

DÉCIMO QUINTO DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO

La recuperación familiar suele comenzar con un descubrimiento doloroso: la verdad puede ser sencilla, pero vivirla toma su tiempo. Podemos saber que no causamos la adicción de otra persona, que no podemos controlarla ni curarla, pero aun así reaccionamos como si todo dependiera de nosotros. Asistimos a juntas, oramos, ponemos límites y buscamos consejo, pero el temor puede seguir llevándonos de nuevo a conductas de control, rescate o de sobreesfuerzo.

El Evangelio de este domingo presenta un cuadro útil por medio de la parábola del sembrador (Mateo 13:1-23). Jesús describe semillas que fueron arrojadas sobre varios tipos de tierra. Algunas cayeron en el camino y rápidamente se las llevaron. Algunas cayeron sobre suelo pedregoso, donde brotan, pero no pueden echar raíces. Algunas caen entre espinas, donde la maleza las ahoga. Algunas caen sobre tierra fértil y dan fruto.

En nuestro propio recorrido de recuperación, podemos identificar cada tipo de tierra dentro de nosotros. En ocasiones escuchamos una verdad, como puede ser “enfócate en ti”, pero esto sólo permanece en la superficie. Hay momentos en los que sentimos esperanza después de una junta, solo para perder esa claridad cuando un ser querido recae, miente, se aísla o genera caos. En otras ocasiones, el temor, el resentimiento, la culpa y la ansiedad actúan como espinas, ahogando la paz que intentamos cultivar.

La parábola nos invita a preguntarnos no solamente qué debemos hacer, sino en qué tipo de tierra nos estamos convirtiendo. La sabiduría de Al-Anon nos ayuda a lograr este cambio. Aprendemos el desapego con amor, a dejar de tratar la crisis de otra persona como nuestra identidad y a practicar la serenidad aceptando lo que no podemos cambiar. Esto no significa volverse indiferente. Significa permitir que Dios reorganice nuestro amor para que la compasión no se confunda con el control.

Los Doce Pasos ayudan a preparar este suelo. El Paso Uno rompe la negación y la falsa responsabilidad. Los Pasos Dos y Tres nos abren al cuidado de Dios cuando nuestros propios esfuerzos no pueden traer paz. Los Pasos Cuatro a Nueve nos ayudan a eliminar resentimientos, temores y patrones de permisión o escape que nos mantienen atorados. Los Pasos Diez, Once y Doce nos ayudan a mantener la conciencia espiritual y a ofrecer apoyo a los demás sin necesidad de apoderarse de sus vidas.

Este trabajo es constante. Una crisis nueva puede dejar ver lugares complicados dentro de nosotros. Un recuerdo doloroso puede dejar al descubierto un suelo rocoso. Una preocupación familiar puede mostrarnos en dónde vuelven a crecer las espinas. La recuperación nos invita a notar estas cosas sin caer en la desesperación. Podemos hacer una pausa, orar, llamar a alguien y regresar a lo que nos corresponde.

La comunidad es esencial, especialmente porque el temor puede hacer que el aislamiento parezca algo razonable. En la recuperación familiar, a menudo necesitamos que otras personas nos ayuden a distinguir qué nos pertenece y qué no. Otras personas en recuperación nos ayudan a reconocer cuándo nuestro pensamiento se nubla por el miedo. Nos recuerdan que nuestro ser querido tiene un Poder Superior que no somos nosotros. Esta es una de las verdades más liberadoras y difíciles que aprendemos. Su experiencia nos ayuda a confiar en que el crecimiento puede ocurrir incluso cuando las circunstancias siguen siendo inciertas.

Con el tiempo, el fruto comienza a aparecer, muchas veces de forma silenciosa y que puede no ser evidente para otros. Respondemos con más calma, hablamos con mayor honestidad y establecemos límites sin castigar. Amamos más libremente porque estamos menos consumidos por el control. Las situaciones pueden no cambiar tan rápido como esperamos, y nuestro ser querido puede seguir luchando,

pero nuestros corazones empiezan a cambiar. El pánico deja de impulsarnos y somos más capaces de actuar desde la serenidad.

La parábola del sembrador nos recuerda que el crecimiento requiere cuidado. A medida que continuamos en la recuperación familiar, se nos llama a cuidar la tierra de nuestras propias vidas, confiando en que Dios puede sacar fruto de la paciencia, la verdad y la entrega.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

- ¿En dónde notas que te enfocas más en controlar a los demás que en cuidar tu propio crecimiento?
- ¿Qué “espinas” como el temor, el resentimiento o la ansiedad, están desplazando tu paz ahora mismo?
- ¿De qué maneras te apoya la comunidad para mantenerte con los pies en la tierra y centrado en tu propia recuperación?

LECTURAS DOMINICALES

PRIMERA LECTURA Isaías 55:10-11

SAL. RESP. Salmo 65:10, 11, 12-13, 14

SEGUNDA LECTURA Romanos 8:18-23

EVANGELIO Mateo 13:1-23