

Preguntas de Reflexión

- Piensa y describe cómo logras dentro de tu recuperación el equilibrio entre la acción y la contemplación. ¿Tiendes a enfrentar tu incomodidad a través del comportamiento compulsivo o con el trabajo excesivo? ¿Cómo se manifiesta?
- ¿Cómo percibes hoy en día el estar sentado a los pies de Jesús y elegir “la mejor parte”?
- ¿Cómo puede brindar paz y esperanza tu travesía de recuperación a quienes siguen batallando?

Bienvenido a Católicos en Recuperación

Estamos agradecidos de que seas parte de nuestra comunidad y te animamos a que sigas regresando

- Visita catholicinrecovery.com para ver una lista completa de reuniones disponibles, recursos de recuperación e información sobre cómo comenzar
- Te pedimos paciencia mientras traducimos más recursos y materiales al español
- Ten la seguridad de que tu participación y presencia en estas reuniones se mantendrán confidenciales.
- ¡Eres digno de libertad, una vida nueva y recuperación!

Lecturas Dominicales

Primera Lectura: Génesis 18:1-10a

Salmo Responsorial: Salmo 15:2-3, 3-4, 5

Segunda Lectura: Colosenses 1:24-28

Evangelio: Lucas 10:38-42

Decimosexto Domingo del Tiempo Ordinario



La adicción sexual está caracterizada muchas veces por nuestra desconexión, hacia otros, hacia nosotros mismos, y hacia Dios. Cuando la vida se siente como ingobernable, solemos responder buscando alivio en conductas compulsivas o distracciones adormecedoras. En otros momentos, intentamos escapar de nuestro dolor manteniéndonos permanentemente ocupados. En la recuperación, aprendemos a hacer una pausa, reflexionar, y en la calma invitar a Dios. La travesía nos mueve a escuchar de manera más atenta, discernir sabiamente, y a encontrar paz no en el hacer, sino en el estar en la presencia de Dios.

El Evangelio de este domingo narra una historia que nos es familiar: Jesús visita la casa de Marta y María. Mientras Marta está ocupada organizando las tareas de ser buena anfitriona, María se sienta a los pies del Señor, sumida en Sus palabras. Marta, sintiéndose abrumada e inadvertida, se queja ante Jesús (Lucas 10:40-42):

“Señor, ¿no te has dado cuenta de que mi hermana me ha dejado sola con todo el quehacer?”

Dile que me ayude”.

El Señor le respondió:

“Marta, Marta, muchas cosas te preocupan y te inquietan,

siendo así que una sola es necesaria.

María escogió la mejor parte y nadie se la quitará”.

Esta corrección amorosa de parte de Jesús va encaminada directamente a nuestra recuperación. Quizá podemos entrar en la recuperación motivados por la culpa o el temor, queriendo arreglar todo lo que hemos roto. Podemos llenar nuestras agendas con juntas, prácticas espirituales y servicio, cosas buenas, pero que fácilmente se pueden volver en medios de distracción. Como Marta, nos volvemos ansiosos y gastados. Pero Jesús nos hace ver “la mejor parte”: estar sentado tranquilamente y escuchar.

La literatura sobre la recuperación nos señala que el actuar correctamente surge de la conexión espiritual. Si no hacemos una pausa y buscamos la voluntad de Dios, incluso nuestros mayores esfuerzos se vuelven egocéntricos o compulsivos. El Libro Grande nos da un consejo claro (*Alcohólicos Anónimos*, pp. 86-87):

“Al pensar en nuestro día tal vez nos encontremos indecisos. Tal vez no podamos determinar el curso a seguir. En este caso le pedimos a Dios inspiración, una idea intuitiva o una decisión. Procuramos estar tranquilos y tomamos las cosas con calma, no batallamos. Frecuentemente quedamos sorprendidos de cómo acuden las respuestas acertadas después de haber ensayado esto durante algún tiempo.”

Esta perspectiva es transformadora para quienes estamos en la recuperación de la lujuria. Estamos aprendiendo a esperar, sentir y actuar, no a partir del miedo o la vergüenza, sino desde la humildad y la confianza. El ir más despacio nos puede ser desconocido e incómodo. Pero es en esa quietud en la que Dios puede hacer Su mejor trabajo en nosotros.

Estar sentados a los pies de Jesús permite que nuestra valía sea redefinida. Con la adicción sexual a menudo buscábamos aprobación, afecto, o control a través de la fantasía y el comportamiento compulsivo. Ahora, en la recuperación, permitimos que Dios nos haga ver quienes somos. Aprendemos a escuchar Su Voz: de misericordia, de la verdad y de paz. Cuando hacemos esto, es menos probable que persigamos afirmaciones vacías o nos perdamos en el atareo.

En la segunda lectura, San Pablo representa este modelo de transformación (Colosenses 1:24):

Hermanos:

*Ahora me alegro de sufrir por ustedes,
porque así completo lo que falta a la pasión de Cristo
en mí,
por el bien de su cuerpo, que es la Iglesia.*

La gracia se manifiesta cuando nos percatamos de que nuestro sufrimiento puede sanar a los demás. La libertad se hace presente cuando podemos estar en paz a los pies de Jesús mientras lo escuchamos hablar.

Al acoger nuestra sanación, nuestro sufrimiento pasado se convierte en una fuente de sabiduría y gracia para los demás. Lo que una vez nos avergonzó ahora puede solidarizarnos. Cuando en las juntas nos sentamos con otros o compartimos nuestras historias, estamos ayudando a llenar lo que falta, no con el amor de Cristo, sino con el testimonio vivo de Su poder sanador.

Elegir la “mejor parte” es reposar en la presencia de Dios y permitir que Su amor sane nuestros sitios rotos. Esto no significa que abandonemos nuestro actuar, quiere decir que nuestra acción brota de la entrega, no de nuestra voluntad propia. Ya no somos conducidos por el miedo, sino guiados por la paz.