



*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;
<http://www.arbada.org>

Aprovecha el día

No dejes que termine sin haber alimentado tus sueños.

No te dejes vencer por el desaliento.

No permitas que nadie te quite el derecho de expresarte, que es casi un deber.

No abandones tus ansias de hacer de tu vida algo extraordinario.

No dejes de creer que las palabras y la poesía sí pueden cambiar el mundo, porque pase lo que pase, nuestra esencia está intacta.

Somos seres humanos llenos de posibilidades.

La vida es desierto y oasis, nos derriba, nos lastima, nos enseña, nos convierte en protagonistas de nuestra propia historia.

No dejes nunca de soñar, porque en sueños es libre el hombre.

No caigas en el peor de los errores, el silencio.

La mayoría vive en un silencio espantoso. No te resignes. Huye !!

Emite tu alarido sano por los techos de este mundo.

Valora la belleza de las cosas simples, y también la simpleza de la belleza.

No traiciones tus creencias, todos necesitamos aceptación, pero no podemos remar en contra de nosotros mismos, eso transforma la vida en un infierno.

Disfruta el pánico que provoca tener la vida por delante.

Vívela intensamente sin mediocridades.

Piensa que en ti está el futuro y encara la tarea con orgullo y sin miedo.

Aprende de quienes pueden enseñarte.

No existe nadie tan sabio que no pueda aprender algo nuevo, como tampoco hombre tan pobre que no tenga algo por enseñar.



*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;
<http://www.arbada.org>

¡¡Aprende!! pero sobre todo aprende a vivir.

¡¡Enseña!! No permitas que la vida te pase a ti sin que la vivas...y sobre todo nunca olvides sonreír.