

THOUGHT FOR THE DAY BY FR. JOHN MOLONEY.
SUNDAY APRIL 19th 2020

TITLE OF OUR REFLECTION: BLINDSIDED.
“GIVE US TODAY OUR DAILY BREAD”... MATTHEW 6:11.

Everything seemed fine until he said “I’M OUTTA HERE” and walked out the door with a suitcase and a box of possessions. Blindsided, his wife told me “I’m not sure why it ended... I never saw it coming.”

Has this happened to you? As you try to make sense of it, you’ll need self-care. There’s no magic formula to make ----the pain go away. Healing only begins when you pick up the phone and tell your family and friends , “I NEED HELP” In painful times, they’re a godsend. You can avoid the “I’m fine” game . Rant,-rave- cry,-and scream---- get it all out. Good friends won’t dismiss your pain, and they’ll listen as you pour out your feelings to them. You will discover that “putting it out there” to others affords a different perspective. It sheds light on options you have not considered. And it brings comfort.

Problems are inevitable in life, but keeping your emotions bottled up inside can lead to an emotional meltdown. You do not need to face them alone. When you bring others in you can give your pain a voice and feel the weights lifted from your shoulders.

MAKE IT REAL.

Whom do you have on speed dial for the times when life blindsides you?

TAKE IT TO GOD

Dear Jesus thank you for my family and friends who helped me get back on my feet when life knocked me down.
Amen.

Pensamiento del Dia por el Padre John Moloney

Domingo 19 de abril del 2020

Reflexión: La Sorpresa

“Danos hoy el pan nuestro de cada día.” (Mateo 6:11)

Todo estaba bien hasta que dijo “Ya me voy de aquí” y salió por la puerta con una maleta y una caja con sus cosas. Sorprendida, su esposa me dijo “No estoy segura porque terminó... Ni me lo imaginaba.”

¿Te ha pasado esto? Mientras intentas de procesar las cosas, necesitas cuidarte a ti mismo. No hay una formula mágica para hacer que el dolor desaparezca. La curación solo empieza cuando levantas el teléfono y le dices a tu familia y a tus amigos: “Necesito ayuda”. En tiempos de dolor, son un mandato de Dios. Puedes evitar el juego de “Estoy bien”. Grita, enójate, déjalo todo salir de ti. Buenos amigos no ignorarán tu dolor, y te escucharán mientras les demuestras tus sentimientos. Descubrirás que “mostrándolos para que todos vean” te da una diferente perspectiva. Da luz a opciones que no hayas pensado. Y te sentirás mejor.

Los problemas son inevitables en la vida, pero guardándote tus emociones dentro de ti puede causar una crisis emocional. Cuando incluyes a otros, puedes darle a tu dolor una voz y podrás sentir el peso salir de ti.

HAZLO REAL

¿A quien tienes en tu teléfono de contacto para los tiempos cuando la vida te ciega?

LLEVASELO A DIOS

Querido Jesús, gracias por mi familia y amigos quien me ayudan a levantarme cuando la vida me tropieza.

Amen