

THOUGHT FOR THE DAY BY FR. JOHN MOLONEY

SUNDAY JUNE 14 2020

TITLE OF OUR REFLECTION: DAVID'S DANCE MOVE

On the other side of the emotional spectrum we have David's story. David came to see me and he shared how he has spent a good part of his life angry. In fact, after one terrible horrific breakup, he was angry for more than thirteen years! Not surprisingly, this breakup was the result of a betrayal. The grudge was embedded. Lack of owning his hurt turned him into one, angry, grudge-holding person. Despite not liking these feelings, David carried them around all this time. This major disappointment knocked the wind out of his sails. It was a blow that left him feeling numb- morning noon and night. It was always on his mind and he could not accept what Patricia had done. Well-meaning friends told him to "snap out of it" but he could not.

David had trouble sleeping and regularly dreamed that Patricia came back, begging for forgiveness, and "Like an idiot", he told me he forgave her, only to have it happen again. He'd wake up, incredibly depressed and angry. He said it was just as if the whole betrayal had happened again. He had effectively vacuumed –sealed the break up. By keeping the hurt alive, it was always fresh and new.

By coming to see me, David was finally confessing to his hurt; he was effectively "OWNING IT". Now he could address

it David told me “I still have a long road ahead to completely let go of what happened and forgive Patty, but I have finally come to the place in my life where I am able to speak her name without venom and choking back tears”.

Since David has owned and acknowledged Patricia’s betrayal and his hurt, his moments of anger and unhappiness are lessening. Perhaps one day they will disappear altogether. David is finally dancing the first step towards forgiveness.

Amen.

(To be continued tomorrow.)

PENSAMIENTOS DEL DÍA POR EL P. JOHN MOLONEY

DOMINGO 14 DE JUNIO DE 2020

TÍTULO DE NUESTRA REFLEXIÓN:

LOS PASOS DE BAILE THE DAVID

Al otro lado del espectro emocional tenemos la historia de David. David vino a verme y compartió cómo ha pasado buena parte de su vida enojado. De hecho, después de una terrible ruptura horrible, ¡se enojó por más de trece años! No es de extrañar que esta ruptura fuera el resultado de una traición. El *rencor* estaba incrustado. El resultado de su herida fue que lo convirtió en una persona enojada y que guarda rencor. A pesar de no gustarles estos sentimientos, David los llevó con el todo este tiempo. Esta gran decepción

derribó el viento de sus velas. Fue un golpe que lo dejó sintiéndose entumecido, de la mañana y a la noche. Siempre estaba en su mente y no podía aceptar lo que Patricia había hecho. Amigos bien intencionados le dijeron que "no pensara más en eso", pero no pudo.

David tenía problemas para dormir y soñaba regularmente que Patricia regresaba, rogando perdón, y "Como un idiota", me dijo que la perdonaba, sólo para que volviera a suceder. Se despertaba, increíblemente deprimido y enojado. Dijo que era como si toda la traición hubiera ocurrido de nuevo. Efectivamente David había sellado la experiencia. Y así mantenía vivo el dolor, siempre era fresco y nuevo.

Al venir a verme, David finalmente estaba confesando su dolor; él estaba efectivamente "APROPRIANDOCE DE EL". Ahora podría abordarlo David me dijo "todavía tengo un largo camino por delante para dejar ir por completo lo que pasó y perdonar a Patty, pero finalmente he llegado al lugar en mi vida donde soy capaz de hablar su nombre sin veneno y asfixiándome las lágrimas".

Como David ha apropiado y reconocido la traición de Patricia y su dolor, sus momentos de ira e infelicidad están disminuyendo. Tal vez algún día desaparezcan por completo. David finalmente está bailando el primer paso hacia el perdón.

Amén.

(Continuará mañana.)