Riuscire a mantenere a lungo e frequentemente lo stato mentale prefissato è garanzia di una rapida manifestazione del proprio desiderio.*

*"Il desiderio che si realizza ha sempre catalizzato molta attenzione perché un'idea prende forza proporzionalmente al grado di attenzione che gli si rivolge." (Neville)*

*"Diventiamo ciò che desideriamo ricordandoci costantemente i nostri obiettivi ed identificandoci con questi." (Neville)*

*"E' necessario definire un preciso obiettivo o diversamente la mente continuerà a vagare e vagando farà proprio ogni suggerimento negativo che troverà sul suo cammino." (Neville)*

*"Una volta che si prova il sentimento con il quale si riconosce appagato il proprio desiderio, non bisogna considerare l'esperienza terminata ma portarla con sé quasi fosse un fragrante profumo. Anziché dimenticare il lavoro svolto è necessario che rimanga nell'aria a condizionare ogni nostra azione o reazione." (Neville)*

*"Riempite la vostra mente con una sola sensazione e camminate come se i vostri desideri fossero già realtà." (Neville)*

*"Se volete pregare con successo, un solo sentimento deve dominare la vostra mente." (Neville)*

*"Un pensiero ardente e concentrato, focalizzato in un'unica direzione, mette a tacere ogni altra*

*sensazione e la fa scomparire. Dovete solo concentrarvi su ciò che desiderate per vederlo realizzato.” (Neville)*

*“Riconoscendo la potenza del sentimento, dovete sempre porre molta attenzione al vostro stato d'animo ed ai vostri atteggiamenti.” (Neville)*

*“Tutto quanto viene detto e fatto nella propria testa è di gran lunga più importante delle proprie azioni nel mondo fisico, e può essere cambiato. Se non si sono mai osservate in maniera acritica le proprie reazioni agli accadimenti della Vita significa che non si è a conoscenza della loro causa. Ma quando si prende coscienza dei propri pensieri allora li si può cambiare.” (Neville)*

*“La padronanza e l'autocontrollo dei propri pensieri e sentimenti è la massima conquista umana. Tuttavia, fintanto che non si raggiunge un autocontrollo tanto raffinato da riuscire a provare sempre ciò che si desidera provare, sono utili il sonno e la preghiera per riuscire a raggiungere lo stato desiderato. Queste sono le due porte che conducono all'inconscio.” (Neville)*

*“L'uomo dotato di una disciplina perfetta non si abbandona mai ad un sentimento che non contribuisca alla sua felicità.” (Neville)*

## 5. PROVARE IL SENTIMENTO

*“Bisogna provare il sentimento caratteristico della realizzazione del proprio desiderio fintanto che se ne è posseduti e questo sentimento affolla ogni altra idea che si presenta alla coscienza.” (Neville)*

*“Se si desidera veramente qualcosa, quando la si ottiene si raggiunge una sorta di picco emozionale. Immaginando di ricevere ciò che si desidera, si può concentrarsi su questo stato emotivo ed amplificarlo fino a che l'unica cosa di cui si ha coscienza sia questo meraviglioso sentimento di realizzazione.” (Neville)*

*“Nella mente di ogni uomo c'è una precisa sensazione associata ad ogni singola idea.” (Neville)*

*“Il sentimento è l'unico mezzo che consente alle idee di essere condotte nell'inconscio. Ne segue che colui che non ha il controllo sui propri sentimenti può facilmente portare l'inconscio in stati indesiderati. Controllare i propri sentimenti non significa limitarli o sopprimerli ma piuttosto disciplinarsi al fine di immaginare e concepire solo i sentimenti in grado di contribuire alla propria felicità.” (Neville)*

*“Qualsiasi cosa la mente conscia di un uomo può concepire e sentire come vero, l'inconscio può e deve conseguentemente manifestarlo.” (Neville)*

*“Ogniqualevolta ci si trova completamente immersi in uno stato emotivo, si sta assumendo, in quel preciso momento, un sentimento di appagamento di quello stato. Se si mantiene quello stato, qualsiasi cosa su cui si ha riversato carica emotiva si manifesterà nel mondo fisico. I primi momenti di profondo interesse, durante i quali la propria attenzione si concentra, sono l'inizio di quanto si raccoglierà successivamente. Durante questi istanti si esercita il Potere Creativo, l'unico che esista veramente.” (Neville)*

*“Il sentimento è il segreto affinché una preghiera venga esaudita. E' necessario sentirsi nella situazione in cui la propria preghiera ha avuto risposta, vivendo e comportandosi sulla base di questa convinzione. Il sentimento dispiega lentamente le nascoste capacità dell'Animo, è il lievito senza il quale non è possibile alcuna creazione.” (Neville)*

## 6. RIMUOVERE LA NEGATIVITA'

*“Si sfrondi la propria immaginazione distogliendo l'attenzione da tutte le idee spiacevoli e distruttive e concentrandosi su ciò che si desidera ottenere.” (Neville)*

Uno dei temi fondamentali insegnati nella Scuola è la rimozione della negatività. La negatività, nella quale spesso ci si concede di indulgere, impedisce alla propria energia di elevarsi sopra il livello di base dei quotidiani drammi umani. La negatività sulla quale si pone la propria attenzione, attraverso la Legge della Manifestazione, si farà strada nella vostra Vita e perpetuerà condizioni avverse. Questo è un punto di partenza privilegiato dal quale cominciare a mettere in pratica il lavoro di Neville assumendo una prospettiva positiva e vedendo il meglio in ciascuno ed in ogni cosa indipendentemente dalle nostre credenze.

Da adesso in poi, quando vi sentirete prossimi ad abbracciare un pensiero od un'emozione negativa, sentirete tutta la vostra forza nel poter scegliere con cosa nutrire la vostra mente. Vi renderete conto che avete veramente la capacità di apportare dei cambiamenti in voi stessi e nella vostra Vita, state cominciando ad osservare gli automatismi nel vostro comportamento e diventare coscienti di questo processo.

*“Cominciate con il disciplinare la vostra mente osservando i vostri pensieri, guardateli durante l'intero corso della giornata e rifiutatevi di accettare qualsiasi pensiero che non sia carico di*

Amore.” (Neville)

Un altro buon motivo per eliminare ogni forma di negatività è l'effetto boomerang di quella che Neville chiama la REGOLA D'ORO.

*“L'avvertimento è stato dato agli uomini per mezzo della famosa REGOLA D'ORO: fate agli altri ciò che vorreste fosse fatto a voi. Potreste desiderare qualcosa per voi stessi o per qualcun altro ma se il vostro desiderio riguarda qualcun altro assicuratevi che ciò che desiderate sia accettabile per quella persona. La ragione di questo avvertimento è che la vostra stessa coscienza coincide con Dio, colui che dispensa ogni cosa. Ne segue che ciò che sentite o credete vero per qualcun altro è un regalo che gli state facendo e un regalo che non viene accettato torna a chi lo ha donato. Siate quindi veramente sicuri che voi stessi desiderereste quel regalo perché se accettate come vera dentro di voi una credenza riguardo a qualcun altro ma lui non riconosce questa come una verità per sé stesso, allora questo regalo rifiutato si materializzerà nel vostro mondo. Abbiate sempre cura di intendere ed accettare vero qualcosa per qualcuno solo se lo desiderereste anche per voi stessi. In questo mondo state costruendo il Paradiso in Terra.”* (Neville)

Quando si indirizzano pensieri negativi verso qualcun altro è molto probabile che ritornino al mittente ed almeno con una parte della negatività questo avviene regolarmente.

*“Una persona che pensa con malizia di qualcun altro sarà ferito dai suoi stessi pensieri se non riesce ad accettare a livello inconscio l'altra persona. Ciò che seminate, raccoglierete. Inoltre quello che desiderate e credete per gli altri, può essere desiderato e creduto per voi - voi non avete il potere di rifiutarlo se chi lo ha desiderato per voi lo accetta come verità anche per sé stesso. La sola possibilità che avete per rifiutare qualcosa è essere incapaci di desiderarla per qualcun altro - dare presuppone la capacità di ricevere.”* (Neville)

Diversamente quando si rivolgono pensieri positivi verso qualcuno è ragionevole aspettarsene i benefici.

*“Tutto il bene che accettate come vero per gli altri non sarà manifestato solo da loro ma si realizzerà anche per voi, pienamente condiviso.”* (Neville)

## 7. CONTROLLARE IL DIALOGO INTERNO

*“Il vostro dialogo interno si manifesta continuamente in ciò che accade attorno a voi. Diventerete autodidatti quando imparerete a mettere in relazione gli accadimenti nel mondo con il vostro dialogo interno.”* (Neville)

E' importante rendersi conto dei pensieri che passano per la testa. Osservare la propria mente è difficile ma è un traguardo che può essere raggiunto attraverso un'osservazione distaccata del proprio Sé senza alcun giudizio.

*“Un'osservazione acritica del dialogo interno dentro di noi ci rivela le credenze attraverso le quali vediamo il mondo.”* (Neville)

*“Prendetevi per mano e osservate i vostri pensieri e il modo che avete di reagire agli accadimenti, senza criticarvi. Non condannate i vostri pensieri ma mantenete il controllo.”* (Neville)

Si cominciate dall'osservare la negatività, è importante distogliere l'attenzione da tutti i pensieri negativi. Quando uno di questi trova posto nella nostra mente, anziché indulgere ed identificarvi con questo pensiero, allenatevi a spostare immediatamente la vostra attenzione su qualcosa di positivo. Si può approfittare di questo riflesso per ritornare all'IO SONO, alla propria idea di Dio o per cambiare la propria prospettiva cercando di trovare un aspetto positivo di qualcosa percepito come negativo.

*“Per negare qualcosa bisogna distogliervi la propria attenzione. Rilasciando dalla propria consapevolezza un pensiero od un problema ci si confronta direttamente con la divinità che dimora nel proprio Sé che si chiama IO SONO.”* (Neville)

*“Dal momento che lo stato con cui ci identifichiamo si specchia nel nostro dialogo interiore, per cambiare lo stato che ormai fa parte di noi dobbiamo innanzitutto modificare questo dialogo interno.”* (Neville)

*“Fermate il vostro vecchio, meccanico e negativo dialogo interiore per cominciarne uno positivo e costruttivo basato sulla premessa che i vostri desideri siano completamente soddisfatti.”* (Neville)

*“Potete realizzare cose che sembrano miracoli semplicemente controllando il vostro dialogo interno e basandolo sulla sensazione che i vostri desideri siano esauditi.”* (Neville)

*“Tutti noi possiamo realizzare i nostri obiettivi con il saggio uso della mente e della parola. La maggior parte di noi è completamente ignara della propria attività mentale ma per vivere una Vita di soddisfazione bisogna esserne consci perché è questo dialogo interiore la causa di tutti gli accadimenti che si manifestano nella nostra Vita.”* (Neville)

## 8. VIVERE IL MOMENTO PRESENTE

Tutto accade in questo preciso istante; persino quando si ricorda qualcosa, di fatto si sta vivendo nel presente una memoria di un evento passato. Ogni preghiera deve essere formulata al tempo presente: è necessario immergersi nella sensazione di provare il proprio desiderio realizzato nel momento che si sta vivendo, non in un qualche lontano futuro.

*“Dovete sforzarvi di essere. Per poter fare è necessario prima innanzitutto essere. Il desiderare ardentemente sfocia definitivamente nell'essere.” (Neville)*

*“Quando dite IO SONO, state dichiarando voi stessi essere in prima persona e al tempo presente, non c'è alcun futuro. Riconoscersi nell'IO SONO significa aver coscienza del proprio essere, la consapevolezza è l'unica strada.” (Neville)*

*“Non visualizzate mai voi stessi in un lontano futuro nello spazio e nel tempo. Fate in modo che la vostra azione avvenga nel Qui-ed-Ora! La differenza tra sentirvi agire qui ed ora e visualizzarvi in azione come in un film, fa la differenza tra successo e fallimento.” (Neville)*

## 9. ATTENDERE IL TEMPO NECESSARIO

*“C'è sempre un intervallo di tempo tra l'impressione e la sua espressione, tra la richiesta cosciente e la sua realizzazione. Questo intervallo è chiamato Sabbath, il periodo della quiete e dell'assenza di sforzo.” (Neville)*

Nel suo libro “La vostra Fede è la vostra Fortuna”, Neville mette in evidenza l'intervallo temporale necessario ad ogni manifestazione. Per quanto il tempo non sia altro che un'illusione, vi ci dobbiamo confrontare fino al momento in cui non trascenderemo i limiti del mondo fisico. Il tempo necessario per manifestare qualcosa dipende dall'intensità del sentimento e dalla determinazione con cui si applica il praticante.

*“Se ci si applica correttamente, un'azione immaginata si concretizza immediatamente nella realtà. Diversamente si realizza nel corso di un processo temporale.” (Neville)*

*“Gli uomini sono schiavi del tempo al punto che, se raggiungono uno stato di coscienza appropriato per realizzare nel mondo qualcosa di nuovo ma questo non si manifesta immediatamente, perdono la Fede nella realizzazione della loro richiesta, vi rinunciano e si riportano nel loro precedente stato d'essere. Proprio a causa di questa limitazione tanto diffusa, è molto utile aspettarsi fin dall'inizio un determinato intervallo di tempo tra la richiesta e la sua manifestazione.” (Neville)*

*“Adesso la mia coscienza si sposta avanti nel tempo e lì si prepara a ricevere.” (Neville)*

*“Ben compreso questo, è opportuno decidere quale potrebbe essere un intervallo di tempo ragionevole necessario alla realizzazione del proprio desiderio. Non cercate di ridurre la vostra attesa perché siete ansiosi di ricevere quanto desiderate, scegliete un tempo che appaia naturale. Nessuno può dirvi quanto dovrete aspettare, solo voi potete dire quanto dovrà prolungarsi la vostra attesa perché sia un evento naturale.” (Neville)*

*“Una consapevole fiducia in sé stessi riduce sempre considerevolmente il tempo di attesa. Colui che è abituato a grandi successi, si aspetterà manifestazioni molto più rapide di chi viene abitualmente sconfitto.” (Neville)*

## 10. CORREGGERE I PROPRI RICORDI

Neville scrive che, se mai dovrà esser ricordato per qualcosa, sarà per la “Tecnica di Correzione”, si riferisce alla modifica, nella propria memoria, degli eventi della Vita vissuta. L'idea di base è trasformare un brutto ricordo di un nostro vissuto, indiscutibilmente negativo, in qualcosa di piacevole utilizzando la fantasia di un evento positivo.

La “Correzione”, utilizzata comunemente nel mondo della PNL e discussa anche da Seth, funziona sostituendo ad una memoria un evento immaginario ugualmente valido.

*“La sera rivivete tutti gli episodi, gli eventi, le conversazioni e gli incontri della giornata. Nel ricordarvi, riscrivete quelli che vorreste cambiare correggendoli. Rivivete ogni scena fino al punto che appaia tanto reale da lasciarvi credere di averla realmente vissuta. Scoprirete che, revisionando le vostre giornate, i vostri domani cambieranno. Coloro con cui vi siete scontrati oggi, vi incoraggeranno domani perché avrete modificato la loro stessa natura - gli altri testimonieranno il cambiamento avvenuto dentro di voi, il diverso modo con cui appaiono ai vostri occhi.” (Neville)*

## IL PROSSIMO PASSO

Per quanto abbiate avuto tutto quanto credevate di desiderare dalla Vita, ancora sentite che vi manca qualcosa.

*“La sofferenza è insita nella natura di chi è fatto di carne ed ossa, questa è la strada dell'uomo. Non cercate di migliorare la vostra Vita, commettereste un grave errore. Per quanto non ci sia dubbio che, utilizzando il Pensiero Positivo e la vostra mente, voi potreste credere di migliorare la vostra Vita, dovete ricordare che vivete in un mondo di dualità: per ogni sopra c'è un sotto, per ogni passo avanti uno indietro, per ogni bene un male. Per questo, qualsiasi miglioramento possiate conseguire, durerà solo un istante per poi venir meno e voi tornerete miserabili quanto prima. Comincerete quindi di nuovo a combattere per i vostri diritti e lottare per la sopravvivenza, per poi tornare ad essere felici nel momento in cui otterrete ciò che desideravate. Siete come uno yo-yo, andate su e giù. E non importa quante volte io ve lo possa ripetere, andrete avanti inevitabilmente a comportarvi in questo modo.”* (Robert Adams, “Il Silenzio del Cuore”)

Ad un certo punto vi renderete conto che un reale senso di realizzazione non può provenire dall'esterno.

*“Ma se ci metterete tutta la vostra volontà, se lo praticherete ogni qualvolta ne avrete l'opportunità e ne farete il primo obiettivo della vostra Vita, avrete risultati stupefacenti. Risultati stupefacenti. Ma dovete metterlo al primo posto nella vostra Vita. Pensateci adesso. Cosa c'è ora al primo posto nella Vostra Vita? Non ditemelo ma pensatelo. Qual'è il vostro primo obiettivo? Potrete portarlo con voi alla vostra morte?”* (Robert Adams, “Il Silenzio del Cuore”)

Neville spiega come i nostri veri obiettivi debbano essere qualcosa che trascenda il successo in questo mondo fisico.

*“Inizialmente ogni vostra impresa sarà un successo. I vostri guadagni aumenteranno e vi potrete permettere tutto quanto desiderate. Ma dopo un po' di tempo vi renderete conto che state comprando solo dei giocattoli per divertirvi in attesa che lo spirito di Cristo si risvegli dentro di voi. A quel punto capirete che non vi trovate qui per accumulare una fortuna ma per redimere il mondo.”* (Neville)

Il fine ultimo è l'unione con il divino, il risveglio del Cristo dentro di voi. Neville racconta in diversi libri il giorno in cui si è “risvegliato dal sogno della Vita”. Una volta risvegliati non si avverte più la necessità di accumulare beni materiali e l'interesse si sposta sul mondo interiore di cui quello fisico è solo un'ombra.

*“Addomesticare la violenza che alberga in voi, trascendetela! Non lottate contro le avversità, si limitano a riflettere il tumulto dentro di voi, il loro osservatore. Distogliete da loro la vostra attenzione come quando voltate la schiena a qualcosa che non volete guardare.”* (Neville)

*“E' importante imparare a distinguere tra la propria identità (il proprio IO) e lo spazio che si occupa nel mondo fisico.”* (Neville)

*“Dio non si trova là fuori. Egli è nella vostra mente e sogna di essere voi.”* (Neville)

*“Riportate quindi in Vita il Perfettissimo provando il sentimento di essere il Cristo perché il Cristo è il concetto di Sé attraverso il quale vedere senza veli la realtà dell'eternità.”* (Neville)

*“Invece di credere in Dio o in Gesù, dovete credere di essere voi stessi Dio o Gesù.”* (Neville)

## L'IO SONO

Neville condivide il concetto del IO SONO con la grande tradizione indiana degli Advaita Vedanta sostenendo che il nostro senso dell'identità è ciò che trascende il nostro Sé fisico e ci collega con il nostro Sé Superiore. Trattenendoci su questa sensazione dell'IO SONO possiamo essere condotti al divino. Attraverso i sensi fisici bisogna spostare l'attenzione dall'esterno all'interno, verso il nostro Sé divino.

*“Ora, non potete cambiare il vostro IO se prima non lo scoprite e questo può esser fatto solo attraverso un'osservazione acritica del vostro Sé. Scoprire il vostro Sé (il vostro IO) è essenziale perché questa è l'unica causa di tutto ciò che osservate attorno a voi.”* (Neville)

*“Silenziosamente provate la sensazione di essere l'IO SONO, non condizionatela ma abbandonatevi al sentirvi senza forma né faccia. Una volta raggiunta quest'espansione della coscienza, date vita al nuovo provando la sensazione di trovarvi nello stato che desiderate. Fatelo e scoprirete che, nel profondo del vostro Sé, tutto è divinamente possibile. Quando vi troverete nella vostra coscienza priva di forma, tutto ciò che potrete immaginare di essere sembrerà poter essere raggiunto in modo assolutamente naturale.”* (Neville)

*“E' nostra consuetudine definirci con IO SONO QUESTO. Dovete separare con coerenza e perseveranza l'IO SONO dal QUESTO o QUELLO, per sperimentare il vero essere, semplicemente l'essere, senza il QUESTO o il QUELLO.” (Nisargadatta Maharaj)*

*“Per afferrare cosa si trova al di là della vostra coscienza di oggi, dovete tuffarvi nelle profonde acque dove nuotano i vostri desideri. Per far questo dovete distogliere la vostra attenzione dal problema che vi tormenta e dalla limitazione che vi fa soffrire, per confrontarvi con il vostro essere. Continuate a ripetervi IO SONO, IO SONO, IO SONO ... senza porre alcuna condizione a questa affermazione, limitatevi a provare il sentimento di ESSERE. Proseguite l'esercizio con costanza fino a sganciarvi dai vostri problemi e spostarvi nella profondità della loro soluzione.” (Neville)*

*“La coscienza incondizionata è Dio, la unica e sola realtà. Con coscienza incondizionata si intende una sensazione di consapevolezza, un senso di sapere CHE SI E' senza bisogno di sapere CHI SI E' - la coscienza di essere separata da ciò di cui io sono cosciente di essere.” (Neville)*

## LO STATO IN CUI SI HA TUTTO CIO' CHE SI DESIDERA

Assumere uno stato di estasi sembra essere il modo più meraviglioso per avere tutto ciò che si può desiderare attraverso la preghiera; trattenendovi in questo stato vedrete il mondo esterno rifletterlo.

*“Nel corso della giornata potete immaginare molte cose ma, invece di immaginare molte piccole cose, vi consiglio di immaginare qualcosa di tanto grande da includere tutte le piccole cose. Invece di immaginare abbondanza, salute e buone relazioni, immaginate di trovarvi in uno stato di estasi. Se siete in estasi non potete soffrire o esser spaventati e, al contrario, se non state sperimentando pieno Amore ed appaganti relazioni non potete trovarvi nello stato di estasi. Cosa provereste a trovarvi in uno stato di estasi senza sapere cosa vi ha condotto in questo stato? Riducete il concetto di estasi ad una sola sensazione: NON E' MERAVIGLIOSO? Non permettete alla coscienza, la vostra mente razionale, di chiedervene la ragione perché, se comincerà a ricercarne le cause, perderete questa sensazione. Piuttosto continuate a ripetervi più e più volte NON E' MERAVIGLIOSO? Suspendete ogni giudizio nel chiedervi cosa sia meraviglioso.” (Neville)*