



La Menopausia

La Menopausia

Esa Etapa de La Vida

Por

Rebekah Branham Smith

*

Él con su mano indicó a la dama que pasara a la plataforma y mientras ella se acercaba comenzó a decirle: '¿Cree Ud. con todo su corazón?'

Para a algunos pasos de donde él estaba, ella asintió ligeramente con su cabeza y con voz débil dijo: 'Sí'.

El Hno. Branham mirándola a los ojos comenzó a describir su condición: 'Ud. está pasando por algo que hace a las personas temer, es una condición nerviosa..., simplemente esa etapa de la vida'.

He leído que para un 15% de mujeres afortunadas La Menopausia no tiene mayor relevancia en sus vidas, bien por ellas; mientras que para el 85% de nosotras, esta etapa puede convertirse de una leve molestia en un período totalmente debilitador.

El 67% de nosotras está destinado a sufrir bochornos, que en muchas mujeres se prolongan por 5 años o más, ya que nuestros niveles hormonales aumentan y bajan a una frecuencia de 6 veces al día (y en algunos casos 6 veces la hora).

Los síntomas que se presentan son: Mal humor, depresión, melancolía, enojo, fatiga, taquicardia, sudor nocturno, insomnio, dolor de hombros y caderas, pérdida de memoria y otros más; una real variedad de “desafíos” físicos y psicológicos.

Desafortunadamente, para algunas mujeres la Menopausia significa una terrorífica caminata a través de un largo y oscuro callejón, en cuyas tinieblas se oculta un grupo de demonios que atormentan la mente y se mofan de que el desastre es inminente. Cada etapa amenaza a su víctima de que cruzará el límite y, sin poder tomar control de sí misma, caerá al vacío desconocido llegando incluso a la locura.

En el párrafo superior de la primera página el Hno. Branham explica a una mujer en la línea de oración que la Menopausia es algo que “hace a las personas temer”. La razón es fácil de entender.

Un hecho que me llamó la atención hace algún tiempo fue que hoy en día las mujeres inician su menopausia 5 años más temprano de lo que era hace 30 años. En la actualidad 8 de cada 100 mujeres comienzan a experimentar la etapa antes de los 40 años; el punto es el siguiente: Si Ud. se encuentra en la etapa de los 40 años y aún no tiene ningún tipo de síntoma, es muy probable que esté pasando por una etapa denominada “pre-menopausia” (período de preparación para la Menopausia), de esta forma, completar todo el ciclo hasta llegar a la etapa post-menopausia le significa a una mujer entre 7 a 10 años.

Mi madre fue una de aquellas mujeres que iniciaron su menopausia a una edad temprana. Recuerdo aquel día en el cual yo iba a conocer qué significaba ser una mujer (razón por la cual escribo este artículo hoy), ella tenía sólo 42 años y yo 15 años, una típica adolescente extrovertida, egoísta y de mal carácter. Recuerdo muy bien el hecho de que mamá, quien siempre fue muy reservada y de modales suaves,

comenzaba ahora a actuar de forma “extraña”, es decir, se le agotaba la paciencia y regañaba en forma frecuente y en voz alta para luego terminar llorando; pero aun lo más extraño de todo era verla frecuentemente parada frente al refrigerador con la puerta del freezer abierta, aparentemente sin razón alguna.

Bueno, aquel día en particular se produjo una cierta colisión entre mi insensatez y su frustración, tuvimos una “discusión” y, aunque he tratado, no logro recordar la causa de nuestro desacuerdo. Sí recuerdo que tuvo lugar en la cocina y en ese momento creí que estábamos solas. Cualquiera haya sido el punto en discusión, yo pensé que llevaba ventaja y que estaba a punto de “ganar”, cuando papá de pronto se asomó en el pasillo que dirigía al comedor y dijo: “Sis.” (forma en la que solía llamarme mientras era adolescente y la cual yo prefería mucho más que el apodo de niñita “Belpy”, que generalmente trataba de ignorar). “¿Puedo hablar contigo en el otro cuarto?”, me dijo, y se dirigió a su oficina. Yo miré a mamá y la mirada de alivio que su rostro reflejó en ese momento fue suficiente para activar en forma simultánea todos los botones de mis “malos modales”. “Está bien”, dije, “tú ganas”, mientras me volvía para seguir a papá. “Siempre soy yo la que está equivocada y tú eres la que tiene la razón, ¿Era eso lo que querías oír?”. Papá ya había desaparecido del pasillo y mamá estaba detrás de mí en la cocina, mientras tanto yo seguía desahogándome, “¡perdónenme, perdónenme, perdón por vivir, perdón por todo lo que he hecho...!” ¡No sabía cuando callarme!. Al momento de alcanzar a papá en su oficina todavía seguía hablando necedades. “No es necesario que hablemos”, dije a papá, “Ya he admitido que estaba

equivocada...”. Él levantó la mano para interrumpir mis regaños y con una sonrisa en su rostro dijo: “La verdad es que tú tienes la razón”.

Yo casi no podía creerlo, “vamos a decirlo a mamá”, fue mi primera reacción, pero él me indicó con la mano que me sentara. Papá se sentó en su sillón de estudio y yo fijé mis ojos en su banquillo de descanso para pies. Papá se inclinó hacia mí hasta que nuestros rostros estuvieron lo más cerca posible y en voz baja me dijo: “Dejemos que mamá gane y esto será un secreto entre los dos.”

Bueno, eso no me alegró mucho, sin duda mi mirada reflejó cómo me sentí en ese momento. Él dijo: “Creo que deberíamos hablar ahora mismo acerca de algunas cosas que están sucediendo a ti y a mamá, de manera que puedas entender la causa del por qué ambas se sienten y actúan de la manera que lo hacen”.

Hoy tengo 51 años y he pasado por esa Etapa de la Vida que a muchas mujeres hace temer. Sin embargo, gracias a esa conversación que tuvo lugar hace 36 años, no hubo temor en mí. Si bien es cierto que manifesté síntomas suficientes para haberme incluido en el 85% de mujeres que mencioné al principio de este artículo, no obstante, creo que mi actitud y forma de ver las cosas contribuyeron a que este período de transición fuera una etapa de mi vida relativamente tranquila.

Mientras relato a Uds. los principales puntos que papá conversó conmigo aquel día, espero que Ud. también reciba una ayuda emocional que alivie el transcurso de esta etapa en su vida. Es sorprendente el hecho de que

gran parte de lo que papá me habló aquella ocasión, recién en la actualidad está siendo dado a conocer como “Nuestros Últimos Descubrimientos”.

Han pasado ya tantos años que estoy segura de que Ud. me perdonará si quizás no recuerdo las palabras exactas que fueron habladas. No obstante, en mi mente están vivas las analogías y cierta terminología que papá utilizó, y es esto lo que he llevado conmigo durante toda mi vida. A continuación y con mis propias palabras contaré lo que recuerdo de aquella conversación:

Los seres humanos durante el transcurso de sus vidas atraviesan por ciclos. En una mujer esos ciclos funcionan generalmente en base al número 7 y corresponden a la manera en que las fases de la luna cambian al 7º día, afectando los ritmos reproductivos de una mujer y los pulsos hormonales. Por ejemplo, alrededor de los 7 años una niña comienza a cambiar sus dientes, a los 14 (comienza el 3º ciclo) es el inicio de la menstruación en donde ella se transformará en una mujer capaz de procrear. A los 21 años se entra en la etapa de la flor de la vida, pero a los 35 años comienza un ciclo de declive en su vida. Alrededor de los 42 años (comienzo del 7º ciclo) el período de reproducción de la mujer comienza a menguar y alrededor de los 49 (8º ciclo, se produce un nuevo comienzo) el período de la menstruación termina y la mujer ya no puede tener hijos.

A los 56 años ella pasa a un nuevo ciclo, en donde se convierte en un ser completamente renovado tanto física, mental y espiritualmente.

Es durante el 3º ciclo (período de la adolescencia) y el 7º

ciclo (inicio de la menopausia) donde ocurren los cambios físicos y químicos más significativos en nuestros organismos, por lo tanto, estos ciclos tienden a ser los años de la vida más incompatibles en cuanto a lo emocional.

La pubertad por lo general es considerada una etapa en la que se producen cambios positivos, en ella nuestros organismos comienzan a acumular energías (papá repitió esta palabra muchas veces durante su explicación) para sobrellevar el embarazo y parto de un bebé; mientras somos jóvenes pensamos y miramos hacia el futuro, nuestras responsabilidades no son muchas y debido a que aún los cambios que estamos experimentando no nos causan temor, nuestras actitudes son en su mayoría positivas. Los momentos de ansiedad que no podemos explicar, días de malestar físico que tenemos mensualmente, manchas en el rostro, etc. Forman todos parte de los “Dolores del Crecimiento” que aprenderemos a soportar.

Es notorio que la mayoría de las personas no considera la menopausia una etapa positiva del ciclo de la vida, los cambios que ocurren en el organismo de una mujer pueden causar que cada sentimiento, impresión, reacción se multipliquen miles de veces y entonces, mientras la mujer alcanza un nivel crítico en su ser físico y emocional, Satanás se hará presente para tratar de manipular su mente y ésta es la razón por la cual la menopausia es una etapa peligrosa en la vida de una mujer.

Papá enfatizó que los síntomas físicos son muy reales, la

necesidad que tenía mamá de acercarse al refrigerador me fue explicada de esta manera:

Mientras mi organismo joven almacenaba las energías, se produjo un cambio físico que hizo subir la temperatura de mi termostato interno (de manera que a futuro me transformará en una incubadora). Papá comparó esto con algo que yo conocía muy bien, la valiosa e inseparable olla a presión de mamá. Simplemente mientras yo pasaba por el proceso de acumulación del vapor que luego necesitaría para dar a luz y ser madre, ella (mamá) en cambio se encontraba en la etapa de enfriamiento, ya que el tiempo de cocción había terminado, y por supuesto todos sabemos lo que pasa al mover un poco el calibrador de presión de la olla. Cuando mamá experimentaba esos repentinos bochornos y corría al refrigerador, simplemente se producía un pequeño escape de vapor, una filtración de vapor así decirlo. ¡Y a pesar de la incomodidad, en realidad era algo positivo para ella!. Aprendí que esta molestia puede durar un momento largo (ya que algunos organismos trabajan más que otros para mantener la presión interna). ¡Sin embargo, una vez que esas energías vitales se liberan completamente, vuelven al organismo para el uso exclusivo que les de su dueña!. Nada se ha perdido durante el proceso, sino que ahora sólo ella ocupará esas energías para el resto de los años y el precioso tiempo que queda por delante.

Papá dijo: “Cuando ella haya alcanzado ese “Cambio de Su vida”, se pondrá mejor que nunca”.

“¿Mejor que nunca?”, pregunté: “¡Absolutamente!”, afirmó él. Y esta frase la he relacionado con la

menopausia durante toda mi vida. ¡Mejor que nunca!. Estaba cierta de que llegado mi tiempo, cualquier cosa que sintiera o experimentara serían síntomas de CAMBIO y no de problemas.

La Menopausia significaba que yo estaba en camino de SER MEJOR QUE NUNCA.

Papá también me habló acerca del parámetro emocional relacionado con la Menopausia y la forma de desenvolverse en él. Una mujer que está pasando a través de este cambio tendrá diariamente que enfrentar un síntoma diferente y que a menudo le causa temor. Ellas se preguntan: “¿Y ahora qué me irá a pasar?”, y por lo general centran su atención en vivir la incertidumbre de cada día.

Papá me preguntó: “¿Has tratado alguna vez de andar en bicicleta mirando sólo hacia las ruedas de ésta?. Él dijo: No lo podrías hacer, ya que comenzarás a tambalear y caerás o te saldrás fuera del camino directo a los arbustos”.

Cuántas veces cree Ud. que sin darnos cuenta ocasionamos mayor stress a nuestras vidas sólo con prestar atención al “Ahora”, en vez de mirar “Lo que está por delante”. Los médicos siempre han señalado que el stress aumenta la intensidad de los síntomas físicos, es más, sabía Ud. que la ciencia ha comprobado que las tensiones y el stress también aumentan el número de bochornos que ocurren en esta etapa?

Muchas mujeres han optado por aplazar la Menopausia con un medicamento llamado, Hormone Replacement

Therapy (suplemento hormonal), como forma de evitar las molestias físicas y emocionales de esta etapa, pero creo que después de leer las citas del tema que hemos adjuntado, Ud. deseará meditar en las decisiones ya tomadas, por lo demás existen muchas otras formas de ayudarse que las que su médico le puede estar ofreciendo o que aún conoce.

Uno de los primeros síntomas que experimenté de la menopausia fue sudor nocturno, lo que me ocasionaba cansancio al día siguiente, pero después de consultar con el dueño de un local naturista de nuestra ciudad y persona experimentada en productos naturales, comencé a ingerir dosis de un producto llamado, Black Currant Seed Oil (Extracto de grosella, fruto medicinal). El resultado fue muy positivo, pues dentro de tres semanas las molestias cesaron.

Por supuesto no todos los organismos tienen las mismas necesidades, pero si Ud. desea reemplazar los medicamentos químicos por aquellos naturales, hoy en día existen en el mercado muchos libros que le servirán de guía para que Ud. elija entre las decenas de hierbas orientales y otros productos naturales a base de plantas que están disponibles.

Recuerde, la Menopausia no es el fin de su vida, sino el cambio de su vida ¡y cualquier cambio es desafiante!. Es posible que esta etapa no sea algo para la risa, sin embargo, no deje que Satanás tome ventaja, mantenga siempre una sonrisa en el rostro y recuerde esto: Ud. está en camino de SER MEJOR QUE NUNCA. ¡Créalo!



TABERNACULO EBENEZER

<http://www.tabernaculoebenezer.org>

ebenezer_34_1@yahoo.com - Apartado Postal 164

Barquisimeto - Estado Lara - Venezuela

Calle 34 entre Carreras 16 y 17 N° 16-61 / Telf.: 0251-808.59.09