

O MONSTRO DAS CORES

Autora: Anna Llenas



Este é o monstro das cores. Hoje ele acordou estranho, se sentido estranho, confuso, aturdido. Não sabe muito bem o que lhe passa.

Enrolado de novo? Disse uma menina, sua amiga. Você não aprende nunca!

Quanta bagunça você faz com as suas emoções. Assim, emboladas, não funcionam.

Você tem que separá-las, e colocar cada uma em seu pote. Se quiser, te ajudo a organizar, falou a menina.

A alegria é contagiante. Brilha como o sol, pisca como as estrelas.

Quando está alegre, você ri, pula, dança, brinca... E tem vontade de compartilhar sua alegria com todo mundo.

A tristeza está sempre sentindo falta de algo. É suave como o mar, doce como os dias de chuva. Quando você está triste, se esconde e quer ficar só, e não tem vontade de fazer nada.



Quando está com raiva, você sente que cometeram uma injustiça e quer descarregar a fúria nos outros.

O medo é covarde, se esconde e foge, como um ladrão na escuridão.

Quando tem medo, você se sente pequeno e insignificante. E pensa que não conseguirá fazer o que te pedem.

A calma é tranquila como as árvores e leve como uma folha ao vento. Quando você está calmo, respira pouco a pouco e profundamente. Você sente em paz.

Mas e agora, você sabe o que está sentindo?

