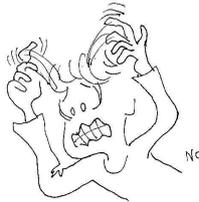


Tengo mucha suerte. Estoy bien, y las personas a las que más quiero, también. Pero soy tan tonto que me agobio. He tenido que llamarme la atención y decirme unas cuantas cosas. Y me he inventado un acróstico, que también puede ser un verbo. Aquí lo dejo, por si a alguien tan tonto como yo, le puede servir...

CREAPIAR

CÁLMATE. Si estás abrumado, tranquilízate. No dejes que se te lleven los miedos, ni los demonios.



RELATIVIZA. Piensa en tu escala de valores. Date cuenta de lo que es verdaderamente importante para ti, y de lo que no lo es. O no tanto como para hacerte sufrir tanto.



ESCUCHA. Tú no tienes por qué ser el más listo. El otro puede ver las cosas con más claridad que tú. Escucha con atención, y con respeto.



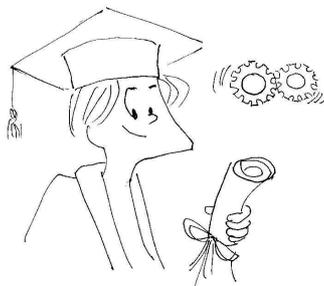
AGRADECE. Siempre que puedas, muéstrate agradecido en tu interior, con tu entorno y con tu vida. Busca siempre algo que agradecer.



POSITIVIZA. Sé positivo en tus pensamientos y en tus palabras. No te dejes llevar por pensamientos negativos. Córtalos en seco, e invierte tu dinámica mental.



INTELIGE. Sí, del verbo inteligir, que significa ser inteligente, comprender, entender las cosas. Lo que te permitirá actuar acertadamente.



AYUDA. Anima a quienes están contigo. Refuézales. Reconforta sacando lo mejor de ti. Es, también, la mejor forma de ayudarte.



RECUERDA. Recuerda quién eres. Entiéndelo como quieras. Puedes verte como el hijo de tus padres, como el padre de tus hijos, como el que solo necesita amor, o el que siempre anda buscando responder a la última pregunta: *quién eres tú*. En el fondo, lo sabes. No te olvides nunca de quién eres tú.



En resumen: crea paz dentro de ti, y cántala. Crea, y pía. Creapía.