

La Iglesia entra esta semana en la época más sagrada del año. El Triduo Pascual comienza el Jueves Santo, continúa el Viernes Santo y culmina con la alegría del Domingo de Resurrección. Estos días nos invitan a caminar lentamente junto a Cristo en sus últimas horas, mediante el servicio, el sufrimiento, la entrega y la resurrección.

Para muchos hijos adultos de hogares disfuncionales, este recorrido puede hacer un eco profundo en nosotros. Crecer en entornos inestables o impredecibles muchas veces significaba aprender a sortear experiencias emocionales intensas. Los momentos de cercanía o paz pueden rápidamente daban paso a conflictos, decepciones o miedo. Estas experiencias de la vida temprana a veces moldean la manera en cómo respondemos a las relaciones y desafíos de la vida futura.

La Semana Santa nos invita a reflexionar sobre cómo Dios se encuentra con nosotros incluso en esas áreas complicadas de nuestra historia. El Evangelio del Jueves Santo comienza con una descripción impactante del amor de Jesús por sus discípulos (Juan 13:1):

Antes de la fiesta de la Pascua, sabiendo Jesús que había llegado la hora de pasar de este mundo al Padre y habiendo amado a los suyos, que estaban en el mundo, los amó hasta el extremo.

Sabiendo que la traición se acerca, Jesús elige servir a sus discípulos lavándoles los pies (Juan 13:4-5):

Se levantó de la mesa, se quitó el manto y tomando una toalla, se la ceñió; luego echó agua en una jofaina y se puso a lavarles los pies a los discípulos y a secárselos con la toalla que se había ceñido.

Este acto de humildad demuestra que el amor no depende del poder ni del control. Al contrario, se expresa a través del servicio y la compasión.

Para los hijos adultos de hogares disfuncionales, el control a veces puede convertirse en una estrategia de supervivencia. Puede ser que en la infancia hayamos aprendido a vigilar el estado de ánimo de los demás, a evitar conflictos o a asumir la responsabilidad de situaciones que estaban fuera de nuestro control. Estos patrones nos ayudaron a salir adelante, pero se pueden convertir en una carga cuando se llevan a la edad adulta.

La recuperación brinda la oportunidad para desarrollar estilos de vida más saludables. Por medio de las juntas, la oración y las conversaciones honestas, empezamos a reconocer patrones que ya no nos sirven. Aprendemos que nuestro valor no se define por nuestra capacidad para controlar las emociones de los demás.

El Viernes Santo nos confronta con el sufrimiento. La Pasión nos recuerda que incluso Jesús experimentó la traición, los malentendidos y el abandono. Sin embargo, en lugar de responder con resentimiento o control, se pone en manos del Padre.

Para muchos hijos adultos de hogares disfuncionales en recuperación, aprender a confiar en Dios de esta manera puede percibirse como una experiencia nueva. Supone permitirnos reconocer el dolor, al tiempo que creemos que nuestra historia no está definida por esas heridas.

A medida que el Triduo Pascual avanza, la oscuridad del Viernes Santo finalmente da paso a la esperanza de la Pascua. La Resurrección revela que Dios puede dar vida, incluso de las circunstancias que antes parecían sin esperanza. La recuperación refleja este mismo misterio. A medida que seguimos estando presentes en comunidades de apoyo y buscando el crecimiento espiritual, comenzamos a experimentar una libertad nueva. Los viejos temores se sueltan, se desarrollan relaciones más sanas y nuestra comprensión de nosotros mismos comienza a cambiar.

La Semana Santa nos recuerda que la sanación es una travesía y no sólo un instante. Al permanecer cerca de Cristo en cada etapa del Triduo Pascual, descubrimos que Dios está presente incluso en las áreas de nuestra historia que antes nos resultaban abrumadoras. En esa presencia, poco a poco aprendemos que las heridas del pasado no tienen la última palabra.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

■ ¿En dónde notas que Dios te ayuda a responder a la vida con más paz o claridad que antes?

■ ¿Cómo entiendes el practicar la confianza en Dios cuando comienzan a salir a la luz viejos temores o patrones de control?

■ ¿En qué áreas experimentas una nueva libertad o pones límites más saludables en tus relaciones hoy en día?

LECTURAS DE LA MISA VESPERTINA DE JUEVES SANTO

PRIMERA LECTURA Éxodo 12:1-8, 11-14

SAL. RESP. Salmo 116:12-13, 15-16bc, 17-18

SEGUNDA LECTURA 1 Corintios 11:23-26

EVANGELIO Juan 13:1-15

