

## QUERIDO YO MEREZCO QUE ME TRATES MEJOR

**Querido Luis, merezco que me trates mejor.** Aprovecharé esta ocasión en que estás frente al espejo para decirte cómo me haces sentir. ¿Alguna vez te has parado a pensar que lo que me dices te lo dices a ti mismo?

**He tolerado toda clase de cosas, desde descalificaciones hasta críticas.** ¿Por qué eres tan poco amable conmigo?, ¿acaso te has olvidado de que somos la misma persona? Quiero que sepas que esta no es una carta de reclamo. Querido yo, para eso te bastas solo. **Lo que quiero lograr con esta carta es que entiendas que tienes muchas cosas que no ves.** Deja de prestar atención solo a lo que nos daña.

DEJA DE AUTOCOMPADECERTE, Querido yo, ¡la cantidad de veces que te he escuchado quejarte de mí, es inmensa! No muestras mucho respeto por lo que somos. **La autocompasión parece ser uno de tus deportes favoritos y ni siquiera te permites ver lo bueno que tenemos.**

**Tan solo vas por la vida preguntándote por qué no tienes lo que mereces. ¿Has pensado que tienes más de lo que valoras?** Me gustaría que por un momento te pararas frente al espejo y en lugar de criticar tu nariz o tu barriga agradecieras por las piernas que te dejan moverte.

¿Y si dejas de descalificarme?

Cada vez que tienes oportunidad observas algo de mi. El problema es que nunca es una observación agradable. **Querido yo, ¿qué tal si te esfuerzas un poco y por fin entiendes que tus características físicas no te definen?** ¡En serio! Piénsalo y verás que es cierto.

En lugar de llamarme “gordo” podrías llamarme “amable”. En serio, **deja de verme solo desde lo negativo.** Eres más que eso. Eres inteligente, eres agradable, eres amigo, eres padre, eres un buen sujeto.

**Si es verdad que ese defecto que tanto te molesta te parece tan grande, trabaja para cambiarlo.** De nada te servirá pasar la vida quejándote una y otra vez. De verdad, me gustaría que así como embelleces tu exterior, trabajes en tu interior.

RODEAME DE GENTE QUE NOS AME.

Querido yo, ya es muy pesado lidiar con las quejas y observaciones que haces sobre mí. Pero eso de que también te acerques y hagas amistad o algo más con gente que no nos valora no es tan lindo. ¿Has pensado que a veces te rodeas de demasiadas relaciones tóxicas?

No solo merezco que me trates mejor. También **podrías esforzarte por socializar con personas que te hagan ser mejor** . Personas que te ayuden a ver lo bueno de ti y que te ayuden a mejorar cada día.

Deja atrás los chismes y todas esas tonterías que no nos ayudan. ¿Por qué no sales mejor con esa amiga que siempre que te ve te dice que te ves bien? Porque en serio, te vez bien solo necesitas creerlo.

QUERIDO YO SE TU MISMO

Lo último que te quiero pedir es que vuelvas a ser tú. **Entre tantas obligaciones, miedos, dudas y frustraciones ya no sé dónde hemos quedado**. Tan solo te pido que vuelvas a ser ese niñ@ que reía a carcajadas y se ilusionaba.

Sé que la vida es dura y que te han desilusionado. También sé que has llorado muchas veces porque te rompieron el corazón. Pero la vida es eso: amar, crecer, reír, llorar, ilusionarnos y volver a empezar.

Por favor, no me dejes a un lado. **Querido yo, yo soy tú y solo te pido que vivamos con pasión y como si el mundo se acabara hoy. No sé si mañana estemos aquí para volver a intentarlo.**