



*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>

## **A pesar de todo**

### SONRÍO....

Aunque la vida me golpee,  
Aunque no todos los amaneceres sean hermosos,  
Aunque se me cierren las puertas. Sonrío...

### SUEÑO....

Porque soñar no cuesta nada y alivia mi pensamiento,  
Porque quizás mi sueño pueda cumplirse,  
Porque soñar me hace feliz.

### LLORO...

Porque llorar purifica y alivia mi corazón,  
Porque mi angustia decrece, aunque sólo sea un poco,  
Porque cada lágrima es un propósito de mejorar mi existencia.

### AMO...

Porque amar es vivir,  
Porque si amo, quizás reciba amor,  
Porque prefiero amar y sufrir, que sufrir por no haber amado nunca.

### COMPARTO....

Porque al compartir crezco,  
Porque mis penas, compartidas, disminuyen,  
Y mis alegrías se duplican.

¡Sonrío, sueño, lloro, amo, comparto, vivo!!! Y por esto cada día doy gracias, se que me dan un día más...