CIR IS MEMBER-SUPPORTED, MISSION-DRIVEN

CIR practices stewardship by inviting voluntary contributions from CIR groups, members, and mission-aligned partners. As a mission-driven ministry, we rely on the generosity of our community. Your support sustains our fellowship, expresses gratitude and service, upholds group dignity, and affirms our trust in divine providence.

CIR Website

Give today at:

catholicinrecovery.com/passthebasket

When contributing, please note the meeting you're attending for accurate accounting.

Venmo

CIR ANNOUNCEMENTS

FINAL WEEK TO SHARE YOUR FEEDBACK

CIR's anonymous meeting participant survey closes **NOVEMBER 29**. Help us understand what to continue, what to change, and how we can better support your recovery and fellowship.

Scan the QR code or visit **catholicinrecovery.com/member-survey**.

Thank you to everyone who has responded. We plan to share the findings and our next steps by December 18.

Help Us!

1 2 3 4

ADVIENTO LECTURAS DOMINICALES

PRIMERA LECTURA Isaías 63:16b–17, 19b; 64:2–7
SAL. RESP. Salmo 80:2–3, 15–16, 18–19
SEGUNDA LECTURA 1 Corintios 1:3–9
EVANGELIO Marcos 13:33–37

Catholic in Recovery

© Catholic in Recovery, *reflexiones de la reunión del domingo 29/11/26*

CIR WEEKLY MEETING REFLECTION
HAHD

PRIMER DOMINGO DE ADVIENTO

El Adviento comienza en la oscuridad, algo que puede resultar conocido para los hijos adultos de alcohólicos o de hogares disfuncionales. Muchos aprendimos a observar los cambios de ánimo, anticipar conflictos y prepararnos para lo que pudiera salir mal. En algún momento, esos hábitos nos ayudaron a sobrevivir, pero nos pueden mantener viviendo en el futuro.

Al llegar al tiempo de Adviento, la primera lectura de este domingo expresa una clase diferente de anhelo. Isaías clama: *"Ojalá rasgaras los cielos y bajaras"* (Isaías 63,19). No niega cuánto se ha extraviado el pueblo, pero recuerda que Dios sigue siendo el alfarero y nosotros la obra de sus manos (Isaías 64,7). El Adviento permite que la honestidad y la esperanza permanezcan juntas. Podemos reconocer cuánto nos marcó el pasado sin dar por hecho que tendrá la última palabra.

Este progreso refleja el Paso Dos. Después de admitir que nuestras vidas se han vuelto ingobernables, llegamos a creer que un Poder superior a nosotros mismos puede devolvernos el sano juicio. Para los hijos adultos, el sano juicio puede significar aprender que nuestra seguridad no depende de interpretar correctamente el ambiente en todo momento. También significa confiar en que Dios cuidará de nosotros cuando dejamos de manejar las emociones de quienes nos rodean.

El temor suele llevarnos al mañana. Imaginamos el conflicto antes de que ocurra o ensayamos cómo responderemos si alguien se molesta. La culpa nos arrastra hacia atrás y nos

recuerda momentos en que nos paralizamos, desaparecimos o abandonamos nuestras propias necesidades. Vivir un día a la vez, nos devuelve al único lugar donde puede practicarse la sanación: el día de hoy.

El Evangelio del domingo da un sentido más profundo a esta práctica. Jesús dice: *"Velen y estén preparados, porque no saben cuándo llegará el momento"* (Marcos 13,33). Para quienes fueron marcados por la impredecibilidad, estas palabras pueden sonar como otra exigencia de mantenerse en guardia. Sin embargo, Jesús no nos pide seguir estando tensos. Nos pide estar presentes ante Dios y ser fieles a la vida que nos ha confiado.

Estar espiritualmente alertas es distinto de la vigilar en exceso. La vigilancia excesiva supone que supervisarlo todo constantemente nos mantendrá a salvo. La atención espiritual nos ayuda a reconocer cuándo se ha activado una vieja alarma y a volver a lo que realmente está ocurriendo ahora. Nos da el espacio suficiente para elegir una respuesta, en lugar de volver a un rol antiguo de manera automática.

El Paso Dos nos ayuda a creer que es posible de vivir de una manera diferente antes de saber plenamente cómo se sentirá. Tomamos prestada la esperanza de personas que han aprendido a establecer límites sin pánico y a recibir cuidado sin sentirnos de inmediato en deuda. Su experiencia nos muestra que la recuperación puede convertirse en una nueva manera de vivir en el presente.

San Pablo nos recuerda que no estamos esperando con las manos vacías. Le dice a los corintios: *"No carecen de ningún don, ustedes, los que esperan la manifestación de nuestro Señor Jesucristo"* (1 Corintios 1,7). Dios ya nos ha otorgado una comunidad, la oración y las relaciones en las que es seguro actuar con honestidad. No tenemos que crear seguridad a través de un desempeño perfecto.

Después, Pablo nos da el fundamento de la esperanza: *"Dios es fiel"* (1 Corintios 1,9). Nuestra sanación no depende de una conciencia libre de fallas, ni de jamás volvamos a responder ante un detonante. Reposa en la fidelidad a Dios, quien continúa moldeándonos por medio de actos cotidianos de confianza.

El Adviento nos recuerda que la oscuridad no es evidencia de la ausencia de Dios.

Cristo viene y la gracia ya está actuando. No tenemos que predecir lo que nos espera ni ganarnos el derecho a sentirnos seguros. Cuando seguimos estando presentes ante Dios y tomamos decisiones correctas, la vigilancia ya no se refiere a protegernos del peligro, sino a que cada vez más, reconozcamos que ya no estamos solos.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

- ¿En qué situaciones un temor o un patrón familiar viejo te aleja de lo que realmente está ocurriendo en el presente?

- ¿Cómo te han ayudado el Paso Dos, una comunidad segura o el ejemplo de otra persona, a creer que es posible vivir de manera diferente?

- ¿Qué práctica te ayuda a regresar al presente cuando la vigilancia excesiva, la culpa o el temor al conflicto comienzan a dominarte?