

DÉCIMO SEGUNDO DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO

Gran parte de la recuperación se basa en la disposición para vivir de forma diferente, un día a la vez. Podemos experimentar momentos de claridad, de alivio o de una esperanza renovada, pero la paz duradera se logra por medio de una constante práctica cotidiana. Para quienes se ven afectados por la adicción o los apegos poco sanos de un ser amado, esto suele significar aprender a vivir con honestidad, límites y una confianza en Dios, en lugar de vivir con miedo, control o exceso de responsabilidad.

Las lecturas de este domingo abordan directamente la experiencia sentir miedo y la tentación de esconderse. En la primera lectura, el profeta Jeremías expresa la profunda angustia cuando enfrenta oposición al hablar con la verdad (Jeremías 20:10-13). Incluso en su miedo, sigue regresando hacia Dios en lugar de apartarse. Esto refleja un conflicto que conocemos. Podemos sentirnos abrumados por las decisiones de otra persona, temer lo que otros pensarán o tener incertidumbre acerca del futuro. El instinto puede ser ocultar nuestros sentimientos o intentar manejarlo todo por nuestra cuenta.

Muchos de nosotros conocemos bien este patrón. Puede ser que hayamos ocultado la realidad sobre lo que pasaba en nuestros hogares o evitado hablar con sinceridad sobre nuestro miedo, ira, desgaste o resentimiento. Puede ser que hayamos protegido a otros de las consecuencias, minimizado la gravedad de una situación o creído que nuestro esfuerzo podría lograr la recuperación de otra persona. Estos patrones suelen iniciar con amor y preocupación, pero con el tiempo nos dejan aislados y agotados. La recuperación empieza a cambiar eso. Aprendemos que ser honestos sobre nuestra propia experiencia es un camino hacia la libertad.

En el Evangelio, Jesús dice: *“No hay nada oculto que no llegue a descubrirse; no hay nada secreto que no llegue a saberse.”* (Mateo 10:26-33). Esto no tiene la intención de causar miedo, sino de llevarnos a la verdad. Jesús añade estas palabras, *“No tengan miedo.”* Lo que sale a la luz ya no tiene el mismo poder sobre nosotros.

En la recuperación familiar, la honestidad suele empezar reconociendo lo que sentimos y lo que no podemos controlar. Los pasos Cuatro y Cinco nos ayudan a examinar y compartir con una persona de confianza nuestros propios patrones, incluidos el control, el resentimiento, la permisividad o el escape. Este proceso brinda claridad y nos permite elegir en lugar de reaccionar. También nos ayuda a practicar un amor más sano, uno que respeta la dignidad de otra persona y al mismo tiempo no olvida la propia.

Esta honestidad nos ayuda a enfrentar dos extremos que son usuales. No tenemos que negar la gravedad de la adicción de otra persona, y no tenemos que hacer el centro de nuestra identidad su recuperación. La verdad nos permite determinar lo que es real y elegir el siguiente paso correcto.

El Salmo Responsorial nos da tranquilidad: *“Escúchame, Señor, porque eres bueno”* (Salmo 69). Dios está con nosotros en nuestra vulnerabilidad. No tenemos que cargar todo nosotros solos.

San Pablo nos recuerda en la segunda lectura, que la gracia se ha dado en abundancia por medio de Cristo. (Romanos 5:12-15). Esta verdad nos ayuda a dejar la creencia de que todo depende de nosotros. La misericordia de Dios ya está en acción, tanto en nuestras vidas como en la de quienes amamos.

Jesús también nos recuerda nuestra valía: *“Hasta los cabellos de su cabeza están contados. Por lo tanto, no tengan miedo, porque ustedes valen mucho más que todos los pájaros del mundo.”* Esto se refiere directamente al miedo que a menudo impulsaba nuestros intentos de control. Se nos llama a confiar en que Dios está presente y en acción, incluso cuando no vemos un cambio.

La recuperación nos invita a responder con acción. Practicamos el soltar lo que no debemos cargar, decir la verdad dentro de relaciones sanas y mantenernos unidos a otros que nos entienden. La recuperación se vive un día a la vez. A medida que continuamos en

este camino, se nos llama a soltar el miedo, acoger la honestidad y confiar en que la verdad de Dios conduce a la libertad.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

- ¿Cuándo han influido el miedo o el control en tus respuestas ante el comportamiento de un ser querido?

- ¿Qué te ayuda a hablar con honestidad sobre tu propia experiencia en la recuperación?

- ¿Cómo estás aprendiendo a confiar en Dios con lo que no puedes controlar?

LECTURAS DOMINICALES

PRIMERA LECTURA Jeremías 20:10-13

SAL. RESP. Salmo 69:8-10, 14, 17, 33-35

SEGUNDA LECTURA Romanos 5:12-15

EVANGELIO Mateo 10:26-33