

Fase B Conferencia No.2

## **MEDITACIÓN (PRÁCTICA)**

Meditación Reflexiva

1. Empezar con 5 minutos de derviches
2. Relajar el cuerpo 5 minutos
3. Conjunción del Belilin
4. Circulo Mágico
5. Suplica de asistencia al padre y a la madre divina
6. Acomodar perfectamente el cuerpo y hacer una relajación simple.
7. Reconstruir una escena del diario vivir o un echo pasado.
8. Reflexionar cuidadosamente en cada detalle sacando lista de los errores.
9. Suplicar a la madre divina eliminación para cada detallito que comprendamos
10. Agradecer a la madre divina la asistencia al terminar.