

QUINTO DOMINGO DE CUARESMA

Para muchos hijos adultos de hogares disfuncionales, aprender a vivir un día a la vez puede resultar sorprendentemente difícil. Crecer en ambientes impredecibles, muchas veces nos enseñó a enfocarnos en el pasado o en el futuro. Revivimos recuerdos dolorosos, intentando entender qué fue lo que pasó; o sentimos ansiedad pensando en qué es lo siguiente que puede salir mal. El momento presente puede resultar desconocido o incluso inseguro.

La recuperación nos invita a regresar al presente de manera apacible. En lugar de vivir en constante atención, empezamos con pequeños pasos a practicar la confianza. Aprendemos que la sanación no ocurre en un solo momento. Se desarrolla gradualmente, a medida que permitimos que Dios y las relaciones de apoyo remodelen los patrones que desarrollamos en una edad temprana de nuestra vida.

El tiempo de Cuaresma nos motiva a reflexionar sobre en dónde hemos depositado nuestra esperanza. Para sobrevivir, muchos hijos adultos aprendieron a confiar en exceso en su propio control, perfeccionismo o complacencia hacia los demás. Estas estrategias pueden habernos ayudado a superar ambientes difíciles en nuestra infancia, pero pueden terminar dejándonos exhaustos y desconectados de nuestro verdadero yo.

En la Segunda Lectura de este domingo, San Pablo describe una fuente de vida que es diferente (Romanos 8:8-11):

Los que viven en forma desordenada y egoísta no pueden agradar a Dios. Pero ustedes no llevan esa clase de vida, sino una vida conforme al Espíritu, puesto que el Espíritu de Dios habita verdaderamente en ustedes. Quien no tiene el Espíritu de Cristo, no es de Cristo. En cambio, si Cristo vive en ustedes, aunque su cuerpo siga sujeto a la muerte a causa del pecado, su espíritu vive a causa de la actividad salvadora de Dios. Si el Espíritu del Padre, que resucitó a Jesús de entre los muertos, habita en ustedes, entonces

el Padre, que resucitó a Jesús de entre los muertos, también les dará vida a sus cuerpos mortales, por obra de su Espíritu, que habita en ustedes.

Vivir según el cuerpo puede parecer como querer cargar solos con todo el peso de la vida. Podemos creer que todo depende de nuestro desempeño o de nuestra capacidad para controlar las reacciones de los demás. Con el tiempo, esta presión puede hacernos sentir agotados espiritualmente, como si nuestra vida interior se hubiera ido adormeciendo paulatinamente.

La historia de Lázaro en el Evangelio presenta una imagen poderosa de lo que es la restauración. Después de cuatro días en el sepulcro, Lázaro escucha la voz de Jesús llamándole a volver a la vida (Juan 11:43-44):

Luego gritó con voz potente: “¡Lázaro, sal de allí!” Y salió el muerto, atados con vendas las manos y los pies, y la cara envuelta en un sudario. Jesús les dijo: “Desátenlo, para que pueda andar”.

Muchas personas en recuperación de hogares disfuncionales entienden la sensación de estar atadas a viejos patrones: temor al conflicto, dificultad para confiar en los demás o la creencia de que nuestras propias necesidades no son importantes. Estos patrones nos ayudaron a sobrevivir, pero pueden mantenernos atrapados si no los examinamos.

El proceso de sanación frecuentemente involucra tanto a Dios como a la comunidad. Cristo nos llama a tener una nueva vida y las relaciones de apoyo nos ayudan a remover las “vendas funerarias” de las viejas creencias y comportamientos. Por medio de las juntas, la oración y las conversaciones honestas, gradualmente experimentamos una libertad mayor.

El vivir un día a la vez se convierte en el cimiento de esta transformación. No tenemos que resolver hoy toda nuestra

historia de vida. En cambio, damos un paso pequeño hacia la honestidad, hacia la confianza y hacia la compasión personal.

Jesús sigue llamándonos a salir de la tumba de las viejas conductas y llevarnos a la luz de Su amor. Al responder ese llamado, empezamos a descubrir que la vida que Dios ofrece es mucho más fuerte que las heridas del pasado.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

■ ¿Cuándo han influido las experiencias pasadas de tu familia de origen en tu forma de enfrentar el momento presente?

■ ¿Qué patrones de la infancia pueden parecer “vendas funerarias” que Cristo te está ayudando a desatar?

■ ¿En tu proceso de recuperación cómo estás practicando ahora mismo el vivir un día a la vez?

LECTURAS DOMINICALES

PRIMERA LECTURA Ezequiel 37:12-14

SAL. RESP. Salmo 130:1-2, 3-4, 5-6, 7-8

SEGUNDA LECTURA Romanos 8:8-11

EVANGELIO Juan 11:1-45

