

PRIMER DOMINGO DE CUARESMA

La Cuaresma nos lleva a un tiempo más sereno e intencionado, uno que revela dócilmente cómo respondemos al malestar, a la incertidumbre y al miedo. Para familiares y amigos de quienes luchan contra la adicción o la disfunción, este tiempo puede despertar emociones ya conocidas. Podemos sentir ansiedad por las consecuencias, tentados a controlar las situaciones o cansados de cargar con preocupaciones que nunca debimos llevar. La recuperación nos recuerda que la Cuaresma no se trata de componer a otros. Se trata de permitir que Dios restaure el equilibrio y la paz dentro de nosotros.

La lectura del Evangelio de este domingo nos lleva al desierto con Jesús, un lugar donde la vulnerabilidad es inevitable y la confianza se vuelve esencial. Jesús no es enviado al aislamiento como un castigo, sino guiado por el Espíritu a un espacio donde se aclara su dependencia en el Padre.

El Evangelio describe este momento al iniciar el ministerio de Jesús (Mateo 4:1-2):

En aquel tiempo, Jesús fue conducido por el Espíritu al desierto, para ser tentado por el demonio. Pasó cuarenta días y cuarenta noches sin comer y, al final, tuvo hambre.

Jesús entra en el desierto plenamente consciente de su hambre y debilidad. No los niega ni se apresura a escapar de ellos. Para familiares y amigos, esta imagen puede ser especialmente significativa. Amar a alguien afectado por la adicción a menudo nos deja agotados y sin saber a dónde acudir para sentir alivio. Cuando el temor aumenta, podemos sentirnos tentados a intervenir, dirigir o rescatar para calmar nuestra ansiedad. El desierto revela lo rápido que buscamos el control cuando la incomodidad se vuelve insoportable.

Cada tentación que enfrenta Jesús le quiere llevar a actuar de forma separada del Padre. Se siente tentado a satisfacer necesidades legítimas mediante algo rápido, a garantizar la certeza y a controlar los resultados. Estas invitaciones reflejan los patrones en los que muchos caemos cuando nos sentimos abrumados. Podemos convencernos a nosotros mismos de que, si decimos lo correcto, hacemos lo suficiente, o que si nos mantenemos en vigilancia, todo irá bien. Sin embargo, la recuperación nos enseña que la paz no viene del control. Crece por medio de la entrega.

La Primera Lectura nos recuerda que Dios nos presenta la elección entre la vida y la muerte, entre la bendición y la maldición. Para quienes están en recuperación, esta elección suele manifestarse de formas sutiles. ¿Elegiremos la serenidad antes que la ansiedad? ¿Confianza sobre vigilancia? ¿Aceptación sobre resentimiento? Estas decisiones no cambian a los demás, pero sí nos cambian profundamente a nosotros.

La Cuaresma brinda prácticas espirituales que apoyan este cambio interior. La oración crea espacio para llevar el temor y la incertidumbre ante Dios, en lugar de llevarlos solos. El ayuno puede revelar en dónde dependemos del control o de la seguridad en lugar de la confianza. La limosna lleva nuestra atención hacia el exterior, recordándonos que formamos parte de una historia más grande que nuestras preocupaciones inmediatas. Estas prácticas no se tratan de la autonegación por sí mismas. Se trata de reordenar nuestros corazones.

El Miércoles de Ceniza marca este comienzo con un sentido de humildad. La ceniza nos recuerda que no estamos limitados y que dependemos de Dios. Cuando escuchamos: “Arrepiéntete y

cree en el Evangelio”, se nos invita a soltar lo que no podemos controlar y a volver a lo que realmente nos sostiene.

Como familiares y amigos, la Cuaresma se convierte en una oportunidad para volver a comprometernos con nuestra propia recuperación. Al permitir que Dios se encuentre con nosotros en el desierto de la incertidumbre, comenzamos a experimentar una paz que no depende de los resultados, sino de la confianza en un Dios fiel y amoroso.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

- ¿En dónde notas que el temor o la incertidumbre influyen en tus reacciones hacia alguien a quien amas?
- ¿De qué manera el tiempo que pasa Jesús en el desierto, cuestiona tu relación con el control y la entrega?
- ¿Qué práctica cuaresmal podría ayudarte a cultivar una mayor serenidad y confianza durante este tiempo?

LECTURAS DOMINICALES

PRIMERA LECTURA Génesis 2:7-9, 3:1-7

SAL. RESP. Salmo 51:3-4, 5-6, 12-13, 17

SEGUNDA LECTURA Romanos 5:12-19

EVANGELIO Mateo 4:1-11

