

Hola quiero acompañarte en este primer día. Tal vez ahora no comprendas muchas cosas, estés aterrado, enojado o angustiado, quiero que sepas que es normal y natural, solo te invito a leer esta carta con todo el amor hacia ti.

¿Qué es tener cáncer?

Primero es la aceptación de una nueva situación, no es una sentencia, solo tú mente puede sentenciarte. Para que todo se transforme y cambie, primero debes aceptarte, aunque duela, aunque no se comprenda, debes aceptar que esta nueva condición se llama "cáncer"

La aceptación tiene que ser genuina, es poder decir lo que tienes con calma, es poder seguir amándote a pesar del proceso.

Mira al cáncer como una situación pasajera, una situación particular, no lo mires como un todo en tu vida, tu eres más que esta situación, el todo en tu vida eres tú.

Dale el poder a lo que sí requieres, el cáncer no necesita más poder del que tiene, tu debes darte poder a ti, a tus palabras, a tus medicamentos, pero sobre todo dale poder a tu fe. Pon como protagonista de tu vida lo que sí quieres que suceda. Si quieres curarte, el cáncer no es el protagonista, el cáncer es un actor más el cual conoces que existe, sin embargo, tu prioridad es tu sanación, tu vida, tu felicidad.

El cáncer es la promesa de aferrarte a la vida, piensa cuánto puedes amarte ahora, cuánto estás atento a tu cuerpo, y eso es bueno, porque el amor es estar, y tú hoy estás contigo. Quizás en el pasado no te priorizabas, o no lo suficiente, hoy es momento de amarte profundamente, de tenerte paciencia y de aceptar quien eres en cada momento.

El cáncer parece el problema, sin embargo, no lo es. El problema es cómo tú lo veas, míralo con precaución para aprender, para sanar tu cuerpo, tu mente, tu historia.

El día 1 de recibir esta noticia, es un día de muchas emociones. Como tú, muchas personas lo han vivido, pero para ti es el primer día de transformar tu vida, es el primer día de tener una segunda oportunidad, es el primer día de sanar toda tu historia.

No tengas miedo, porque los miedos nos limitan. Ten precaución.

No tengas angustia, porque nos enferma. Ten una fe inquebrantable.

No tengas rabia, porque no te deja pensar con claridad. Ten amor.

No hagas juicios de valor en tu contra o en contra de algo o alguien, porque de ello solo tendrás dolor y frustración. Ten enfoque en lo que desees.

No mires a tu familia con una mirada de despedida y dolor, míralos con amor profundo y ámalos más que nunca.

No pienses en lo que pudo ser diferente, porque no lo es, más bien piensa en lo que vas a crear gracias a tu poder y tu fe.

El cáncer es un camino diferente, no obstante, recuerda que nunca has tenido el control de nada, el control es una falacia, piensa en que puedes controlar tus pensamientos, tus sentimientos y tus acciones, el resto no, y juega con ello. Tendrás personas que se acercarán más, acéptalo y ámalos, también tendrás personas que se alejen, respétalo porque tú no eres el problema, quizás no saben cómo acercarse a ti y amarte. Mira al cáncer como una enfermedad que te da una segunda oportunidad en tu vida, vive el presente, no eres menos que nadie, ni tienes menos tiempo que nadie, eres la oportunidad de ser amor real.

Vive cada momento, llora si la tristeza te inunda, no te reprimas, no tienes que demostrar nada a nadie. Ser vulnerable y demostrarlo es la certeza de estar vivos y sentir. Sonríe cada vez que puedas, con motivo o sin motivo aparente.

Crea historias de amor para ti y los tuyos.

Vive cada emoción, a veces parece que estuvieras en una montaña rusa de emociones, vívelas no te juzgues.

No pienses en el tiempo, tu crea un tiempo diferente, vive el hoy.

Confía con la certeza de cambiar tu situación actual. Recuerda, fe inquebrantable. No estás solo, ni nunca lo estarás.

No olvides, el primer antídoto ante esta enfermedad se llama Actitud, y tú la tienes.

Con amor

Janeth Once Ortiz

Soy un milagro de Dios

Paciente

Con cáncer de mama y metástasis en huesos.

Lo logré y tú también.