

El comienzo

Hace dos años atrás caí en lo mas bajo de mi vida. Un sábado por la mañana me levante sin deseos de vivir. Una de mis niñas vino hacia mi llorando por algo y no le respondí. Me quede allí, sentada, con la mirada fija en nada, no sentia nada. Le pedi a mi esposo que por favor se encargara de nuestras niñas porque no me sentía bien y me iba a quedar acostada en la cama. El me pregunto que porque, que me pasaba, yo le respondí: "No sé". Estaba confundida porque le he estado sirviendo a Dios desde mi juventud. Me había entregado a el de corazón y Dios ha sido el amor de mi vida. He estado en el ministerio por mas de 15 años adorando en cánticos, estudiando la Biblia y enseñando de la Biblia. Todos los domingos estaba en la iglesia, pero durante los últimos par de años, al llegar a mi casa todo lo que aprendía se me iba por algún agujero en mi vida.

Sabia que necesitaba buscar ayuda pero no sabia adonde empezar. Mi esposo le pidió a nuestro pastor que por favor hablara conmigo a ver si me podia ayudar. Después de hablar con el por tres horas en separadas ocasiones, llegamos a la conclusion que yo estaba pasando por una depresión crónica. Habían cosas que estaban en mi pasado que nunca se las había entregado a Dios. Yo quería olvidarme de todo eso y vivir mi vida sin enfrentarme a esas cosas pero Dios tenia planes diferentes. Dios no solo quería lo mejor de mi, ahora estaba buscando lo peor de mi para hacer un trabajo completo.

Esto se va ha escuchar un poco raro, pero Dios permitió la depresión en mi vida y fue lo mejor que me pudo pasar. La depresión es simplemente una bandera roja que significa que necesitamos excavar en nuestro corazón y descubrir cosas en lo profundo que no han salido a la superficie. Cosas que si no son enfrentadas y entregadas, serían como una piedra en el camino que Dios ha trazado para nosotros.

Con el apoyo de mi familia y amigos pude buscar la ayuda profesional de un sicólogo y eso me llevo descubrir el centro de mi problema y aprendi mas acerca de lo importante que es la salud mental y emocional. Descubrí que me había perdido cuidando de todos los demás mientras yo me descuidaba a mi misma en muchas areas. Poco a poco empece a hacer las cosas que me llenan de vida como simplemente estar a solas en silencio, leer, escribir, adorar a Dios a solas, caminatas en el parque, ver como sale el sol por la mañana; las cosas simples que a veces se nos olvida apreciar.

Antes yo pensaba que cuando pasaba al altar por oración y alguien oraba por mi, que Dios me sanaba en ese mismo momento. Pero no siempre es así, hay heridas que son muy profundas y necesitan mucho cuidado, no se les puede poner nada mas una venda. Hay procesos de sanidad que no son de un día para otro, se toman días, meses, y hasta años dependiendo en el plan que Dios tenga trazado especialmente para ti. Poco a poco voy a seguir hablando y escribiendo acerca de mi testimonio, mi historia y como Dios me esta sanando cada día y hasta en este mismo momento, al compartir mi corazón con todos.