

SEXTO DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO

Crecer en un hogar disfuncional a menudo nos enseñó a centrarnos en las apariencias. La supervivencia requería seguir reglas no escritas, manejar las emociones y evitar el conflicto siempre que fuera posible. Como adultos, podemos aparentar ser capaces y responsables, pero en realidad permanecemos desconectados de nuestras propias necesidades y sentimientos. La recuperación nos invita a volvernos con compasión hacia nosotros mismos y permitir que Dios sane lo que durante mucho tiempo hemos ignorado.

El Evangelio de este domingo muestra la preocupación de Jesús por una transformación interior. En el Sermón de la Montaña, se dirige a quienes aparentan ser fieles externamente, pero que llevan dentro de sí una ira no trabajada y relaciones rotas. Jesús no les hace sentir culpa. Les llama a una libertad más profunda, al reconocer lo que hay bajo la superficie (Mateo 5:17, 21-22):

Jesús dijo a sus discípulos: “No piensen que vine para abolir la Ley o los Profetas: yo no he venido a abolir, sino a dar cumplimiento... Han oído que se dijo a los antiguos: No matarás y el que mate será llevado ante el tribunal. Pero yo les digo: Todo el que se enoje con su hermano, será llevado también ante el tribunal.”

Para los hijos adultos, esta enseñanza suele resonarnos de manera muy profunda. Puede que no expresemos nuestra ira abiertamente, pero puede ser que, silenciosamente, esté viva dentro de nosotros a manera de resentimiento, autocrítica o miedo crónico. La recuperación nos ayuda a reconocer que, a estos patrones interiores, hay que darles importancia. Las palabras de Jesús afirman que a Dios no solo le importa lo que hacemos, sino también lo que cargamos.

La Segunda Lectura da ánimo a quienes, desde temprana edad, aprendieron a no confiar en sus propias percepciones. San Pablo habla de una sabiduría que no proviene de los sistemas humanos de poder o supervivencia (1 Corintios 2:6-7):

Hermanos: Es cierto que a los adultos en la fe les predicamos la sabiduría, pero no la sabiduría de este mundo ni la de aquellos que dominan al mundo, los cuales van a quedar aniquilados. Por el contrario, predicamos una sabiduría divina, misteriosa, que ha permanecido oculta y que fue prevista por Dios desde antes de los siglos, para conducirnos a la gloria.

Muchos de nosotros crecimos adaptándonos a ambientes desordenados o emocionalmente inseguros. Esas estrategias de afrontamiento pueden habernos ayudado a sobrevivir, pero pueden limitar nuestra libertad, ahora como adultos. La recuperación gentilmente nos presenta a un Dios cuya sabiduría invita a la confianza en lugar del temor. A través de la oración, la meditación y la comunidad, empezamos a reemplazar antiguos roles de supervivencia por un creciente sentido de identidad arraigado en Cristo.

El llamado que hace Jesús para que nuestro “sí” signifique sí y nuestro “no” significa no, se refiere directamente al trabajo durante la recuperación de establecer límites. Aprender a reconocer necesidades, expresar límites y decir la verdad sin disculpas, suele resultar desconocido e incómodo. Sin embargo, cada “sí” y “no”, dichos con honestidad, se convierten en un acto de reeducación, restaurando la dignidad donde antes estaba en riesgo.

La sanación de patrones familiares disfuncionales no es algo inmediato. Se desarrolla poco a poco, a medida que seguimos estando presentes, diciendo la verdad y poniendo en manos de

Dios nuestra vulnerabilidad. Con el tiempo, experimentamos un sentido más profundo de pertenencia y de libertad, basados no en la perfección, sino en la gracia que se encuentra con nosotros, exactamente donde estamos.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

- ¿Cómo han moldeado las experiencias familiares de la infancia tu relación con la ira, la honestidad o la autoexpresión?
- ¿En qué lugares percibes que Jesús te invita a cuidar de tu vida interior en lugar de solo funcionar externamente?
- ¿Qué significa para ti practicar un “sí” y un “no” honestos como parte de la sanación y la reducción interior?

LECTURAS DOMINICALES

PRIMERA LECTURA Eclesiástico 15:15-20

SAL. RESP. Salmo 119:1-2, 4-5, 17-18, 33-34

SEGUNDA LECTURA 1 Corintios 2:6-10

EVANGELIO Mateo 5:17-37