

## CIR IS MEMBER-SUPPORTED, MISSION-DRIVEN

CIR practices stewardship by inviting voluntary contributions from CIR groups, members, and mission-aligned partners. As a mission-driven ministry, we rely on the generosity of our community. Your support sustains our fellowship, expresses gratitude and service, upholds our group dignity, and affirms our trust in divine providence.



CIR Website

Give today at:

[catholicinrecovery.com/passthebasket](https://catholicinrecovery.com/passthebasket)

When contributing, please note the meeting you're attending for accurate accounting.



Venmo

## CIR ANNOUNCEMENTS | UPCOMING CIR WEBINARS

**APR 23 @ 8:30PM ET** Join Catholic in Recovery for *The Road to Healing: Recovery & Renewal for Adult Children of Dysfunctional Homes*, a webinar with therapist and author Brya Hanan. Drawing from her book *Befriending Your Inner Child*, Brya will explore healing from childhood wounds, overcoming the lasting effects of dysfunction and trauma, and finding renewal through recovery and Catholic faith.

**MAY 6 @ 7:30PM ET** Join Catholic in Recovery for *Mary, Mother of Recovery: Finding Strength Through Marian Devotion*. With presenters Keaton Douglas of iTHIRST and Brother Pius Gagne, CFR, this webinar explores how devotion to the Blessed Virgin Mary can bring encouragement, spiritual strength, and deeper trust in God's mercy along the journey of recovery.

Webinar registration is free for CIR+ subscribers and \$10 for all others. Register today at: [catholicinrecovery.com/webinars](https://catholicinrecovery.com/webinars)

## LECTURAS DOMINICALES

**PRIMERA LECTURA** Hechos 2:14a, 36-41

**SAL. RESP.** Salmo 23:1-3a, 3b4, 5, 6

**SEGUNDA LECTURA** 1 Pedro 2:20b-25

**EVANGELIO** Juan 10:1-10



CIR WEEKLY MEETING REFLECTION  
GENERAL

## CUARTO DOMINGO DE PASCUA

En las últimas semanas, hemos estado reflexionando sobre cómo Cristo Resucitado se encuentra con nosotros en medio de nuestro miedo y camina a nuestro lado por el sendero de la recuperación. Esta semana, el recorrido de Pascua se enfoca en considerar uno de los obstáculos más persistentes en nuestras vidas: el miedo. Incluso cuando empezamos a experimentar la sanación, el miedo puede permanecer oculto bajo la superficie, influyendo sobre nuestros pensamientos, decisiones y relaciones.

Muchos de nosotros sabemos lo poderoso que puede ser el miedo. En la adicción activa, el miedo a menudo impulsaba nuestro comportamiento: miedo a ser expuestos, a no conseguir lo que creíamos necesitar o a enfrentarnos con honestidad a nosotros mismos. Como respuesta, recurrimos a sustancias o conductas compulsivas para tener alivio. Sin embargo, en la recuperación, empezamos a darnos cuenta de que estos comportamientos no eliminaban el miedo, sino que lo intensificaban.

El libro de *Alcohólicos Anónimos* describe el miedo como “una hebra maligna y corrosiva” que afecta casi todos los aspectos de nuestras vidas (p. 73). El miedo puede modelar la manera en cómo pensamos, cómo nos relacionamos con los demás y cómo respondemos a la incertidumbre. Incluso cuando cambiamos nuestro comportamiento, puede seguir presente en formas más sutiles como el control, la evasión o la autoprotección.

El Evangelio de este domingo presenta una imagen poderosa de cómo Cristo nos encuentra en ese miedo (Juan 10:1-10). Jesús se describe a sí mismo como el pastor que llama a sus ovejas por su nombre y las guía:

*“Las ovejas reconocen su voz; él llama a cada una por su nombre y las conduce afuera. Y cuando ha sacado a todas sus ovejas, camina delante de ellas, y ellas lo siguen, porque conocen su voz.”*

Esta imagen se relaciona directamente con la recuperación. Muchos de nosotros pasamos años escuchando otras voces: del miedo, de la vergüenza o de la autosuficiencia. Estas voces nos llevaron al aislamiento. Por el contrario, la voz de Cristo nos guía a salir. Nos llama personalmente y nos invita a seguirlo.

Aprender a reconocer esa voz toma tiempo. Puede ser difícil distinguir entre el pensamiento basado en el miedo y el consejo gentil que proviene de Dios. Por eso, la unión es esencial. Por medio de juntas, apadrinamiento, amadrinamiento y relaciones honestas, empezamos a escuchar la verdad con mayor claridad y a discernir qué es lo que está cimentado en el miedo.

Jesús también dice que las ovejas no seguirán a un extraño porque no reconocen esa voz. En la recuperación, esto significa aprender a alejarse de conductas que antes resultaban conocidas pero que resultaban dañinas. La voz del miedo puede seguir sonando convincente, pero con el tiempo empezamos a ver que no nos guía hacia la vida.

El Salmo 23 ofrece una imagen que complementa lo anterior: *“Aunque camine por cañadas oscuras, nada temo, porque tú vas conmigo.”* La promesa no es que evitaremos las cañadas, sino que no las atravesaremos solos.

Uno de los cambios más importantes durante la recuperación es pasar de estar impulsados por el miedo a ser guiados por la confianza. El Tercer Paso nos invita a entregar nuestra voluntad y nuestras vidas al cuidado de Dios. Esto no elimina el miedo de la noche a la mañana, pero nos da una nueva forma de responder: pausar, orar y buscar apoyo.

El Cuarto Paso profundiza en este trabajo, invitándonos a hacer un inventario moral, minucioso y sin miedo, y que incluya nuestros miedos. Siendo honestos al expresarlos, empezamos a ver cómo han moldeado nuestras acciones y relaciones. Este proceso brinda claridad. A medida que nuestros miedos salen a la luz, pierden su poder y crecemos en nuestra capacidad para reconocer el miedo y elegir mejor la fe.

A medida que avanzamos en el Tiempo de Pascua, recordamos que Cristo Resucitado no está alejado de nosotros. Él es nuestro Buen Pastor, que camina delante, llamándonos por nuestro nombre y guiándonos hacia la libertad. El miedo puede seguir surgiendo, pero ya no tiene la última palabra.

#### **PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN**

- ¿En tu proceso de recuperación cuándo has notado que el miedo influye en tus pensamientos o decisiones?

---

- ¿Qué te ayuda en tu vida a distinguir entre la voz del miedo y la voz de la verdad?

---

- ¿Cómo estás aprendiendo a responder de forma diferente cuando surge el miedo, en lugar de regresar a viejas conductas?