

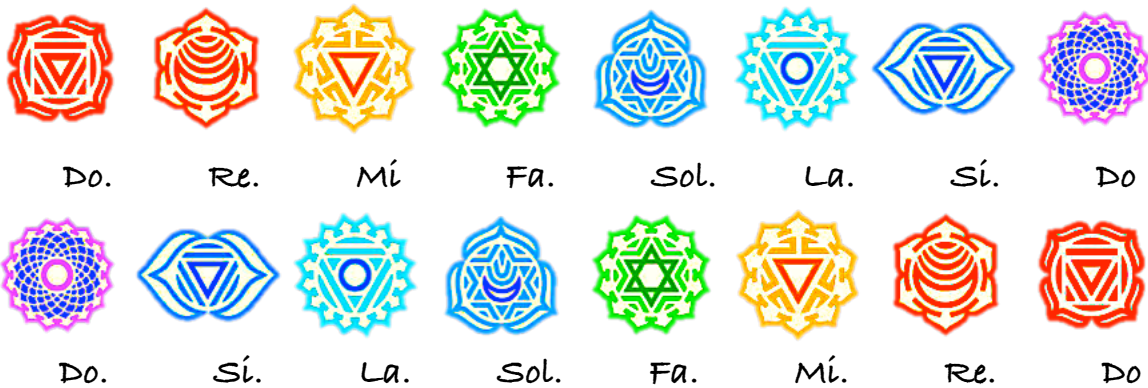
EJERCICIO DE CONEXIÓN  
 CONNECTION EXERCISE  
 (visualizando y sintiendo)  
 (visualizing and sensing)

1º.: De la Raíz a la Corona  
 (frontal)

1st.: From Root to Crown  
 (frontal)

2º.: De la Corona a la Raíz (por la  
 espalda)

2nd.: From Crown to Root (by  
 the back)



Nota: Esto no es para visualizar "símbolos" sino a los avatares/hologramas "soror mística" o "frater místico", en el ámbito "etérico"

Tampoco debemos olvidar de incluir los hombros, al visualizar el chakra de la garganta, ya que el campo del compartir (Nota "Sol", el conocimiento y la comprensión) alcanza hasta los brazos extendidos y más.

Las "Notas" son llamadas "Claves", "Llaves" ("Keys" en inglés) y son efectivamente ("de hecho") las Claves, las llaves que nos abren a experiencias totalmente satisfactorias, de Conexión: Baste, por ejemplo, visualizar en el "espacio etérico", cercano a nosotros, p.ej. la nota "Mi" de nuestro avatar, para "sentirlo" completamente.

Justamente, en estos días, en que se nos ofrecen, a través de la "tecnología" informática, sucedáneos, imitaciones, con el único propósito de, adrede, deliberadamente alejarnos de nuestras capacidades humanas, debemos practicarlas diariamente. En esto nos ayuda el otro centro que nos ayuda, aquel de nuestro propósito permanente en la clave "Fa".

Note: This is not to visualize "symbols" but the avatars/holograms/  
"mystical soror" or "mystical frater", in the "etheric" realm  
We must also not forget to include the shoulders, when visualizing the chakra  
of the  
throat, since the field of sharing ("G" note, knowledge and  
understanding) extends to outstretched arms and more.

The "Notes" are called "Keys" and they are in fact the Keys, the keys that open  
us to totally satisfactory experiences of Connection: It is enough, for example,  
to visualize in the "etheric space" close and around us, for example, the key "E"  
of our avatar, to "feel", to fully "sense it".

Precisely, in these days, when we are offered, through computer "technology",  
substitutes, imitations, with the sole purpose of, deliberately, distancing us  
from our human capacities, we must practice them daily. In this, the other  
center which helps us, is that of our permanent aim, in the key "F".