

# 1 YO, MÍ, ME... ¡CONMIGO!

## Para pararse

Yo os he elegido a vosotros.

Juan 15,16



## Conecta

### Los colores de mi yo

¿Sabes que los verdaderos colores no se ven con los ojos? Es algo mucho más profundo.

Todos tenemos un día negro, sabemos que lo gris equivale a nublado, oímos que “no todo en la vida es de color de rosa”, lo amarillo lo relacionamos con la luz o el calor... Y sabemos lo que es el verde esperanza.

*Nuestro mundo interior,  
los pensamientos,  
las sensaciones...,  
también tienen  
sus colores.*



Da color a tu yo y pinta cada parte de tu mundo interior.

Recorre con el pensamiento cada parte de tu cuerpo, descubre cómo te sientes ahí y elige el color adecuado que exprese mejor ese sentimiento. ¡Después píntalo!