



Miracolul

Pentru o mamă care doar ce a născut, depresia e locul cel mai ușor de alunecat în astfel de momente. *De ce-*urile sunt întrebările cele mai ușoare care îți vin în minte. Și nu e din cauză că unele mame sunt mai puternice și altele sunt mai slabe. Nu!

Să fii mamă înseamnă deja că ești puternică. Înseamnă că ți-ai pus viața ta jos ca și un sacrificiu. Să porți și să aduci pe lume un copil, înseamnă deja că ai descoperit noi dimensiuni de bucurie, dar și de durere. Înseamnă lacrimi și zâmbete împreună. Înseamnă cea mai mare investiție care poate exista. Înseamnă dătătoare de viață.

O femeie care poate să poarte în trupul ei o altă ființă vie; descoperă în inima ei o iubire nemărginită, o iubire necondiționată, o iubire conștientă. Știam că asta sunt eu. Din acea noapte, până în acest moment nefericit și de acum încolo, aveam să fiu dătătoare de viață.

Însuflețită de o putere de sus, m-am ridicat în capul oaselor determinată fiind

să rostesc viață peste minunea mică. Au urmat zile întregi de rugăciuni și așteptare. Zile în care îl vedeam puțin prin sticla incubatorului sau îl țineam în brațe câteva minute încercând să alăptez. Încet, speranța mea creștea pentru că vedeam miracolul întâmplându-se. Rugăciunile aduceau rod, iar micuțul luptător își revenea într-un mod surprinzător de rapid. Tăria inimii mele, în acele momente, a fost sigur un miracol. Să pot să îmi aliniez emoțiile cu ceea ce Dumnezeu ne-a promis pentru acest viteaz copilaș, a fost un miracol. Sănătatea minții mele, la fel, a fost un miracol.

Cu toate acestea, mii de gânduri îmi aleargau prin minte cu așa mare viteză! De ce el? Cum de al meu? Ce s-a întâmplat? Ce nu am făcut bine? Dar nu voiam să dau loc acestor gânduri să se așeze în mintea mea. Voiam să plece cu aceeași viteză cu care au venit. Însă eram prinsă într-o luptă a lor, încărcată de emoțiile momentului.





The Miracle

For a mother who has just given birth, depression is the most accessible place to slip into in moments like this. The whys are the most straightforward questions that come to your mind.

And it's not because some moms are strong and others are weak. No!

Being a mother already means you're strong. It means you've laid your life down as a sacrifice. Carrying and bringing a child into the world already means you know new dimensions of joy but also of pain. It means tears and smiles together. It means the most significant investment there can be. It means giver of life.

A woman who can carry in her body another living being discovers boundless love, unconditional love, and conscious love in her heart. That's what I knew I was. From that night to this unfortunate moment and onward, I would be a giver of life.

Feeling a Higher power, I rose to my feet, determined to breathe life into the small wonder. Days of prayers and waiting followed. Days of seeing him briefly through the incubator glass or holding him for a few minutes trying to nurse. Slowly, my hope grew because I could see the miracle happening. Prayers were bearing fruit, and the little fighter was recovering surprisingly quickly. The strength of heart in those moments was indeed a miracle. The alignment of emotions with what God had promised for this brave baby was a miracle. My sanity was a miracle.

However, thousands of thoughts raced through my mind at such high speed! Why him? Why mine? What happened? Have I done something wrong? But I didn't want to give these thoughts room to settle in my mind. I wanted them to leave at the same speed they came.

But I was wrapped up in their battle, charged with the moment's emotions.



GHID PRACTIC

Elemente-cheie care să te ajute în rolul de mamă

Citește Biblia

Biblia este insuflată de Dumnezeu.

Sunt așa multe momente ca și mamă, când ești copleșită, descurajată sau dezamăgită de tine. Sunt așa multe momente când nu ai puterea de a te ruga. Acestea sunt momentele potrivite în care să deschizi Biblia și să citești. Îți va da tăria necesară de a înainta și de a fi biruitoare în tot ce îți stă în față.

Îmi amintesc nopțile după ce am venit din spital cu primul copil. Aveam dureri fizice și pe deasupra am început să am și tot felul de vise nedorite. Mă trezeam dintr-un coșmar în altul. Nu puteam scoate nici un cuvânt, nu mă puteam ridica. Minteă îmi era blocată de multitudinea de lucruri noi care au apărut în viața mea. Totul era dat peste cap.

Simțeam că nu am puterea necesară

de a mă ruga. Atunci mi-am amintit că în Biblie este un Psalm care vorbește despre viață.

Psalmul 91

Am deschis telefonul și cu ochii întredeschiși am început să citesc. Da, de pe telefon, căci în miez de noapte era singura soluție. Am tot citit, din nou și din nou, de nenumărate ori, multe nopți la rând. Până l-am învățat pe de rost. Versetele acestea m-au încurajat și m-au întărit într-o perioadă grea a vieții.

Care sunt versetele tale preferate?

Aceste cuvinte te vor încuraja și vor aduce bucurie sufletului tău. Scrie-le pe o foaie și pune-le pe frigider. Le poți citi mai ușor în fiecare zi.



PRACTIC GUIDE

Key elements to help you in your new role as a mother

Read the Bible

The Bible is inspired by God.

Being a mom, you will face moments when you feel overwhelmed, discouraged or disappointed in yourself. Sometimes you cannot even pray, but those are the very moments when you actually should open the Bible and read. It will give you the necessary strength to go on and conquer what is ahead of you.

I remember the nights after I came from the hospital with my first child. I was in so much physical pain, and, on top of that, I had terrible dreams. I woke up from these nightmares, and I couldn't talk; I couldn't get up. My mind was overwhelmed by the new things that came into my life. Everything was upside down.

I felt I didn't have enough power to pray anymore.

Then I remembered that there is a Psalm in the Bible that talks about life.

Psalm 91.

I've started reading it on my phone, eyes half-open. Yes, on my phone, as that was the only solution in the middle of the night. I read it, I read it again and again, several times a night, many nights in a row. Until I've learned it by heart, these verses have encouraged me and made me strong in a challenging period of my life.

Which are your favourite verses?

These words will encourage you for sure and bring joy to your soul. Write them down on paper and stick them on the fridge. You can read them easier every day.



Declarații

Este foarte important ceea ce rostim. Biblia spune că viața sau moartea stau în puterea cuvintelor rostite. Să declarăm lucruri bune peste noi sau peste copiii noștri are o însemnătate enormă. Aceasta poate schimba gândirea, emoțiile sau chiar traseul vieții noastre. Însuși Dumnezeu a creat lumea prin CUVÂNT, adică prin ceea ce a rostit.

De când am fost conștientă de puterea cuvintelor, am grijă mult mai mare la ce spun peste mine, peste soțul meu, peste copiii mei, peste casa mea. Multe lucruri pot să pară ca și o glumă, dar îmi place să cred că tuturor ne face bine să auzim despre noi cuvinte frumoase, valoroase.

Corpul uman se obișnuiește cu un lucru dacă îl repetă timp de 21 de zile, sau cel puțin așa se spune.

Iată o listă cu câteva declarații pe care să le citești zilnic. Vei începe să trăiești diferit.

1. Sunt o MAMĂ BUNĂ, o mamă minunată, o mamă frumoasă.
2. Copiii mei sunt frumoși, minunați, înțelepți.
3. Este o bucurie să fiu mamă, să am încredințate daruri așa minunate.
4. Treburile casei și îngrijirea copiilor sunt lucruri cu o semnificație eternă.
5. Este o onoare pentru mine să pot sluji familiei mele.

