

date tiempo

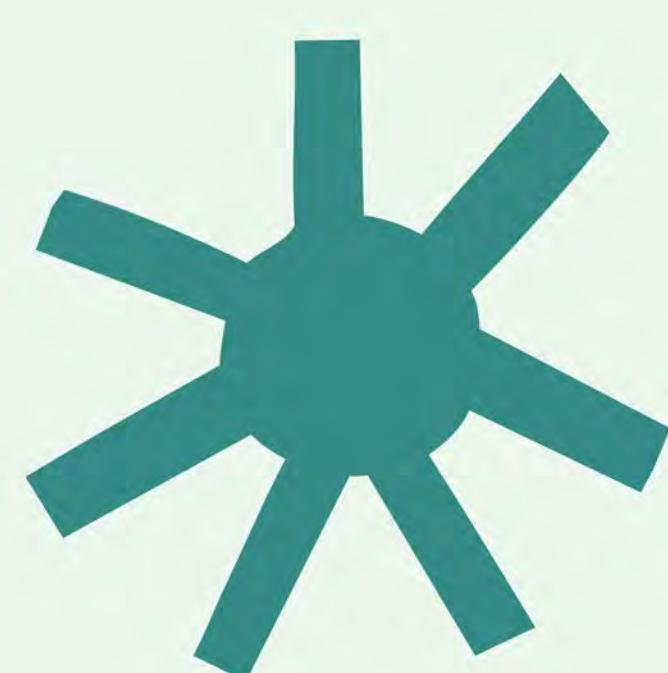
para

llora

respira

descansa

acepta



ESTÁ BIEN

NO ESTAR BIEN

La vida sería un poco más fácil
si aceptamos que...

el dolor
es parte de ella

date tiempo



Está bien sentir
que no puedes con todo...

no hace falta ahogarte
en el alcohol por ello

para



El alcohol
no quita las penas...

sólo
las marea

llora



No es necesario
ser siempre feliz...

ni drogarse
para parecerlo

respira



Lo que la mente calla,
el cuerpo lo grita en ...

ansiedad, tensión,
dolores...

acepta



No tienes que resolverlo
todo (ni tomar más café
y estimulantes para conseguirlo)

déjase al "universo" y...

descansa



ESTÁ BIEN NO ESTAR BIEN