

# EJERCICIOS PRACTICOS

## MODULO V

### Materiales:

- Regla y lápiz

\*Busca un momento en el día en el que nadie te moleste y puedas estar tranquilo@, para realizar tu practica sin interrupciones.

### 1° Ejercicio práctico

1- En este primer ejercicio, lo primero que vas a hacer es imprimir la lamina de [El Fruto de la Vida](#).

2- Con la lamina delante de ti, comienza a conectar con tu corazón, a través de tu pulso.

3- Conecta también con el flujo de tu respiración, sin tratar de cambiar nada, simplemente siente y dejate ser !.

4- Una vez que hayas conectado con el momento presente , a través de tu corazón y tu respiración, tomate unos cinco minutos para observar tu lamina,



no tienes que buscar nada ni hacer nada mas que observarla.

5- Después cierra los ojos.

Quizás puedas observar como puedes ver esta imagen en la oscuridad con tus ojos cerrados.

6- Si puedes verla continua observándola durante el tiempo que tu consideres.

Si no puedes verla, no te preocupes, dale tiempo.

7- Puedes volver a abrir los ojos y observarla de nuevo y volver a cerrarlos!(trata simplemente de recordarla imagen con los ojos cerrados).

-Este ejercicio te ayudara a integrar la forma.

-Es muy importante que no sea forzado, la mejor manera de llegar a ello es abrirse y dejar que la imagen venga , sin esfuerzo.

\*Recuerda que lo que estamos haciendo es caminar hacia una forma de vida mas fácil y armónica , donde no hace falta luchar, ni forzarse para hacer las cosas.



## SOLO ABRIRSE A QUE SUCEDAN

### 2° EJERCICIO PRÁCTICO

1- En este segundo ejercicio vamos a crear desde

**El Fruto de la Vida ---- El Cubo de Metatròn.**

2- Combinando las dos energías que componen el todo:

los círculos, esferas (energía femenina) conectados entre si a través de líneas rectas (energía masculina).

3- Así que prepara regla y lápiz y a dibujar!

4- comienza, para seguir un orden, por la columna central, por la circunferencia de arriba:

Une el centro de esta, con líneas rectas con todos los centros de las demás circunferencias que componen El Fruto de la Vida.

\*cada vez que comiences a trazar desde un centro acuérdate de anclar tu energía en él y trazar conectando con tu respiración\*

5- repite el mismo proceso con cada una de las circunferencias de esa columna.



6- Después, ordenadamente, pasa a las otras dos columnas realizando el mismo proceso hasta que todas las circunferencias estén conectadas a través de sus centros.

Un total de 68 líneas que conectan las circunferencias darán lugar a:

## El Cubo de Metatròn

el primer sistema de información

7- Ábrete al campo de las infinitas posibilidades y permite que esta sagrada forma se integre de nuevo en ti !

Y....

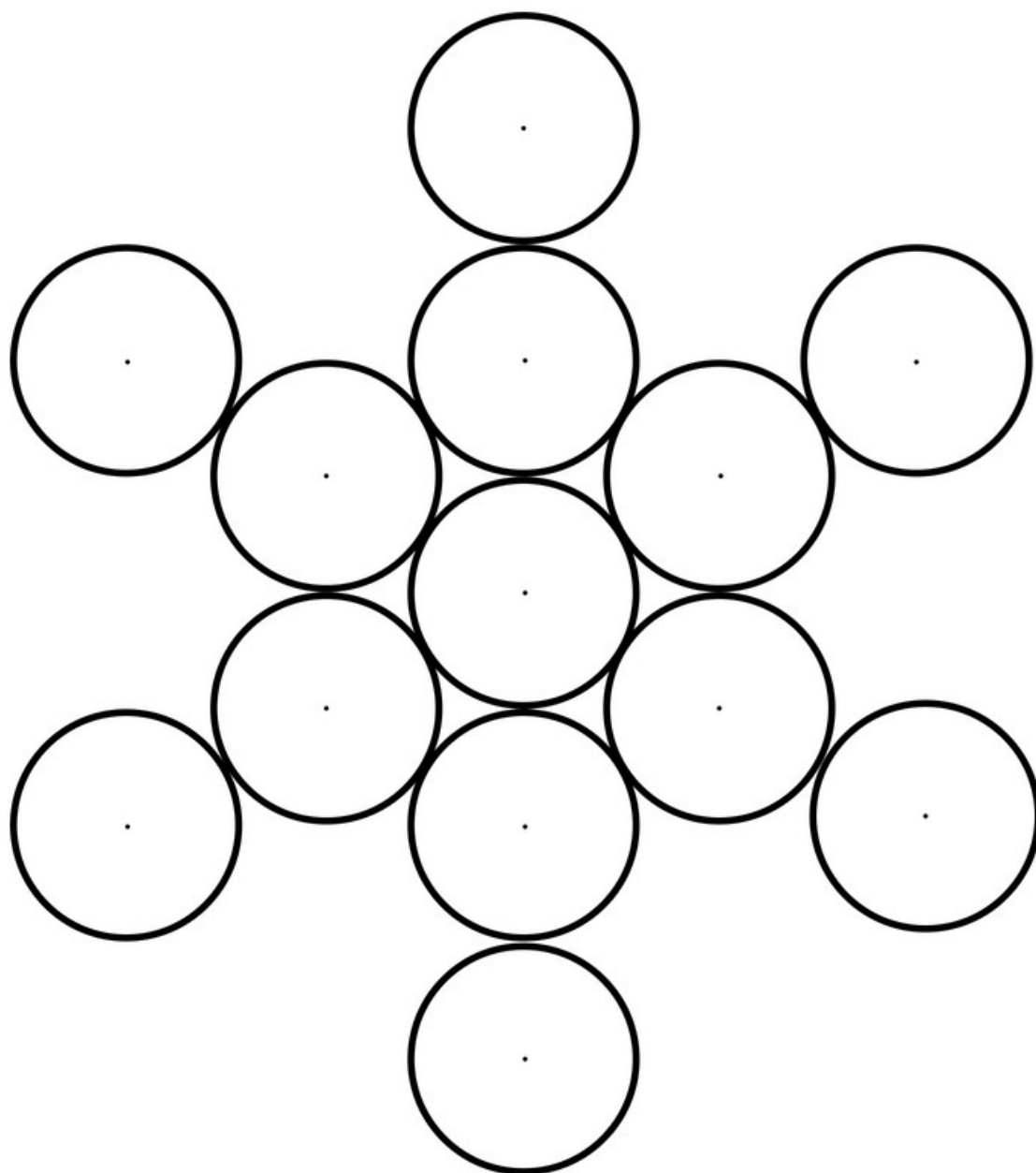
**YA SABES**

**SI QUIERES COMPARTIR ALGUNA  
EXPERIENCIA O ALGUNA DUDA, ESTARE  
ENCANTADA DE LEERTE y COMPARTIR!**

CON AMOR

*Susana Shima*





# **EL FRUTO DE LA VIDA**