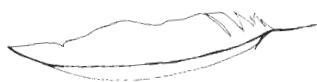


Ojalá Supiera... En quién me he convertido

NOTAS DE UNA SUPERVIVIENTE
DEL CÁNCER DE CÓMO
PROSPERAR DESPUÉS DEL
TRATAMIENTO.



Escrito e ilustrado por
FANNY BARRY.



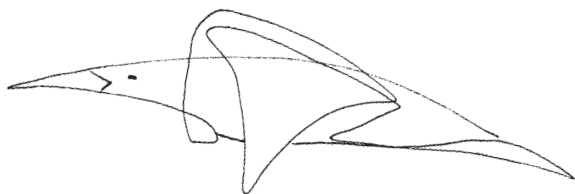
Ojalá Supiera...

Lo bien que me volvería a sentir.

A veces, aún mucho después del tratamiento, aún me siento tan mal: cansada, deprimida, achacosa. Pero otros días me siento muy bien y es una grata sorpresa.

Después de descansar, de reflexionar, después de todas esas lágrimas y todo el pesar, después de todo el amor y el dolor, empiezas a sanar. El sol saldrá y tocará tu cara y sentirás alegría y felicidad y sabrás de todo corazón que la vida es buena. Sentirás energía, segura y verdadera. Será mejor, más fuerte y más positiva que nunca. Quizás no todos los días, quizás no sea de inmediato, pero pronto.

Cuenta con eso y aférrate a ello.



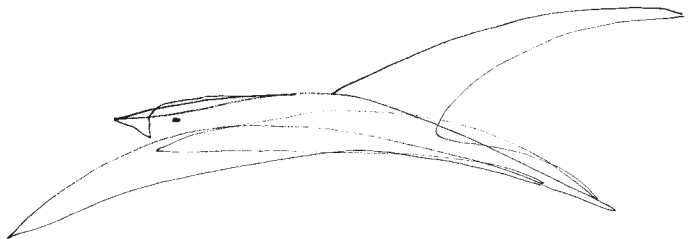


Ojalá Supiera...
Que tendría más valor
tras mi cáncer.

Lo tengo y mucho. A veces, aún estoy cansada y confusa y siento que mejoro muy despacio. Duermo mucho más que antes y sueño dormida y despierta. Pero tengo optimismo y me esfuerzo: a veces de manera impulsiva, a veces con una dirección clara, pero siempre siguiendo adelante.

Porque pude entrar a la sala de quimioterapia sabiendo lo que me esperaba y pude con todo el tratamiento de radiación sin tregua, se que puedo con cualquiera.

Ten orgullo de lo lejos que has llegado y del valor que encontraste para llegar hasta allí.



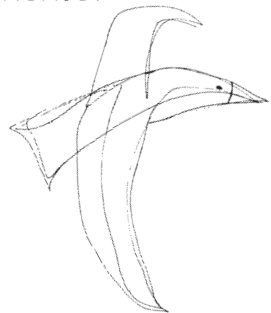


Ojalá Supiera...

Que sería dueña del valor
que desarrollé.

Un día, después de que el pelo me había vuelto a crecer grueso y rizado, me lo recorté muy corto. Simplemente lo tenía que dejar. Me era demasiado ajeno. Quizás seguía sintiéndome como una paciente. Tal vez quería recordarle a la gente de todo lo que me había pasado. Tal vez quería tan solo atención. No lo sé. Pero al cortármelo, me quedé también sin mis rizados. Esa noche no pude dormir. Para mí, los rizados representaban los cambios que hacía en mi vida por culpa del cáncer. Los rizados eran un cambio visible. Representaban mi progreso. Al cortarlos, temí perder el impulso. Eso no ocurrió. Lo cosmético va y viene, pero el valor que has encontrado es permanente.

Es parte de tí. Aprovechalo.





Ojalá Supiera...

Esto es tan sólo el principio.

Pensé tantas veces que por fin todo acababa: la cirugía, el tratamiento, las resoluciones, los cambios. Pero no ha terminado.

Al aprender a tomar más riesgos, al aprender a confiar en mí misma, al escuchar a esa persona que reprímí tanto en mí interior, sé que he comenzado un capítulo nuevo en mí vida. Estoy en el lugar donde me toca estar y soy exactamente quien debo ser.

Ten fe en que encontrarás tu ritmo.

Ahora es que empieza todo.





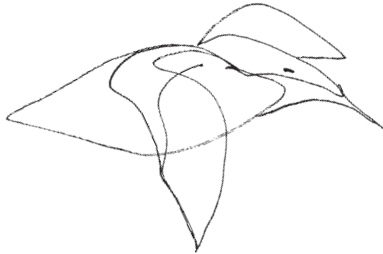
Ojalá Supiera...

Aceptar ser una superviviente.

Estoy aprendiendo. Otras mujeres con cáncer de pecho me han ayudado mucho. Otros sobrevivientes me cuidaron mucho durante el tratamiento. Se lo agradezco y les tengo cariño.

Al mismo tiempo, resisto que me tachen tan sólo como sobreviviente. Primero hay que sobrevivir, sí, pero quiero aún más. Me empeño en florecer. Esa diferencia es muy importante. Pasando por las transiciones que trae el sobrevivir, estoy determinada a soñar y a encontrar cómo hacer esos sueños realidad.

Si prosperas, ayudarás a todas las que hemos sobrevivido.





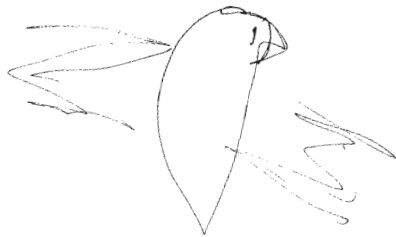
Ojalá Supiera...

Cómo explicarle a la gente que
he cambiado.

Títubeo. Vacilo. Interrumpo o riño. A veces ni me reconozco. A veces, cuando hago esas cosas, deseo volver a ser quién era. Me conocía tan bien.

Es normal, acéptalo. Si la gente no puede aceptar en quién te has convertido o lo que dices, es cosa de ellos, no tuya. Sé tu misma. Libérate de la necesidad de que otros te acepten.

Acepta la nueva persona que eres.



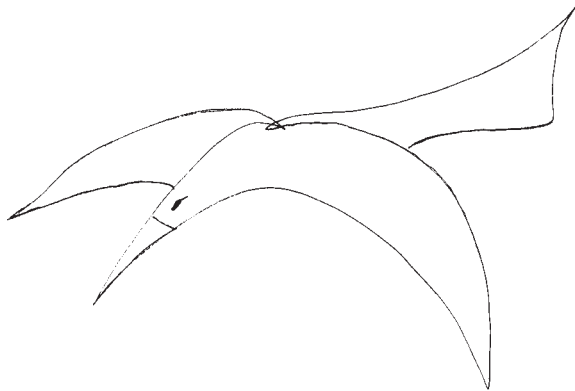


Ojalá Supiera...

Que me haría mejor definiendo
lo que quiero.

Toma práctica, pero tienes que saber lo que
quieres. La gente tiene muchas ideas de cómo
ayudarte. Tienen muchas opiniones sobre lo que
deberías hacer. Muchas de esas ideas brotan de
su amor. Escúchalas, pero analízalas. Siéntete
cómoda diciendo que no. Prácticalo.

No lo puedes hacer todo. Asegúrate que hagas
lo que funciona para tí.





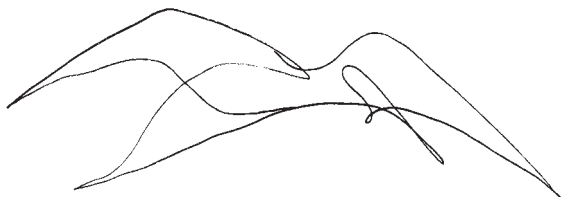
Ojalá Supiera...

Mantener mi mente abierta
a revalorar mi labor.

Con el cáncer me di cuenta que las decisiones que tomamos se convierten en nuestras vidas. Nunca me había gustado mi trabajo antes de mi diagnóstico, pero lo hacía bien. Incluso se puede decir que hacía un trabajo excelente. Al principio intenté mejorar mi nivel en el trabajo en vez de tratar de ver cómo podía ser más feliz.

Lo único más difícil que dejar mi trabajo de 18 años hubiera sido quedarme y tratar de negar los cambios en mí y los cambios que necesitaba hacer para ser feliz.

Pregúntate cómo y dónde quieres pasar el resto de tu vida. Sé abierta a la respuesta que encuentres.



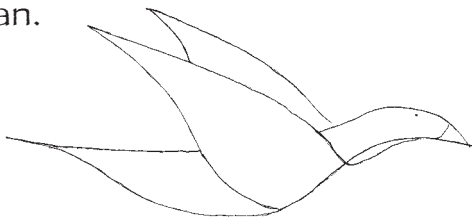


Ojalá Supiera...

Cultivar las partes de mí que
había privado.

Escribir todos los días durante el tratamiento me ayudó a comprender lo que ocurría. El dibujar me alegraba. Hacer ejercicio me daba fuerzas. Ver amigos y familia me demostraba que me querían. Las cosas que yo creía que podían esperar hasta el fin de semana o la hora de almuerzo me fueron de más utilidad cuando estaba cara a cara con la muerte.

Todos tenemos esas cosas especiales que reservamos para la “situación ideal”. Ahora es el momento ideal. Persigue las cosas que amas. Cada segundo, cada momento y cada día cuentan.



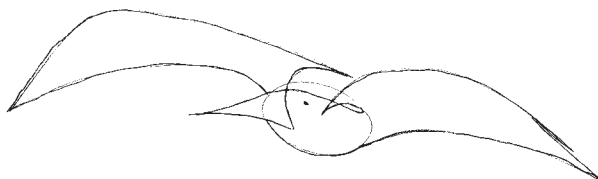


Ojalá Supiera...

Que la relación emocional más importante de mi vida puede no ser compatible con la persona que soy ahora.

Es duro admitir que la persona con quien has navegado tanto no puede explorar tu nuevo mundo. Pero es peor quedarte en algo que ya no cuadra.

Algunos lazos se estrecharán. Otros se debilitarán. Casi todos cambiarán, ya que tú has cambiado. Desarrolla una nueva relación contigo misma. Trázate un camino y síguelo.



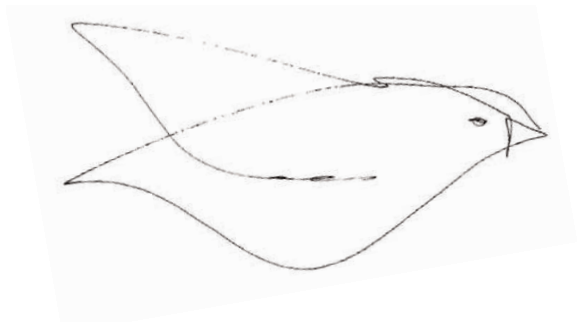


Ojalá Supiera...

Que he aprendido las lecciones
que necesito.

He aprendido mucho. Más de lo que me hubiera
podido imaginar. Más de lo que hubiese querido.
A través del shock y el dolor y momentos
difíciles, he aprendido mucho sobre mí, sobre la
vida y el amor. Aprendí a no juzgar y tomar cada
momento como un obsequio.

Respira profundo. Las lecciones no serán fáciles
pero te enseñarán el camino. Deja que pasen las
cosas. Aprende.





Ojalá Supiera...

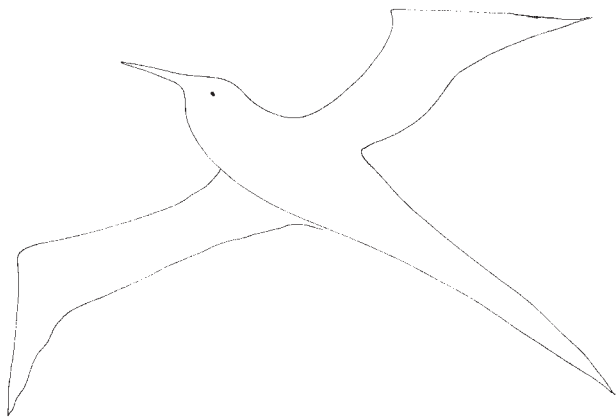
En quién me he convertido.

Pero no lo sé. Aún estoy cambiando y eso es un don.

El proceso aún no ha terminado. No lo define el tratamiento, sino el viaje que provoca. No puedes saber a dónde te llevará. Puedes tener fe.

Puedes experimentar. Puedes disfrutar. Puedes saber que lo que has aprendido es cierto, pero no puedes saber a dónde te llevará todo esto.

El final no está aquí. Continúa creciendo.





Ojalá Supiera...

Que uno hace sus propios
finales felices.

Una vez estando muy enferma, le pregunté a mi madre dónde estaba mi final feliz. ¿Por qué no podía ser como los demás? Me sentía fatal. Veía el futuro como una maldición. Pero ahora, después de la lucha y el dolor, creo que se pueden crear los finales felices con esfuerzo y fe. Cuando llega la hora, la vida coopera y los cabos sueltos se atarán.

Eres una luchadora. Lo has logrado.

Sueña y lucha por tus sueños.

Sé como los pájaros en estas páginas. Vuela.



This book was written, illustrated, and designed by Fanny Barry. The text is printed on 24 lb Neenah Classic Crest Continental Blue and the cover is 80 lb Fox River Crushed Leaf Lime Sparkles. The typeface is Papyrus. Produced by Rob-Win Press in Bethlehem, PA.

© Copyright 2005 by Fanny Barry