



HOJA DE TRABAJO
PROGRAMA DE MEDITACIÓN
MÓDULO 1
CONEXIÓN INTERIOR

NOMBRE _____

FECHA _____

SEMANA _____

INSTRUCCIONES. Esta hoja es semanal, en cada módulo llenarás cuatro hojas y diariamente podrás complementar lo que escribiste al inicio de la semana.

¿Qué tanto valoras la conexión profunda de la naturaleza de tu ser y el conocimiento de que somos seres magníficos creando la realidad?

Al inicio de la semana

Mi Objetivo es:

Lo haré porque:

Al final de la semana

Mis logros fueron:

Seguiré trabajando en:
