

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 convicción o de despertar espiritual, pero la libertad duradera se logra por medio de una constante práctica cotidiana. En la recuperación de la adicción sexual, esto suele significar elegir la honestidad y la unión en lugar del secreto, la fantasía y el aislamiento.

Las lecturas de este domingo abordan directamente el miedo y la tentación de esconderse. En la primera lectura, el profeta Jeremías expresa la profunda angustia de sentirse expuesto y rechazado, pero a pesar de ello, continúa confiando en Dios (Jeremías 20:10-13). Esto refleja una experiencia que nos es conocida. Cuando empezamos a enfrentar nuestros patrones con honestidad, podemos sentir miedo de ser conocidos, juzgados o rechazados. La tentación es ocultar lo que realmente está pasando.

El secreto, muchas veces se convierte en una parte central de la adicción sexual. Ocultamos comportamientos, pensamientos, imágenes, recuerdos y hábitos de escape. Con el tiempo, el secreto nos aísla y fortalece la culpa. Lo que antes parecía una protección, ahora se convierte en un obstáculo para la sanación. Puede ser que empecemos a creer que nadie podría entendernos o que estamos rotos como nadie más. La recuperación empieza a cambiar eso, al invitarnos a la verdad.

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). Estas palabras pueden resultar incómodas, pero van seguidas de una repetida invitación: *“No tengan miedo.”* Jesús no nos está exponiendo a ser avergonzados. Nos está llamando a la libertad. Lo que sale a la luz, puede empezar a sanarse.

Esto refleja un principio fundamental en la recuperación: solo estamos tan enfermos como nuestros secretos. Los pasos Cuatro y Cinco nos

guían para examinar con honestidad nuestras vidas y compartir esa verdad con Dios y con otra persona. Este proceso rompe el aislamiento y permite el inicio de la sanación. También nos ayuda a reconocer los patrones que hay detrás de un comportamiento, incluyendo el miedo, el resentimiento, la soledad, el derecho, la autocompasión o la búsqueda de consuelo alejado de Dios.

Esta honestidad también nos protege de los pequeños compromisos que a menudo preceden a una reacción. La adicción sexual suele crecer a través de la racionalización, la fantasía personal y la revelación tardía. Cuando desde el inicio ubicamos lo que está ocurriendo, el patrón pierde ímpetu. Aprendemos a decir la verdad antes de que la tentación se convierta en una crisis, y esa es una de las razones por las que las juntas regulares y el apadrinamiento o amadrinamiento son tan importantes.

El Salmo Responsorial nos recuerda: *“Escúchame, Señor, porque eres bueno”* (Salmo 69). Dios nos encuentra en nuestra honestidad con misericordia. Esto es importante porque la culpa a menudo nos sugiere que exponernos nos destruirá. En la recuperación, aprendemos que la honestidad dentro de relaciones sanas puede convertirse en el comienzo de la libertad.

En la segunda lectura, San Pablo nos enseña que la gracia se ha dado en abundancia por medio de Cristo. (Romanos 5:12-15). No necesitamos ser perfectos para regresar hacia Dios. Llegamos tal y como somos, y la gracia comienza a transformar la manera en cómo nos vemos a nosotros mismos y a los demás.

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 a las creencias distorsionadas que muchas veces acompañan a la adicción sexual. No somos objetos, y los demás

tampoco. Somos amados hijos e hijas de Dios, conocidos en su totalidad y queridos plenamente.

La recuperación nos invita a responder con acción. Practicamos el inventario cotidiano, la responsabilidad, la custodia de lo que vemos, la honestidad y la conexión inmediato cuando la tentación aumenta. En lugar de aislarnos, permanecemos unidos a otros que nos ayudan a mantenernos cimentados en la verdad.

La recuperación se vive un día a la vez. A medida que continuamos este camino, se nos invita a soltar el secreto, acoger la honestidad y confiar en que la verdad de Dios conduce a la libertad.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

- ¿En qué momentos el secreto o el aislamiento han fortalecido patrones poco sanos en tu vida?
- ¿Qué te ayuda a practicar a diario la honestidad y la responsabilidad?
- ¿De qué manera el sacar algo a la luz te ha llevado a una libertad mayor?

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