

TERCER DOMINGO DE PASCUA

La semana pasada reflexionamos sobre cómo Cristo resucitado se encuentra con nosotros en medio nuestro temor, entrando en las salas cerradas de nuestras vidas y dándonos paz. Esta semana, el recorrido de la Pascua sigue, recordándonos que la sanación se desarrolla por medio de la relación. Después de encontrar la misericordia, empezamos a caminar de forma diferente, y no estamos caminando solos.

Muchos hijos adultos de hogares disfuncionales pueden recordar momentos en los que se sentían confundidos, desanimados o desconectados de sí mismos. Puede ser que hayamos aprendido desde temprana edad a confiar en nosotros mismos, a reprimir nuestras emociones o a mantenernos constantemente alertas de nuestro entorno. Incluso en la recuperación, podemos tener la expectativa de que la claridad o la estabilidad llegarán rápidamente. Cuando no ocurre así, podemos sentirnos frustrados o inseguros sobre cómo seguir avanzando.

El Evangelio de este domingo narra la historia de dos discípulos caminando hacia Emaús después de la crucifixión, (Lucas 24:13-32). Mientras caminan, se nos narra que *“Jesús se les acercó y comenzó a caminar con ellos; pero los ojos de los dos discípulos estaban velados y no lo reconocieron.”* Están procesando la desilusión y tratando de comprender su experiencia.

Esto puede reflejar la experiencia de muchos hijos adultos. Avanzamos en la vida, pero a menudo cargamos con confusión sobre nuestro pasado y cómo nos ha moldeado. Puede ser que no reconozcamos de inmediato la manera en cómo Dios está presente en nuestra sanación, especialmente cuando los viejos patrones siguen saliendo a la superficie.

Mientras caminan, Jesús les pregunta: *“¿De qué cosas vienen hablando, tan llenos de tristeza?”* y ellos se detienen con la mirada baja. En la recuperación, este es un paso clave. Muchos de nosotros aprendimos a ocultar nuestros sentimientos o a minimizar nuestras

experiencias. La sanación comienza cuando nos permitimos ser honestos sobre lo que cargamos.

Jesús no apresura el proceso. Él camina con ellos y, con el tiempo, les ayuda a comprender. Se nos cuenta que *“comenzando por Moisés y siguiendo con todos los profetas, les explicó todos los pasajes de la Escritura que se referían a él.”* En la recuperación, este tipo de orientación suele llegar a través de relaciones seguras. Los padrinos, madrinas, grupos o personas de confianza nos ayudan a ver patrones y verdades que no podríamos reconocer por nuestra cuenta.

Con el tiempo, los discípulos notan que algo está cambiando dentro de ellos: *“¡Con razón nuestro corazón ardía, mientras nos hablaba por el camino y nos explicaba las Escrituras!”*. El crecimiento en la recuperación muchas veces es gradual. A medida que permanecemos abiertos y conectados, empezamos a experimentar una mayor conciencia y un sentido más profundo de identidad.

El momento clave llega cuando se sientan a la mesa. Jesús *“tomó un pan, pronunció la bendición, lo partió y se los dio. Entonces se les abrieron los ojos y lo reconocieron.”* Para nosotros, esto apunta a la Eucaristía y a la experiencia de la unión real, recordándonos que la claridad muchas veces surge de la unión. Mientras estamos presentes durante la recuperación y nos mantenemos con apertura ante Dios y ante los demás, empezamos a ver con mayor claridad.

Uno de los cambios más importantes para los hijos adultos es pasar del aislamiento a la unión. Donde antes solo dependíamos de nosotros mismos, ahora empezamos a confiar en los demás. Donde antes reprimíamos nuestras necesidades, ahora empezamos a expresarlas. Donde antes nos sentíamos solos, ahora empezamos a experimentar el apoyo.

Los discípulos regresan para compartir lo que han vivido. De la misma manera, nuestra sanación nos permite estar presentes de

una manera diferente en nuestras relaciones. Nos volvemos más presentes, más conscientes y más cimentados.

La Pascua nos recuerda que Cristo camina junto a nosotros, incluso cuando no le reconocemos. A medida que seguimos en la recuperación, se nos invita a permanecer con apertura: a la unión, al crecimiento y a la presencia constante de Dios en el camino.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

- ¿En qué momentos te has percatado de que estás dependiendo solamente de ti mismo en lugar de permitir que otros caminen contigo?

- ¿Qué entiendes por expresar tus pensamientos y sentimientos de forma más abierta durante la recuperación?

- ¿Cómo estás experimentando un crecimiento en conciencia o unión en esta etapa de tu vida?

LECTURAS DOMINICALES

PRIMERA LECTURA Hechos 2:14, 22-33

SAL. RESP. Salmo 16:1-2, 5, 7-8, 9-10, 11

SEGUNDA LECTURA 1 Pedro 1:17-21

EVANGELIO Lucas 24:13-35