

Preguntas de Reflexión

- ¿De qué manera te está invitando Dios en este Adviento a “estar vigilando” de una manera saludable y esperanzadora?
- ¿Qué patrones antiguos de supervivencia estás llamado a dejar ir para tener una mayor libertad?
- ¿Cómo puedes abrir tu corazón a la presencia sanadora de Cristo de maneras sencillas y prácticas durante este tiempo?

Bienvenido a Católicos en Recuperación

Estamos agradecidos de que seas parte de nuestra comunidad y te animamos a que sigas regresando

- Visita catholicinrecovery.com para ver una lista completa de reuniones disponibles, recursos de recuperación e información sobre cómo comenzar
- Te pedimos paciencia mientras traducimos más recursos y materiales al español
- Ten la seguridad de que tu participación y presencia en estas reuniones se mantendrán confidenciales.
- ¡Eres digno de libertad, una vida nueva y recuperación!

Lecturas Dominicales

Primera Lectura: Isaías 2, 1-5

Salmo Responsorial: Salmo 19, 8, 9, 10, 11

Segunda Lectura: Romanos 13, 11-14

Evangelio: Mateo 24, 37-44

Primer Domingo de Adviento



El Adviento marca el inicio del nuevo año litúrgico: un tiempo de esperanza, expectación y apacible despertar. Para los hijos adultos de hogares disfuncionales, esta temporada tiene un significado especial. Muchos de nosotros aprendimos desde una edad temprana a estar en máxima alerta ante el peligro, la incertidumbre o la inestabilidad emocional. El Adviento no nos invita a estar en hipervigilancia, sino a estar en una vigilancia santa: una fundada en la confianza y no en el temor.

Jesús abre esta temporada con un llamado a estar espiritualmente alertas (Mateo 24, 37, 42):

Jesús dijo a sus discípulos:

“Así como sucedió en tiempos de Noé, así también sucederá cuando venga el Hijo del hombre...”

Velen, pues, y estén preparados, porque no saben qué día va a venir su Señor.”

Antes de estar en recuperación, “estar preparados” muchas veces significaba estar muy atentos ante amenazas, caminar de puntillas o preparados para las tormentas emocionales. Frecuentemente Jesús hace referencia a estar despiertos ante la presencia de Dios y no ante los comportamientos de los demás. El Adviento es una invitación a redirigir nuestra atención hacia el Único que trae la paz y no el caos.

Jesús prosigue con otro ejemplo (Mateo 24, 43-44):

Tengan por cierto que si un padre de familia supiera a qué hora va a venir el ladrón, estaría vigilando y no dejaría que se le metiera por un boquete en su casa. También ustedes estén preparados, porque a la hora que menos lo piensen, vendrá el Hijo del hombre”.

Para los hijos adultos, la preparación no se refiere a controlar a los demás o prevenir consecuencias. Se refiere a mantenerse arraigados en la verdad, la oración, la autoconciencia y límites saludables. La recuperación nos ayuda a pasar de haber sobrevivido en nuestro pasado a vivir plenamente el presente.

La mayoría de nosotros vivimos el colapso de nuestros mecanismos de afrontamiento antes de que fuéramos capaces de darle la bienvenida en nuestras vidas a la sanación que viene de Dios. Admitir nuestra impotencia no fue un signo de debilidad, sino el primer paso hacia la libertad emocional. El Adviento refleja este patrón: algo tiene que desvanecerse antes de que algo nuevo nazca.

San Pablo retoma este despertar en la Segunda Lectura de este domingo (Romanos 13, 11-14):

Ya es hora de que se despierten del sueño, porque ahora nuestra salvación está más cerca que cuando empezamos a creer.

La noche está avanzada y se acerca el día.

Desechemos, pues, las obras de las tinieblas

y revistámonos con las armas de la luz.

Comportémonos honestamente, como se hace en pleno día.

Nada de comilonas ni borracheras,

nada de lujurias ni desenfrenos, nada de pleitos ni envidias.

Revístanse más bien, de nuestro Señor Jesucristo y que el cuidado de su cuerpo no dé ocasión a los malos deseos.

Para los hijos adultos, “las obras de las tinieblas” muchas veces incluían la culpa, la complacencia hacia los demás, el aislamiento, el perfeccionismo o la reacción inmediata; conductas que aprendimos para sobrevivir en la disfunción. El Adviento nos llama a dejarlas ir y adoptar la paz, la dignidad y la verdad que vienen de Cristo. Los Pasos nos ayudan a lograr lo anterior, por medio de la honestidad, el inventario, la reparación y aprender a confiar en Dios y no en el temor.

El Adviento es un tiempo de preparación dócil. Ya no esperamos las crisis, sino a Cristo. Nos mantenemos alertas no ante un posible daño, sino ante la presencia sanadora de Dios. Preparamos nuestros corazones no mediante el esfuerzo, sino con la entrega. Cada día, Dios nos enseña que nuestro valor no se encuentra en lo que soportamos, sino en quienes somos: amados hijos e hijas en Su Reino.