



*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>*

La Vida te da....

La vida te da lo que tú le ofreces, si tu le ofreces derrota eso te da, si le ofreces felicidad también te la da, pero piensa que la vida es maravillosa y no te da más de lo que tu buscas. Busca siempre en positivo.

En la vida siempre te encontrarás, lo que tú deseas, lo que tú quieras, lo que necesites, el apoyo para seguir, pero nunca olvides algo:

SONREIR

Cuando sientas helarse tu alegría ante la sonrisa burlona de otro; cuando veas desfallecer tu corazón ante la desdaga de los maliciosos; cuando tu ambición se limite a querer lo que todo el mundo quiere; cuando seas prisionero de los demás, del que dirán, revélate y no admitas otro guardián que la pureza de tu propia conciencia.

Si tu alma está ligada a un cuerpo indómito; si tu corazón esta sumergido en una sensibilidad exasperada; si tu inteligencia está oscurecida por las pasiones incontroladas; si eres el prisionero de ti mismo; por no saber luchar contra esa "droga" que te mata a ti y a los que te aman... Lucha con ellos para hacerte esclavo de un ideal y ser dueño de tu propio destino.

No dejes que el volante de tu vida lo conduzca nada que no se te haya dado por naturaleza.

Si tus límites son el fruto de tus repulsas; si tú todo no es nada porque no está compartido; Si estas vacío por estar demasiado lleno de ti mismo; si eres el prisionero de tu egoísmo:

Llora sobre los muros de tu vida,

Maldice tus fronteras,

Rompe tus cadenas,

Abraza el mundo que te fue entregado con tus manos liberadas y ruega al amor que no te abandone nunca.

¡Has nacido para ser libre!

Cuando la libertad desaparece, el hombre pierde su razón de existir.



*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>*

No seas Tú, tu propio asesino. No mates con conductas absurdas el regalo que te dieron al nacer.

El mayor mal que amenaza a la humanidad no es la bomba atómica, ni las guerras... son las enfermedades que nosotros mismos hemos creado, cuando enviamos nuestros cuerpos y olvidamos que es nuestro santuario.

No valen las excusas baratas y manidas, de que las circunstancias de tu alrededor te han llevado a lo que eres y haces... porque nadie te obliga a destruirte a ti mismo, solo hay que decir No.

No a que decidan por mí, yo guío mi destino

No a hacer lo que hacen todos, yo sé lo que quiero

No a seguir modas estúpidas, yo soy mi modelo.

NO y NO a todo lo que me convierte en un pelele, en una sombra.

NO a encerrarte en ese círculo vicioso que te hace rodar cuesta abajo, hasta destruirte.

Pínchate cada día de esperanza, inhala aires de alegría, fúmate la voluntad a paquetes, bebe copas llenas de optimismo, que te hagan ser ese Ser maravilloso que todos tenemos dentro.

Rompe tus cadenas.

VIVA LA VIDA