

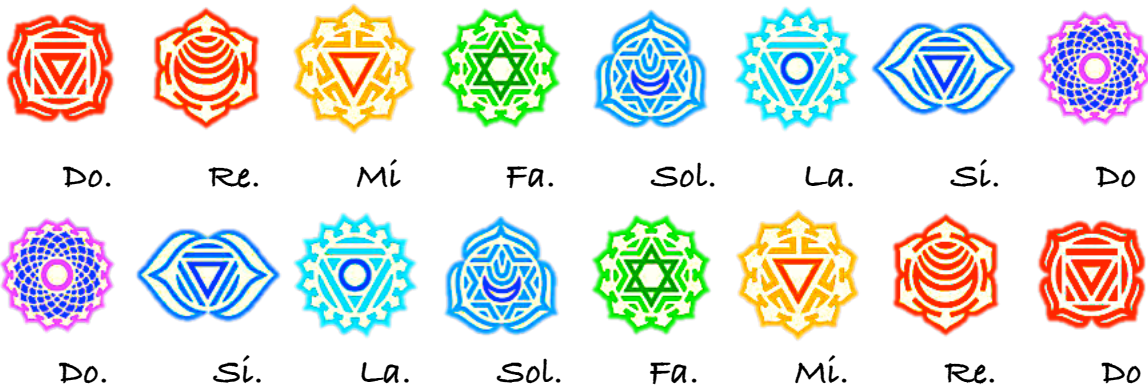
EJERCICIO DE CONEXIÓN
 CONNECTION EXERCISE
 (visualizando y sintiendo)
 (visualizing and sensing)

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.

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.