

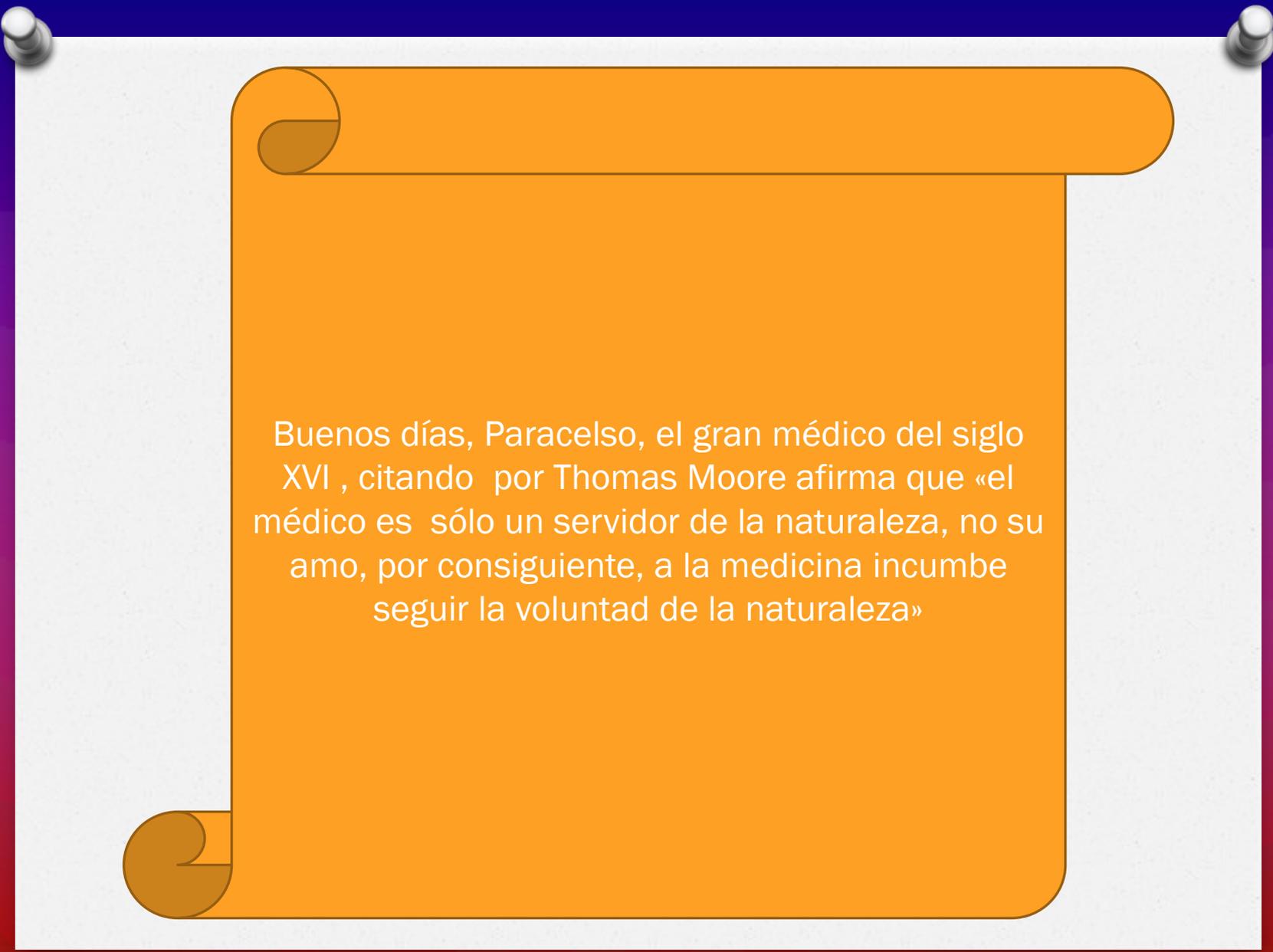
# Apoyo emocional en tiempos de crisis

John Darío Ochoa Zapata  
Asesor escolar

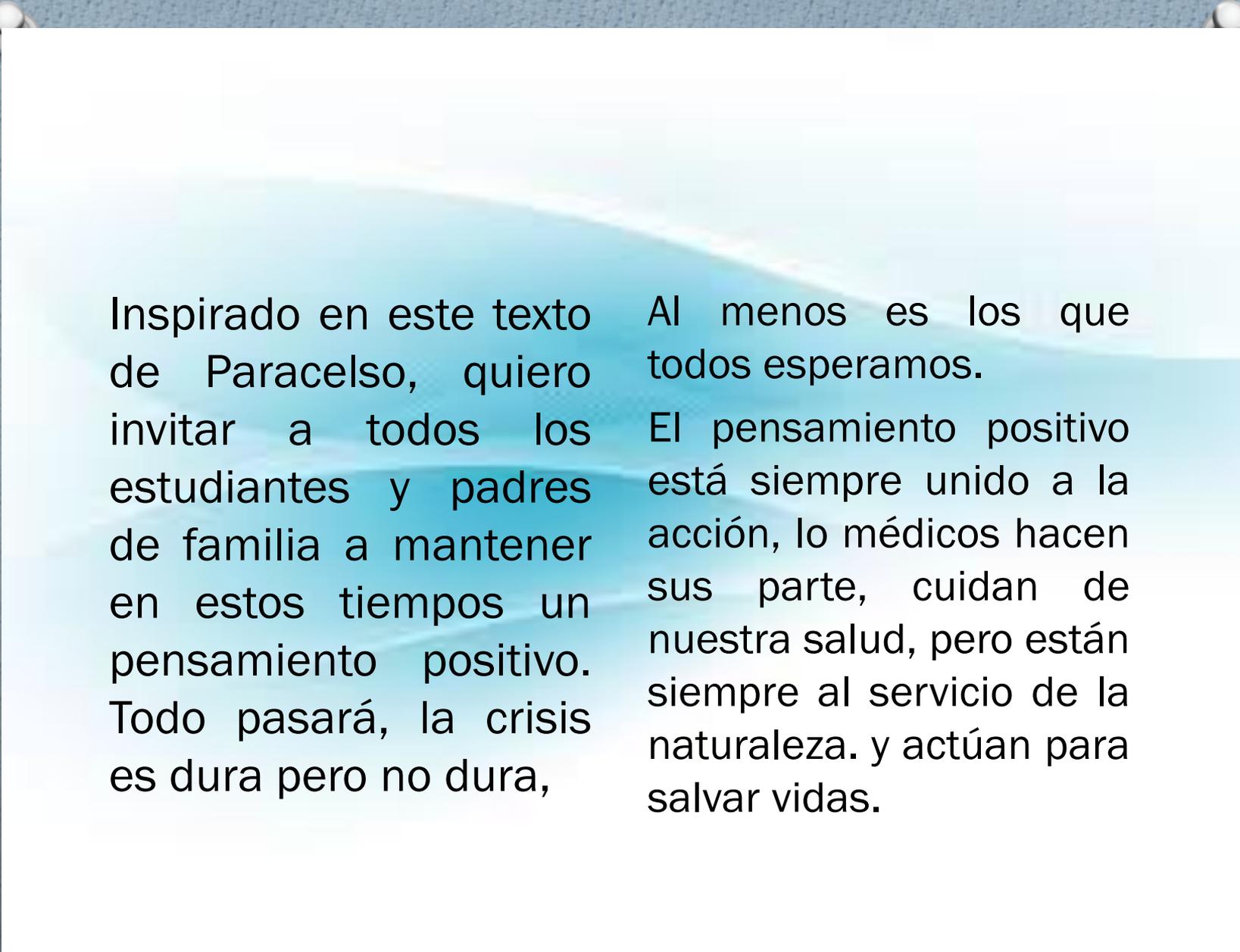




En la vida no se  
trata de esperar  
a que pase la  
tormenta, sino  
de aprender a  
bailar bajo la  
lluvia



Buenos días, Paracelso, el gran médico del siglo XVI , citando por Thomas Moore afirma que «el médico es sólo un servidor de la naturaleza, no su amo, por consiguiente, a la medicina incumbe seguir la voluntad de la naturaleza»



Inspirado en este texto de Paracelso, quiero invitar a todos los estudiantes y padres de familia a mantener en estos tiempos un pensamiento positivo. Todo pasará, la crisis es dura pero no dura,

Al menos es lo que todos esperamos.

El pensamiento positivo está siempre unido a la acción, los médicos hacen su parte, cuidan de nuestra salud, pero están siempre al servicio de la naturaleza. y actúan para salvar vidas.

# Por eso hacemos más fácil su trabajo. Quedémonos en casa.

No dejes que el desespero invada tu mente, estos tiempos nos invitan a dejar la Hiper-Actividad con que hemos tomado la vida, calma tu mente y tu cuerpo, relájate y aprende de esta experiencia. Nada dura por siempre.

Tener pensamientos positivos significa ponernos en camino, actuar para salvar el mundo, nuestra salud y la de los demás; y hoy paradójicamente actuar significa quedarnos quietos para que el Virus también lo haga. Si el virus no ve a nadie en la calle el también se va.

Por tu salud y la nuestra piensa en positivo.

·  
FELIZ DÍA. Proyecto de salud mental «Toma el control»  
COLPRES RIONEGRO.