

## Primo Viaggio *Il Sé Cristallizzato*

Riconoscere, fare esperienza e cristallizzare il Sé affinché la consapevolezza lavori.

- STADIO 1  
Turbamento
- STADIO 2  
Noia
- STADIO 3  
Irritazione
- STADIO 4  
Frustrazione

- STADIO 5  
Focus
- STADIO 6  
Assimilazione
- STADIO 7  
Fare esperienza e  
Cristallizzare il Sé



## Secondo Viaggio *Il Sé Espressivo*

Sviluppare sensibilità al Sé, mantenere la propria integrità e infine trovare la quiete in ogni azione

- STADIO 8  
Rasa
- STADIO 9  
Delizia
- STADIO 10  
Cortesìa
- STADIO 11  
Umiltà

- STADIO 12  
Elevazione
- STADIO 13  
Grazia
- STADIO 14  
Esprimiti e Sii  
Te Stesso



## Terzo Viaggio *Il Sé Trascendente*

Apri la dimensione del Sé Trascendente, in cui Tu diventi Tu. Niente di più, niente di meno. Diveniamo esseri umani realizzati.

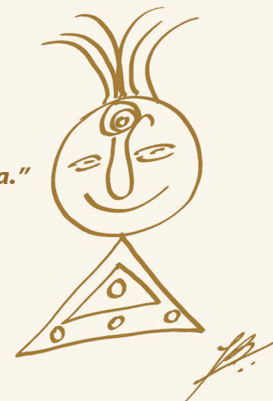
- STADIO 15  
Presenza come una  
luce
- STADIO 16  
Radianza in ogni  
luogo
- STADIO 17  
Immobilità e preghiera

- STADIO 18  
Predicatore
- STADIO 19  
Insegnante
- STADIO 20  
Saggio
- STADIO 21  
Pulsazione Infinita



*"I tre Guna, le tre forze della natura, sono bilanciate. Ciò apre il cuore. Su esso la testa è fissa e stabile. Sei consapevole di Tutto ed il Chakra della Corona brilla come il Sesto Chakra comanda."*

Yogi Bhajan



*"Felice. Pieno sopra e sotto. Cielo e Terra si mescolano nel cuore del saggio. Tu sei l'equilibrio. La realizzazione arriva a coloro che ti incontrano. La preghiera è realtà."*

Yogi Bhajan

