



*Asociación Aragonesa de familiares de Enfermos  
con Trastornos de la Conducta Alimentaria*  
Paseo de Sagasta 51, 5º izda. Zaragoza 50007  
Teléfono y Fax: 976 38 95 75; Email: [arbada@arbada.org](mailto:arbada@arbada.org);  
<http://www.arbada.org>

## **DEBEMOS TENER...**

La suficiente alegría para ser siempre amables.

Los suficientes problemas para ser fuertes.

Las suficientes penas para ser humanos.

La suficiente esperanza para ser felices.

Los suficientes fracasos para ser humildes.

El suficiente éxito para ser entusiastas.

Los suficientes amigos para confortarlos.

El suficiente dinero para cubrir nuestras necesidades.

El suficiente entusiasmo para seguir adelante.

La suficiente fe para vencer la depresión.

La suficiente determinación para hacer que cada día sea mejor que el anterior.