

TERCER MEGILÁH

1. Me interesa conocer y valorar con paz mis capacidades y debilidades, porque me siento aceptado y amado por Dios como soy.
2. En general, mantengo una buena alimentación, aseo y apariencia física, como expresión de amor a mí mismo, a los demás y a Dios.
3. Realizo deportes o ejercicios y respeto los tiempos de descanso, cuidando la salud de mi cuerpo, que es también don del Señor.
4. Soy capaz de reconocer lo que me pasa y darle nombre a las emociones que siento (alegría, rabia, pena, etc.).
5. Soy capaz de expresar adecuadamente lo que me ocurre, en el momento adecuado y a la persona que corresponde.



6. Intento vivir y expresar con mis actitudes el amor de Dios Padre que experimento en mi vida.
7. Soy cariñoso con mis seres cercanos: padres, abuelos, hermanos, amigos, compañeros, como expresión del amor de Dios que vive en mí.
8. Soy capaz de ponerme en el lugar de los demás, siendo sensible y respetuoso con mis hermanos de tribu.
9. Soy capaz de afrontar los conflictos sin agresiones, de una manera adecuada y constructiva, tal como me invita el Señor, mi Dios.
10. Soy respetuoso del cuerpo y las emociones de los demás, pues reconozco en ellos dones maravillosos de nuestro Creador.