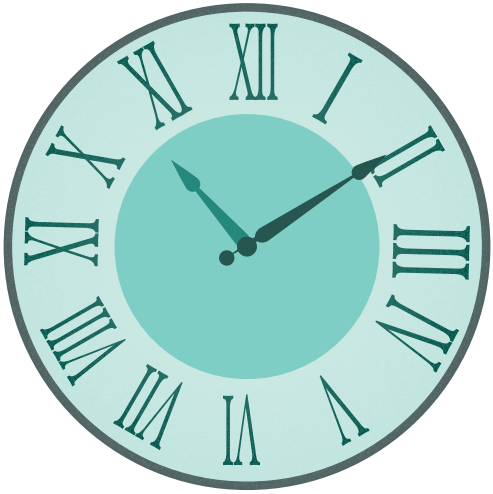
¡Tenemos un regalo!

¡Tiempo para ti!



¡SÓLO PARA TI!
¡PARA CONOCERTE!

¡Para encontrarte contigo mismo!

SILENCIO

Reserva un momento cada día para estar contigo mismo, en lugar tranquilo y silencioso.

Al principio puede no ser sencillo. Pídele a Dios que te ayude. Puedes utilizar frases cortas y sencillas, cerrar los ojos y repetirlas.

Puedes preguntarte:

¿Qué te hace sentir bien?

¿Qué te hace sentir mal?

¿Quién eres?

¿Qué te gusta de ti mismo?

¿Qué te gusta de tus amigos?

¿Cómo te sientes en este momento?

¿Qué debes agradecer a tus padres?

¿Qué debes agradecer a Dios?

¿Qué personas son importantes en tu vida?

¿De qué eres capaz?

¿Qué necesito para ser más feliz?

¿Qué esperan los demás de mí?

¿Qué espero de mí mismo?

**¿Qué pienso de mí mismo? ¿Me gusta?
¿Me construye?**

¿Qué me dice Dios?

¿Soy feliz?

**¿Hago felices a las personas
que están cerca de mí?**

¿ ?