

SOLEMNIDAD DEL CUERPO Y LA SANGRE DE CRISTO

El camino de la recuperación nos invita a una nueva forma de vivir, la cual está cimentada tanto en principios espirituales como en una relación real con Dios. Para quienes se están recuperando de la disfuncionalidad de sistemas familiares, esto muchas veces incluye aprender a satisfacer nuestras necesidades de forma sana en lugar de depender de viejos patrones de supervivencia. Los Doce Pasos nos guían hacia la honestidad, la conciencia y la sanación, mientras que los Sacramentos ofrecen gracia, estabilidad y sustento. La recuperación se convierte en algo que vivimos cada día.

Este domingo, la Iglesia celebra la Solemnidad del Cuerpo y la Sangre de Cristo. En el Evangelio, Jesús dice: *“El que come mi carne y bebe mi sangre, permanece en mí y yo en él.”* Esto es una invitación a la comunión. Es un recordatorio de que no estamos hechos para vivir desconectados de Dios ni de los demás.

Muchos sabemos lo que es buscar seguridad, identidad o comodidad de maneras que fueron moldeadas por nuestras experiencias de la vida temprana. Puede ser que hayamos aprendido a confiar en el control, el alejamiento, la complacencia hacia los demás o la insensibilidad emocional. En su momento, estos patrones nos ayudaron a hacer frente. Con el paso del tiempo, muchas veces nos dejaron vacíos o desconectados.

La Eucaristía atiende directamente esa experiencia. Jesús se ofrece como verdadero alimento. Nos invita a recibir en lugar de demostrar, estar presente en lugar de resguardados. Al recibir el Cuerpo y la Sangre de Cristo, se nos recuerda que nuestras necesidades pueden satisfacerse cuando estamos en relación con Dios.

Esta comprensión se desarrolla con el tiempo. Al inicio de la recuperación, puede resultar extraño bajar la intensidad, darnos cuenta de nuestras necesidades o confiar en los demás. Puede ser que aún, sin darnos cuenta, confiemos en viejos patrones. A

medida que seguimos en la recuperación, algo empieza a cambiar. Nos volvemos más conscientes de nuestras reacciones y más abiertos a nuevas formas de vivir.

Los Doce Pasos alientan este proceso. El Paso Uno nos invita a reconocer que los viejos patrones ya no nos son útiles. Los Pasos Dos y Tres nos llaman a confiar en Dios y a regresar a Él. El Paso Diez motiva una conciencia y honestidad continuas. Estas prácticas nos ayudan a pasar de la reacción inconsciente a la vida con propósito.

San Mark Ji Tianxiang da un testimonio poderoso para quienes saben lo que es sentirse atorado o incapaz de superar patrones profundamente arraigados. Por muchos años luchó contra la adicción al opio y se le negó el acceso a los Sacramentos porque no podía superarla. Probablemente esto le causó profundos sentimientos de culpa y separación. Aun así, continuó asistiendo fielmente a Misa y permaneció devoto a Cristo.

Al final, murió como mártir, proclamando su fe. Su historia nos recuerda que nuestro valor no es definido por nuestras luchas o por nuestra capacidad de cambiar rápidamente. Dios ve el corazón y honra el deseo de mantenerse unido. La sanación puede ser gradual, pero la fidelidad y la apertura ante la presencia de Dios nunca se malgastan.

La recuperación nos enseña que el crecimiento es gradual. Podemos repetir viejos sentimientos o patrones, pero ya no estamos atrapados en ellos. Tenemos nuevas herramientas, nueva conciencia y apoyo de los demás.

La Eucaristía se convierte en un lugar donde mostramos nuestra autenticidad completa. También es un recordatorio de que pertenecemos a un cuerpo más grande. No estamos solos en nuestro proceso de sanación.

La Solemnidad del Cuerpo y la Sangre de Cristo nos recuerda que la recuperación no se alimenta solo de esfuerzo. Necesitamos la gracia. Necesitamos sustento. En la Eucaristía, recibimos lo que necesitamos para seguir creciendo en libertad y unión.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

- ¿Cuándo has confiado en viejos patrones para tener seguridad o comodidad, y cómo te han afectado?

- ¿Cómo estás aprendiendo a reconocer y responder a tus necesidades de formas más sanas?

- ¿Qué te ayuda a mantenerte abierto a recibir apoyo de parte de Dios y de los demás?

LECTURAS DOMINICALES

PRIMERA LECTURA Deuteronomio 8:2-3, 14b-16a

SAL. RESP. Salmo 147:12-13, 14-15, 19-20

SEGUNDA LECTURA 1 Corintios 10:16-17

EVANGELIO Juan 6:51-58