VIGÉSIMO SEGUNDO DOMINGO DEL TIEMPO ORDINARIO

Para un hijo adulto, la orden de negarnos a nosotros mismos puede sonar como algo que aprendimos mientras crecíamos. Muchos de nosotros nos volvimos expertos en callar nuestros sentimientos, minimizar nuestras necesidades y cargar con más cosas que las que nos pertenecían. El Evangelio del domingo necesita ser escuchado con atención. Después de que Pedro se opone al sufrimiento que Jesús describe, Cristo les dice a sus discípulos: *"El que quiera venir conmigo, que renuncie a sí mismo, que tome su cruz y me siga"* (Mateo 16:24).

Tomar nuestra cruz no significa regresar a la autoanulación, seguir en relaciones dañinas, ni aceptar la responsabilidad por el bienestar de los demás. Jesús no nos está pidiendo que desaparezcamos. Nos está invitando a renunciar a los patrones de supervivencia que nos impiden vivir libremente. Podemos anhelar paz y relaciones más sanas, al tiempo que descubrimos que los cambios necesarios pueden resultar incómodos o incluso desleales.

La cruz en la recuperación de HAHD suele implicar soltar cargas en lugar de llevar más. Puede implicar decepcionar a alguien al poner un límite, permitir que otra persona tenga sentimientos que nosotros no corregimos o hablar con sinceridad cuando antes el silencio mantenía la paz. Puede requerir recibir atención sin tener que ganarla o abandonar el rol que nos hizo sentir indispensables.

Estas decisiones pueden despertar la culpa o el temor. Puede ser que no sintamos egoístas cuando dejamos de funcionar en exceso, o ansiosos cuando ya no manejamos el ambiente emocional que nos rodea. Los viejos roles prometían seguridad y pertenencia. Soltarlos puede parecer como perder una parte de nosotros mismos.

Como Pedro, podemos desear la resurrección sin la rendición. Queremos una identidad clara sin tener que lamentar las formas en que fuimos erróneamente etiquetados. Queremos relaciones sanas sin arriesgarnos a tener desacuerdos. Jesús habla con honestidad sobre el precio que tiene esto: *"El que quiera salvar su vida, la perderá; pero el que pierda su vida por mí, la encontrará"* (Mateo 16:25). El falso yo construido en torno a la supervivencia debe soltar el control para que pueda surgir nuestra vida más verdadera en Cristo.

En la Segunda Lectura, San Pablo le da una forma práctica a esta transformación. Él nos motiva a que *"se ofrezcan ustedes mismos como una ofrenda viva, santa y agradable a Dios"* y que *"dejen que una nueva manera de pensar los transforme internamente"* (Romanos 12:1–2). Nuestros cuerpos pueden seguir reaccionando al conflicto como si el peligro estuviera cerca. Nuestras mentes pueden regresar a viejas creencias: debo mantener a todos contentos. Mis necesidades son una carga. Si alguien está molesto, es porque hice algo mal. La recuperación permite que Dios cambie estas creencias por medio de la oración, la verdad, las relaciones seguras y la práctica repetida.

El Paso Tres se hace real cuando dejamos de permitir que el temor, la aprobación o los roles familiares dirijan nuestras vidas. Nos ponemos al cuidado de Dios y nos preguntamos qué es lo que la fidelidad requiere ahora. Muchas veces significa expresar abiertamente. Otras, significa dar un paso atrás. A veces significa aceptar la ayuda en vez de demostrar que podemos arreglárnoslas por nuestra cuenta.

En la Primera Lectura, el conflicto que tiene Jeremías se refiere también a esta obra. Se cansa de decir la verdad, pero la palabra de Dios permanece *"como un fuego ardiente, encerrado en mis huesos"* (Jeremías 20:9). Una vez que reconocemos la diferencia entre amor y auto abandono, regresar con comodidad a los viejos patrones se vuelve difícil.

La cruz no es evidencia de que la sanación haya fracasado. Puede ser el lugar en donde los roles heredados, el temor y la falsa culpa empiezan a perder su autoridad. Cristo no nos pide que desaparezcamos. Él nos invita a que le sigamos, siendo las personas que Él creó.

En la recuperación nos costará el dejar costumbres familiares que nos mantenían seguros, pero quedarse atrapado en ellas, cuesta mucho más. A medida que dejamos ir identidades construidas en torno a la disfunción, Cristo nos guía hacia la honestidad, la dignidad y la libertad. En Sus manos, el cambio se convierte en un camino hacia nuestro 'Verdadero Yo' y hacia una forma de amar con fidelidad.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

- ¿Qué rol familiar o patrón de supervivencia te resulta más difícil de soltar, aunque ahora mismo esté limitando tu libertad?

- ¿En qué momentos establecer un límite saludable o expresar una necesidad, te hace sentir egoísta, culpable o desleal?
- ¿Qué carga podría Cristo estarte pidiendo que dejes ir, en lugar de seguir llevándola como tu cruz?

LECTURAS DOMINICALES

PRIMERA LECTURA Jeremías 20:7-9
SAL. RESP. Salmo 63:2, 3-4, 5-6, 8-9
SEGUNDA LECTURA Romanos 12:1-2
EVANGELIO Mateo 16:21-27

© Catholic in Recovery, *reflexiones de la reunión del domingo 30/8/26*