

**Fecha:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Meditación de: \_\_\_\_\_­­­­­­­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

*(Escribe aquí la meditación guiada que has elegido hacer, ya sea de un audio, cd, video o propia.)*

**Intención:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

*(Escribe aquí que te ha motivado a hacer esa meditación.)*

**Mensaje recibido:**

*(Despues de meditar 5 minutos conectando y aceptando la energía del Arcángel Uriel, toma nota de ideas, palabras, sensaciones, sonidos, aromas, o cualquier aspecto que consideres es parte de tu respuesta. Recuerda estar atento, expectante, abierto a todo lo que pueda suceder.)*

­­­­­­­

**Estrategias a seguir:**

*(Toma nota de algunas acciones que puedes llevar a cabo después de este encuentro.)*

|  |
| --- |
| **1** |
| **2** |
| **3** |
| **4** |
| **5** |