



*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>

### **Solo se pierde**

Perdí un juguete que me acompañó en mi infancia, pero gané el recuerdo del amor de quien me hizo ese regalo.

Perdí mis privilegios y fantasías de niño, pero gané la oportunidad de crecer y vivir libremente.

Perdí a mucha gente que quise y que amo todavía, pero gané el cariño y el ejemplo de sus vidas.

Perdí momentos únicos en la vida porque lloraba en vez de sonreír, pero descubrí que es sembrando amor, como se cosecha amor.

Yo perdí muchas veces y muchas cosas en mi vida, pero junto a ese "perder" hoy intento el valor de "ganar".

Porque siempre es posible luchar por lo que amamos, y porque siempre hay tiempo para empezar de nuevo.

No importa en que momento te cansaste.

Lo que importa es que siempre es importante y necesario volver a empezar.

Volver a empezar, es darse una nueva oportunidad, es renovar las esperanzas en la vida y lo más importante... Creer en ti mismo.

Sufriste mucho en este período??... Fue aprendizaje.

Lloraste mucho??... Fue limpieza.

Sentiste rencor??... Fue para aprender a perdonar.

Estuviste solitario en algún momento??... Fue porque cerraste la puerta.

Te sientes solo??... Mira alrededor y encontraras mucha gente esperando tu **SONRISA** para acercarse mas a ti.

Hoy es un excelente día para comenzar un nuevo proyecto de vida. Mira alto, sueña alto, anhela lo mejor de lo mejor, anhela todo lo bueno, que la vida nos trae lo que anhelamos.

Si pensamos pequeño, lo pequeño nos vendrá. Si pensamos firmemente en lo mejor, en positivo y luchamos para alcanzarlo, va a venir a nuestra vida.



*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>

Arroja lo malo a la basura, limpia tu corazón y haz que estés listo para una nueva vida, para un nuevo amor, porque además somos la manifestación del amor.

Confía en la vida.... Confía en ti.