



# Meditatio

TALKS SERIES 2020 B · APR- JUN

## Réflexions contemplatives sur l'Écriture 1



L'Évangile, c'est la diffusion d'un virus, la bonne nouvelle, comme on l'appelle. La parole de Dieu est comme un bon virus. Si vous l'attrapez, elle vous changera.

Publié en 2020 à Singapour par  
Medio Media  
[www.mediomedia.com](http://www.mediomedia.com)

Transcription de Réflexions contemplatives sur l'Écriture 1, Meditatio  
Talks Series 2020 B, Laurence Freeman OSB, Medio Media, Singapour,  
ISBN 978-9811469756

Photographie, avec l'aimable autorisation des Archives Bonnevaux

Communauté mondiale pour la méditation chrétienne 2020

Medio Media est la maison d'édition de  
LA COMMUNAUTÉ MONDIALE POUR LA MÉDITATION  
CHRÉTIENNE [www.wccm.org](http://www.wccm.org)

## SOMMAIRE

1.	Le virus de l'Évangile	5
2.	Comment ne pas désespérer	
3.	La Paix de la Résurrection	10
4.	L'Expérience de la Résurrection	13
5.	Vivre avec Révérence	16
6.	Reconnaître Jésus comme compagnon	19
7.	Metanoia	23
8.	Comment la souffrance peut être Rédemptrice	25
9.	Soins aux malades	27
10.	Un mode de vie qui est la Foi	30
11.	Le chemin de croix	33
12.	Développer un cœur paisible	36

~~

Un signe de foi est l'équanimité, un cœur paisible et même joyeux au milieu des souffrances et des angoisses. Lorsque nous nous asseyons pour méditer, nous faisons ce travail de dépouillement de nos peurs, nous développons un cœur paisible même lorsque nous traversons la crise de la croix, quelle qu'elle soit aujourd'hui.

# 1 LE GOSPEL VIRUS

Deuxième dimanche de Pâques, dimanche de la Divine Miséricorde  
(Année A) 19 avril 2020

---

## PREMIÈRE LECTURE

Lecture des Actes des Apôtres (Actes 2:42-47)

*Toute la communauté est restée fidèle à l'enseignement des apôtres, à la fraternité, à la fraction du pain et aux prières.*

*Les nombreux miracles et signes accomplis par les apôtres ont profondément impressionné tout le monde.*

*Les fidèles vivaient tous ensemble et possédaient tout en commun ; ils vendaient leurs biens et leurs possessions et partageaient le produit de la vente entre eux selon les besoins de chacun.*

*Ils se rendaient tous les jours en groupe au Temple, mais se réunissaient dans leurs maisons pour rompre le pain ; ils partageaient leur nourriture avec joie et générosité ; ils louaient Dieu et étaient admirés de tous. Jour après jour, le Seigneur ajoutait à leur communauté ceux qui étaient destinés à être sauvés.*

La parole du Seigneur

## LE VIRUS DE L'EVANGILE - REFECTION

Cette lecture porte sur la vie de la communauté primitive de Jérusalem. Les Actes des Apôtres ont été écrits peut-être 80 ou 90 ans après la mort et la résurrection de Jésus, il y a donc longtemps qu'ils se sont penchés sur les premiers jours de la communauté chrétienne. C'est une vision remarquable du type de vie que nous pouvons vivre en communauté les uns avec les autres, dans la puissance de la vie nouvelle.

Beaucoup de gens se demandent aujourd'hui comment cette pandémie, ce virus, va changer le monde. Nous avons tous le sentiment qu'il sera différent. Nous pouvons également demander : "Comment l'expérience de la résurrection change-t-elle notre vie ?

L'Évangile, c'est la diffusion d'un virus, la bonne nouvelle comme nous l'appelons. Il y a une contagion de la bonne nouvelle. Nous attrapons aussi de mauvaises contagions comme la colère, la jalousie, le nationalisme, la peur, le racisme. Mais nous pouvons aussi attraper un autre type de virus, le virus du pardon, de la tolérance, de la justice. Je pense que cette description de l'Église primitive de Jérusalem montre un groupe de personnes qui ont attrapé cette bonne nouvelle. La parole de Dieu est comme un bon virus. Si vous l'attrapez, elle vous changera. Cette description de la communauté chrétienne primitive décrit donc ce qui semble être une société idéale. Elle ressemble aux communes qui ont vu le jour dans les années 1960 avec un enthousiasme, un idéalisme et une générosité extraordinaires, ou au mouvement des kibboutz dans le nouvel État d'Israël. Très souvent, ces communautés idéalistes échouent, et nous devons comprendre pourquoi elles échouent. Nous pourrions dire que l'Église a, d'une certaine manière, échoué. Elle échoue continuellement, mais elle est continuellement renouvelée par ce virus, par cette bonne nouvelle.

Ce que nous entendons ici, c'est, je pense, une communauté transformée qui vit au milieu du monde, au milieu de Jérusalem, qui était encore un monde dysfonctionnel et injuste, mais un groupe de personnes qui respiraient quelque chose de différent. Il s'agissait d'un groupe de personnes harmonieuses, vivant profondément dans la prière, vivant dans la gentillesse et la sensibilité les unes envers les autres. Il s'agit d'une communauté socialiste et égalitaire qui met tout en commun, qui ne se préoccupe pas de la propriété privée, mais qui partage généreusement avec les autres ce qui lui reste. Nous ne verrons peut-être pas le monde devenir soudainement comme cela après cette crise, mais peut-être aimerions-nous voir notre monde ressembler davantage à cet idéal de vie humaine commune. Ce que nous entendons dans cette lecture, c'est un ton. Ce n'est pas une idéologie, c'est un ton. C'est un ton d'encouragement à ses frères

et sœurs à faire deux choses : persévérer et bien vivre. Pour nous tous qui suivons un chemin spirituel, qui essayons d'intégrer la méditation dans notre vie quotidienne, par exemple, nous avons besoin de cet encouragement. Nous avons également besoin de voir comment ce chemin spirituel a un effet transformateur progressif sur notre façon de vivre, sur notre style de vie. ~

## 2 Comment ne pas Désespérer

Deuxième dimanche de Pâques, dimanche de la Divine Miséricorde  
(Année A) 19 avril 2020

---

### DEUXIÈME LECTURE

Lecture de la première lettre de saint Pierre (1 P 1, 3-9)

*Béni soit Dieu, le Père de notre Seigneur Jésus-Christ, qui, dans sa grande miséricorde, nous a fait renaître comme ses fils, en ressuscitant Jésus-Christ d'entre les morts, afin que nous ayons une espérance certaine et la promesse d'un héritage qui ne peut être ni gâté ni souillé et qui ne se flétrit jamais, parce qu'il est gardé pour vous dans les cieux. Par votre foi, la puissance de Dieu vous gardera jusqu'à ce que le salut préparé se révèle à la fin des temps. C'est pour vous un motif de grande joie, même si vous avez à supporter, pendant un court laps de temps, toutes sortes d'épreuves, afin que, lorsque Jésus-Christ se révélera, votre foi soit éprouvée et prouvée comme l'or - elle est plus précieuse que l'or, qui est corruptible bien qu'il soit éprouvé par le feu - et qu'alors vous ayez la louange, la gloire et l'honneur. Vous ne l'avez pas vu, et pourtant vous l'aimez ; et sans l'avoir vu, vous êtes déjà remplis d'une joie si glorieuse qu'elle ne peut être décrite, parce que vous croyez ; et vous êtes sûrs de la fin à laquelle votre foi aspire, c'est-à-dire le salut de vos âmes.*

La parole du Seigneur

### COMMENT NE PAS DÉSESPÉRER - RÉFLEXION

Cette phrase de saint Pierre est un bon conseil pour nous aujourd'hui : "ne pas désespérer". Même si nous nous sentons parfois anxieux, il ne faut pas fuir dans la distraction, l'addiction ou l'illusion, et voir tous les jours comment nous sommes en train de vivre notre vie.



Nous avons besoin de savoir comment nous pouvons bien vivre, comment nous pouvons relier la profondeur de notre pratique spirituelle à nos décisions ordinaires, à notre mode de vie ordinaire.

L'une des choses les plus importantes et les plus utiles que les gens ont trouvées, lorsqu'ils vivent dans les conditions dans lesquelles la plupart d'entre nous doivent vivre aujourd'hui, c'est d'avoir une routine. Ici, à Bonnevaux, nous avions notre routine avant que le virus ne frappe et nous avons continué avec la même routine. Cela m'a donné, ainsi qu'à nous tous ici, un sentiment de stabilité et de structure. Ainsi, trouver la bonne routine de vie sur laquelle vous pouvez construire vos temps de méditation, par exemple, pourrait être un moyen très important de trouver cet encouragement et cette capacité à relier la surface et la profondeur de notre vie, à vivre bien, à vivre avec intégrité. Cette simple routine de vie peut avoir un effet très puissant. ~

### 3 La Paix de la Résurrection

Deuxième dimanche de Pâques, dimanche de la Divine Miséricorde  
(Année A)

19 avril 2020

---

#### LECTURE DE L'ÉVANGILE : LA PAIX DE LA RÉSURRECTION

L'Évangile selon Jean (Jn 20, 19-31)

*Le soir de ce même jour, le premier de la semaine, les portes de la salle où se trouvaient les disciples étaient fermées, à cause de la peur. Jésus vint et se présenta au milieu d'eux. Il leur dit : "La paix soit avec vous", et il leur montra ses mains et son côté. Les disciples furent remplis de joie en voyant le Seigneur, et il leur dit encore : "La paix soit avec vous".*

Jésus est venu et s'est tenu au milieu d'eux. Il est difficile de mettre des mots sur cette expérience. C'est comme si vous faisiez partie d'un groupe de personnes qui parlent anxieusement, bruyamment dans une pièce et que vous réalisiez soudain qu'il y a quelqu'un d'autre dans la pièce qui n'a pas été pris dans toute cette anxiété, qui est une présence paisible, mais une paix très présente, et qui a quelque chose à dire. Nous portons alors notre attention sur cette personne, sur cette présence, sur quelque chose de plus nouveau et de plus utile que ce que nous disions auparavant.

*Ils furent remplis de joie en voyant le Seigneur, [en le reconnaissant], et il leur dit encore : La paix est avec vous. Comme le Père m'a envoyé, moi aussi je vous envoie. Après avoir dit cela, il souffla sur eux et dit : "Recevez l'Esprit Saint. Ceux à qui vous pardonnerez leurs péchés, ils leur seront pardonnés. Pour ceux dont vous retiendrez les péchés, ils seront retenus.*

Il leur "montra ses mains et son côté", il leur montra ses blessures, et ils furent "remplis de joie". Ils n'ont pas reculé et dire : "C'est

dégoûtant". Ils étaient remplis de joie. Pourquoi ? Parce qu'il a montré sa vulnérabilité, et lorsque nous montrons notre vulnérabilité, nous pouvons établir des relations, nous pouvons nous connecter. C'est lorsque nous prétendons être Superman ou Superwoman que nous perdons cette connexion, que nous perdons la joie et que nous perdons le sens de la vie. La vraie connexion libère toujours de la joie.

La paix soit avec vous". La paix et la joie vont de pair. C'est le message de Pâques, la paix de la résurrection. En ces temps d'anxiété et de peur, de colère et de blâme dans les médias, il est vital que nous trouvions cette paix, une paix réelle, une paix authentique de connexion en nous-mêmes. Nous ne pouvons pas trouver cette paix si nous ne sommes pas prêts à nous connecter à ce niveau de vulnérabilité.

La méditation nous rend très vulnérables. Vous ne pouvez pas prétendre être plus fort que vous ne l'êtes. Vous allez tout d'abord être très vite confronté à votre propre difficulté à maintenir votre attention, à dire le mot. Vous allez très vite vous retrouver face à vous-même. Parfois, les gens n'aiment pas cela et ne peuvent le supporter que cinq minutes à la fois. Eh bien, qu'il en soit ainsi - cinq minutes à la fois si c'est ainsi que vous devez commencer. C'est très bien .

Se confronter à soi-même et à sa propre fragilité, à sa propre vulnérabilité, c'est le début de la paix. Nous avons peur aujourd'hui de respirer le même air, mais au niveau spirituel, lorsque nous méditons ensemble, soit dans ce grand espace magnifique de la grange, soit en ligne les uns avec les autres, nous respirons l'Esprit ensemble. Il dit : "Recevez l'Esprit Saint". Il transmet l'Esprit Saint, et nous nous transmettons cet Esprit les uns aux autres. Et cette transmission de l'Esprit nous donne le pouvoir d'accomplir le grand miracle qui changerait le monde et créerait des sociétés justes et pacifiques. C'est le miracle du pardon.

Il nous donne le pouvoir de pardonner et nous avons besoin de cette dose supplémentaire de pouvoir, car nous savons tous combien il est difficile de pardonner et d'être pardonné. Imaginez que nos dirigeants d'aujourd'hui, Trump, Xi, Poutine, Erdogan, Orbán, les activistes d'extrême droite, les terroristes, etc,

Imaginez qu'ils puissent tous respirer cet Esprit et utiliser leur pouvoir pour transmettre cet Esprit, ce souffle de pardon.

Et nous, que signifie le pardon pour nous ? Le pardon n'est pas seulement une chose juridique, une chose légale. Il ne s'agit pas d'un jugement. En fait, le pardon ne porte pas de jugement, au sens ordinaire du terme. Le pardon ne relève pas seulement du pouvoir du prêtre, qui confesse et donne l'absolution, comme le veut la tradition catholique, car le pardon est plus qu'une absolution, c'est plus qu'une remise de dette. Il s'agit d'être guéri. Et voici ce moment étonnant où Jésus donne à ses disciples son propre pouvoir de pardon, pour qu'ils le transmettent à d'autres. Si nous savions comment l'utiliser, si nous n'en avions pas peur, si nous comprenions vraiment ce que ce pouvoir signifie, nous pourrions changer le monde, à condition de nous laisser changer d'abord. ~

## 4 L'EXPERIENCE DE LA RESURRECTION

Troisième dimanche de Pâques (Année A)

26 avril 2020

---

### PREMIÈRE LECTURE

Lecture des Actes des Apôtres (Actes 2:14, 22-33)

*Le jour de la Pentecôte, Pierre, debout avec les Onze, s'adressa à la foule d'une voix forte : "Hommes d'Israël, écoutez ce que je vais dire : Jésus le Nazaréen est un homme que Dieu vous a recommandé par les miracles, les présages et les signes qu'il a opérés par son intermédiaire lorsqu'il était au milieu de vous, comme vous le savez tous. Cet homme, qui a été mis en votre pouvoir par l'intention délibérée et la prescience de Dieu, vous l'avez pris et fait crucifier par des hommes en dehors de la Loi. Vous l'avez tué, mais Dieu l'a ressuscité, le libérant des affres du séjour des morts, car il était impossible qu'il soit retenu en son pouvoir, puisque, comme le dit David à son sujet :*

*Je voyais toujours le Seigneur devant moi, car, avec lui à ma droite, rien ne peut m'ébranler. Mon cœur s'est réjoui et ma langue a crié de joie ; mon corps aussi se reposera dans l'espérance que tu n'abandonnes pas mon âme à l'Hadès et ne permets pas à ton saint de connaître la corruption. Tu m'as fait connaître le chemin de la vie, tu me rempliras d'allégresse par ta présence.*

*Frères, personne ne peut nier que le patriarche David lui-même est mort et enterré : son tombeau est encore parmi nous. Mais comme il était prophète et qu'il savait que Dieu lui avait fait le serment de faire succéder l'un de ses descendants sur le trône ; ce qu'il a prévu et annoncé fut la résurrection du Christ : c'est celui qui n'a pas été abandonné*

*à l'Hadès et dont le corps n'a pas connu la corruption. Dieu a ressuscité cet homme, Jésus, et nous en sommes tous témoins. Maintenant élevé dans les hauteurs par la droite de Dieu, il a reçu du Père l'Esprit Saint qui lui avait été promis, et ce que vous voyez et entendez, c'est l'effusion de cet Esprit".*

### **La Parole du Seigneur**

#### L'EXPÉRIENCE DE LA RÉSURRECTION - RÉFLEXION

Dans ce passage des Actes des Apôtres, Pierre exprime sa conviction de la résurrection : Dieu l'a ressuscité des affres de la mort parce qu'il lui était impossible d'être retenu par la mort. Pierre, avant la résurrection, était souvent un peu bête et effrayé ou impétueux, mais ici il est très différent. Il est confiant, il est clair, il est courageux. Etrange parole - Dieu l'a ressuscité [de la mort] parce qu'il était impossible que le Christ soit retenu [par la mort]. Il y a une forte conviction, mais il cherche aussi des moyens de l'exprimer. "Tu m'as montré le chemin de la vie", cite-t-il, "tu me rempliras de la joie de ta présence". Il retourne aux Écritures pour essayer de décrire cette expérience qu'il ne peut pas vraiment décrire. La joie est la preuve de la résurrection. C'est ce que l'on peut penser que Pierre a vécu.

Pierre décrit la résurrection. De quoi s'agit-il ? L'expérience de la présence réelle de Jésus, non pas une présence fantasmée, non pas un souvenir, mais **la présence réelle**. Pierre décrit la résurrection dans le meilleur langage qu'il ait pu trouver, c'est-à-dire le langage de sa propre tradition religieuse dont il était imprégné, et Jésus est donc décrit ici comme l'accomplissement de la prophétie de cette tradition, la tradition juive, la tradition qui a façonné les individus et l'ensemble de la culture des Juifs. C'est ainsi que tout devait commencer. C'est ainsi que cette transmission de l'expérience de la résurrection devait commencer là, parce que c'est là qu'elle a commencé.

Qu'en est-il des non-Juifs ? La résurrection n'est-elle une réalité que pour les Juifs ? Très tôt, à la Pentecôte, les premiers chrétiens ont dit non, ce n'est pas seulement pour les juifs et cela ne peut pas être décrit uniquement dans le langage des juifs. Les premiers chrétiens savaient que la résurrection signifiait une nouvelle communauté universelle, mondiale. Il fallait former cette communauté avec des gens que l'on n'aimait pas, des gens de langues et de traditions très différentes. C'est ce que nous appellerions aujourd'hui un organisme international, comme l'OMS ou le FMI. Mais il ne s'agissait pas d'un organisme inter-national comme l'Empire romain, imposé par la force brute et le colonialisme, mais d'un organisme international, le corps du Christ, qui se communiquait par l'amour, la force la plus faible et la plus forte. Et ce travail se poursuit douloureusement pour construire un monde avec cette expérience d'unité et d'attention, de compassion, de souci de l'autre. Je pense que beaucoup d'entre nous espèrent que cette vision d'un monde unifié, bienveillant et juste sera favorisée par la crise que nous traversons actuellement. La résurrection, que vous la voyiez ou non, est, dans l'expérience chrétienne, une partie de ce travail, peut-être la force motrice de ce travail de construction d'une humanité meilleure.

Cette conviction de la résurrection de Jésus d'entre les morts est une conviction unique et extraordinaire, et pour certains, c'est une conviction folle, c'est un fantasme. Cette conviction, quel est le meilleur mot pour la décrire ? S'agit-il d'une croyance, d'un espoir, d'une expérience ? Quoi qu'il en soit, elle a changé et continue de changer le monde et les vies. Elle est plus forte que les personnes qui y croient, plus forte que l'église qui transmet ce message. Elle a sa vie propre, meilleure, plus forte que les personnes qui la communiquent. C'est une vérité dont nous pouvons faire l'expérience et qui touche intimement chaque personne. Si vous commencez à y croire, si vous vous ouvrez à cette conviction de la résurrection, vous vivez déjà d'une manière nouvelle. Vous avez fait entrer quelque chose de nouveau dans votre vie. Vous avez trouvé un chemin spirituel révélant même votre vie comme un voyage spirituel. ~

## 5 Vivre avec Reverence

Troisième dimanche de Pâques (Année A)

26 avril 2020

---

### DEUXIÈME LECTURE

Lecture de la première lettre de saint Pierre (1 P 1, 17-21)

*Si tu reconnais comme Père celui qui n'a pas de favori et qui juge chacun selon ce qu'il a fait, tu dois être scrupuleusement prudent tant que tu vis hors de chez toi. Souviens-toi que la rançon qui a été payée pour te libérer du mode de vie inutile que tes ancêtres t'avaient transmis n'a pas été payée en quelque chose de corruptible, ni en argent ni en or, mais dans le sang précieux d'un agneau sans tache, à savoir le Christ, qui, bien que connu dès avant la création du monde, n'a été révélé qu'en notre temps, à la fin des temps, à cause de toi. C'est par lui que vous avez foi en Dieu, qui l'a ressuscité des morts et lui a donné la gloire, afin que vous ayez foi et espérance en Dieu.*

***La parole du Seigneur***

### VIVRE AVEC UN ESPRIT DE REVERENCE - REFLEXION

Saint Pierre parle de cette expérience transformatrice de la résurrection, il parle à ces communautés primitives du nouveau style de vie qu'elles ont commencé à vivre, et du fait qu'elles doivent abandonner l'ancienne vie qu'elles ont vécue. Parce que si vous vivez une ancienne vie et qu'elle comporte quelques dépendances, quelques blocages, et que vous vous y attachez, il est difficile de changer. Mais je pense que beaucoup de gens aujourd'hui, nous traversons un changement de style de vie si radical que nous nous demandons si nous serons capables de changer pour le mieux, de vivre une nouvelle vie. un meilleur style de vie après cela. Et ce que Pierre dit, c'est que



oui, vous pouvez le faire, mais vous devez vous conduire vous-même avec respect. **Le respect.** Vivre dans un esprit de révérence, ce n'est pas seulement rechercher le profit ou l'exploitation, le succès ou l'échec, le divertissement ou la distraction, mais c'est vivre dans un esprit de révérence. L'étymologie du mot "**révérence**" est liée à l'idée de "respect", de respect avec une profonde crainte, d'être touché par la crainte ou l'émerveillement. Dans la vie ordinaire, il n'est pas très évident de vivre avec cet esprit de révérence. Mais la vie doit être révéérée.

Dans les moments critiques, comme celui que nous traversons actuellement, nous sentons que la vie a quelque chose de sacré. On ne peut pas lui donner un prix. Les choses les plus importantes n'ont pas de prix. Votre famille, vos amis, votre santé - vous ne pouvez pas leur donner une valeur commerciale. Cela ne devrait-il pas signifier que nous vivons avec un autre type d'économie, un autre type d'état d'esprit financier ? Cela signifie-t-il que nous devrions peut-être accorder une plus grande valeur économique aux soins, à la manière dont nous nous occupons des personnes vulnérables, des pauvres, des défavorisés, des perdants de la société ? Que nous reconnaissons réellement ces soins, qui sont toujours sous-financés ?

N'est-ce pas là la chose la plus précieuse ? N'est-ce pas là le cœur même d'une économie juste, que de se préoccuper, de respecter ceux qui en ont le plus besoin ? Il ne s'agit pas seulement de savoir combien vous gagnez ou à quel point vous êtes productif. Je pense que Pierre dit ici que cette révérence, ce respect et cet émerveillement sont devenus inévitables en raison de la présence universelle de la résurrection. C'est son point de vue. Et l'histoire lui a peut-être donné raison. Elle n'est pas complète, elle n'est pas achevée, mais elle a changé le monde. Nous traversons une période de changements si profonds que nous devons comprendre les valeurs, les forces de changement dont nous faisons l'expérience.

Il termine ce passage en disant : "Vous aurez la foi et l'espérance en Dieu". Qu'est-ce que Dieu ? Cette phrase passepartout ? Elle n'a pas cours dans les conseils d'administration des banques et des

parlements du monde. Ils ne parlent pas de Dieu. Ils en parlent en privé ou pendant les week-ends. Mais n'est-ce pas là le mot le plus important, quelle que soit la définition qu'on lui donne ? Avoir la foi et l'espérance en Dieu, non pas comme une idée lointaine, ou une projection mythique ou psychologique, ou quelque chose que nous venons d'inventer, mais Dieu comme cette présence vivante qui s'est imprégnée de tout, y compris de notre propre conscience et de toutes nos façons de percevoir. Nous ne pouvons pas nous éloigner de Dieu. D'autre part, ce Dieu attend, travaille sans force, sans manipulation. C'est la source, c'est l'énergie de cette révérence, de ce soin et de cette attention que toute famille humaine, organisation, communauté, nation, devrait, doit se montrer les uns aux autres. ~

## 6 RECONNAITRE JESUS COMME COMPAGNON

Troisième dimanche de Pâques (Année A)

26 avril 2020

---

### EVANGILE

Lecture de l'Évangile selon saint Luc (Lc 24, 13-35)

*Deux disciples de Jésus se rendaient à un village appelé Emmaüs, à sept kilomètres de Jérusalem, et ils parlaient ensemble de tout ce qui s'était passé. Pendant qu'ils discutaient, Jésus lui-même s'approcha et marcha à côté d'eux ; mais quelque chose les empêchait de le reconnaître. Il leur dit : "De quoi parlez-vous en marchant ? Ils s'arrêtèrent net, le visage abattu.*

*L'un d'eux, appelé Cléopas, lui répondit : "Tu es sans doute le seul habitant de Jérusalem qui ne sache pas ce qui s'y est passé depuis quelques jours. Quelles choses ? demanda-t-il. Tout ce qui concerne Jésus de Nazareth, répondirent-ils, qui a prouvé qu'il était un grand prophète par les choses qu'il a dites et faites devant Dieu et devant tout le peuple, et comment nos grands prêtres et nos chefs l'ont livré pour être condamné à mort et l'ont fait crucifier. Nous avons espéré qu'il serait celui qui libérerait Israël. Et ce n'est pas tout : deux jours entiers se sont écoulés depuis ce qui s'est passé, et des femmes de notre groupe nous ont étonnés : elles sont allées au tombeau au petit matin, et n'ayant pas trouvé le corps, elles sont revenues nous dire qu'elles avaient eu une vision d'anges qui déclaraient qu'il était vivant. Quelques-uns de nos amis sont allés au tombeau et ont trouvé tout exactement comme les femmes l'avaient dit, mais ils n'ont rien vu de lui.*

*Puis il leur dit : "Hommes insensés ! Si lents à croire tout le message des prophètes ! N'était-il pas prévu que le Christ souffrirait et entrerait ainsi dans sa gloire ? Puis, partant de Moïse et passant par tous les prophètes, il leur expliqua les passages de l'Écriture qui le concernaient.*

*Lorsqu'ils approchèrent du village où ils allaient, il fit mine de partir, mais ils le pressèrent de rester avec eux. Ils lui dirent : "C'est bientôt le soir, et la journée est presque finie. Il entra donc pour rester avec eux. Comme il était à table avec eux, il prit le pain et dit la bénédiction ; puis il le rompit et le leur tendit. Leurs yeux s'ouvrirent et ils le reconnurent, mais il avait disparu de leur vue. Ils se dirent alors l'un à l'autre : "Notre cœur n'était-il pas tout brûlant lorsqu'il nous parlait en chemin et nous expliquait les Écritures ?*

*Ils se mirent en route à l'instant même et retournèrent à Jérusalem. Ils y trouvèrent les Onze réunis avec leurs compagnons, qui leur dirent : "Oui, c'est vrai, le Seigneur est ressuscité et il est apparu à Simon. Le Seigneur est ressuscité et il est apparu à Simon. Ils racontèrent alors ce qui s'était passé sur la route et comment ils l'avaient reconnu à la fraction du pain.*

## **L'Évangile du Seigneur**

### RECONNAÎTRE JÉSUS COMME UN COMPAGNON - RÉFLEXION

Dans cette apparition de Jésus aux deux disciples, ceux-ci sont inquiets, parlent, échangent des opinions (comme les gens le font aujourd'hui à propos du virus - as-tu lu ceci ? as-tu vu cela ? as-tu vu cet article ? tu sais ce qui va se passer ? tu sais, plein de bribes de nouvelles que nous avons captées ici et là), mais ne disent pas grand-chose, se contentant d'exprimer leur inquiétude. Puis il s'est approché d'eux et a marché avec eux. Il était là, tout simplement. "Il se tenait debout au milieu d'eux", est une autre façon de le décrire, ou "il s'est montré". Il s'agit de le reconnaître comme un compagnon. L'Évangile parle de compagnonnage, de l'importance de nos relations les uns

avec les autres. Nous avons besoin de partager, de parler, de marcher ensemble.

C'est ce que nous voyons dans l'histoire d'Emmaüs. Les deux compagnons ont été rejoints par un troisième. Parfois, nous voyons le troisième comme un étranger. Dans de nombreuses mythologies, Dieu vient souvent à nous sous la forme d'un étranger. Mais les disciples ne l'ont pas reconnu tout de suite, même si, plus tard, ils se sont rendu compte qu'ils l'avaient senti. Ils avaient senti sa présence, non pas comme un étranger, mais comme quelqu'un qui les connaissait et qu'ils reconnaîtraient. C'était un sentiment. Un sentiment spirituel n'est pas une simple émotion. C'est une perception, une connaissance. Il n'est pas possible d'étiqueter ce type de connaissance ou de la rationaliser, mais la ressentir, c'est la connaître. C'est la connaissance que notre société, avec toute son intelligence, toute sa technologie, a souvent oubliée, la connaissance spirituelle. Le sens de la reconnaissance, c'est que l'on sait à nouveau. Pour Platon, tout apprentissage consiste à développer un savoir qui est très profond dans l'âme et qui a besoin de naître, et donc l'enseignant est quelqu'un qui fait sortir ce savoir comme une sage-femme. *Educare*, faire sortir.

Jésus agit ici comme une sage-femme auprès des deux disciples. Il ne leur donne pas la réponse toute faite. Ce serait de l'idéologie. Mais il les aide à tous les niveaux à voir et à découvrir la vérité par eux-mêmes. Lorsque nous commençons à voir la vérité, nous y résistons souvent, nous la nions ou nous en avons peur et nous nous enfuyons, nous retournons vers ce qui nous est familier. C'est peut-être ce que nous ferons après cette crise, nous voudrions revenir à la situation antérieure. Ou peut-être qu'il y aura suffisamment de personnes qui auront vu la vérité pour être en mesure de changer les choses. Jésus peut donc être considéré ici comme un enseignant, un ami, un compagnon. En tant qu'enseignant, il ne donne pas de réponses, mais il donne des indices, il nous pousse un peu à sortir de notre zone de confort, et les douleurs et les joies de la vie nous enseignent aussi.

Lorsqu'ils l'ont reconnu, que s'est-il passé ? Il a disparu de leur vue. Qu'ont-ils ressenti ? De la tristesse, de la déprime ?

Non, ils ne l'ont manifestement pas fait, car ils se sont sentis stimulés, renforcés, et ils ont fait demi-tour et sont retournés à Jérusalem, qu'ils fuyaient parce qu'ils avaient peur de ce qui leur arriverait. Leur peur s'est donc dissipée. Alors, où était Jésus ? Ne les accompagnait-il plus ? Plus tard, avant l'Ascension, il dit : "Je suis avec vous tous les jours jusqu'à la fin des temps". Mais il a disparu de leur vue. Il n'a pas disparu, il a disparu de leur vue. Cette forme n'est plus nécessaire dans le monde dualiste, parce qu'ils l'ont vu avec l'œil du cœur. Lorsque vous voyez avec l'œil du cœur, il s'agit d'une connaissance et d'une vision plus profondes et plus complètes que de simplement voir quelque chose à l'extérieur. Cette étrange et belle histoire des deux disciples sur la route d'Emmaüs nous en dit long sur notre propre voyage et sur le compagnonnage sur le chemin de la vie. Mais elle nous ouvre aussi à cette dimension transcendante dans laquelle nous pouvons également faire l'expérience de la compagnie de Jésus ressuscité. ~

## 7 METANOÏA

Quatrième dimanche de Pâques (Année A)

3 mai 2020

---

### PREMIÈRE LECTURE

Lecture des Actes des Apôtres (Actes 2:14,36-41)

*Le jour de la Pentecôte, Pierre, debout avec les Onze, s'adressa à la foule d'une voix forte : "Tout Israël peut être certain que Dieu a fait de ce Jésus que vous avez crucifié, le Seigneur et le Christ".*

*En entendant cela, ils eurent le cœur brisé et dirent à Pierre et aux apôtres : "Que devons-nous faire, frères ? Vous devez vous repentir, répondit Pierre, et chacun de vous doit être baptisé au nom de Jésus-Christ pour le pardon de ses péchés, et vous recevrez le don de l'Esprit Saint. La promesse qui a été faite est pour vous et pour vos enfants, et pour tous ceux qui sont au loin, pour tous ceux que le Seigneur notre Dieu appellera à lui. Il leur parla longuement et avec beaucoup d'arguments, et il les exhorta : "Sauvez-vous de cette génération perverse". Ils furent convaincus par ses arguments, ils acceptèrent ce qu'il disait et se firent baptiser. Ce jour-là, environ trois mille personnes s'ajoutèrent à leur nombre.*

***La parole du Seigneur***

### MÉTANOÏA - RÉFLEXION

Dans cette lecture, nous avons un petit aperçu des tout premiers jours de la communauté chrétienne, de l'Église. Ce que nous entendons ici, c'est la conviction brûlante de Pierre. Peu de temps auparavant, il était terrifié, gêné et effrayé, et il voulait simplement rentrer chez lui

et oublier tout ce qui s'était passé. Maintenant, nous le voyons complètement chargé et désintéressé. Il ne prêche pas la bonne nouvelle pour son propre bénéfice. Il brûle de partager son don. Les gens qui l'entendent sont profondément émus et demandent : "Que devons-nous faire ? C'est la question qu'ils ont posée à Jean-Baptiste. Jean Baptiste dit : "Ce que vous devez faire, c'est vous repentir". Croyez que vous pouvez être différents. C'est ce que nous espérons pendant la période d'enfermement, nous espérons que nous pouvons changer pour le mieux en tant que famille humaine.

Se désintéresser de soi. C'est ce que cela signifie : *metanoia*, détourner l'attention de soi. C'est pourquoi la méditation est la sagesse universelle, parce que dans la méditation, si vous pratiquez la méditation de manière authentique, vous avez trouvé cette voie de la métanoïa. Vous n'êtes pas simplement assis en train de penser à vous-même, mais vous vous désintéressez de vous-même. C'est un travail difficile, parfois, mais c'est le seul travail qui vaille vraiment la peine d'être fait. Dans notre tradition, le mantra est ce levier qui nous permet de détourner notre attention de nous-mêmes. ~



## 8-Comment la souffrance peut être REDEMPTIVE

Quatrième dimanche de Pâques (Année A)

3 mai 2020

---

### DEUXIÈME LECTURE

Lecture de la première lettre de saint Pierre 1 P 2, 20-25

*Le mérite, aux yeux de Dieu, est de supporter patiemment la punition quand on est puni après avoir fait son devoir.*

*C'est d'ailleurs ce que vous êtes appelés à faire, car le Christ a souffert pour vous et vous a laissé l'exemple de suivre le chemin qu'il a pris. Il n'a rien fait de mal, il n'y a pas eu de parjure dans sa bouche. Il a été insulté et n'a pas riposté par des insultes ; lorsqu'il a été torturé, il n'a pas proféré de menaces, mais il a mis sa confiance dans le juste juge. Il a porté nos fautes dans son corps sur la croix, pour que nous mourions à nos fautes et vivions pour la sainteté ; par ses blessures, vous avez été guéris. Vous vous étiez égarés comme des brebis, mais maintenant vous êtes revenus vers le berger et le gardien de vos âmes.*

***La parole du Seigneur***

### COMMENT LA SOUFFRANCE PEUT ÊTRE RÉDEMPTRICE - RÉFLEXION

Cette lecture de la première lettre de Pierre nous rappelle le lien qui existe dans la sagesse elle-même entre la patience et la passion et la manière de supporter. Et il dit que nous pouvons apprendre cela à travers le maître lui-même, l'exemple de Jésus, qui a souffert sans réaction de l'ego, sans se plaindre de ce qui devait être enduré, de ce qui était inévitable. Et c'est pour cela, dit Pierre, que sa souffrance est devenue rédemptrice. Si nous pouvons le voir et le croire, si nous pouvons le voir, cela signifie que nous devons en faire nous-mêmes

l'expérience, afin de comprendre comment la souffrance peut être rédemptrice. "C'est par ses blessures que vous avez été guéris ". Il y a ce merveilleux verset dans Shantideva, *A Guide to the Bodhisattva's Way of Life* : "Que je sois le médicament et le médecin des malades, que je sois leur infirmière jusqu'à ce que leur maladie ne revienne plus jamais. Je leur ai donné mon corps. " L'esprit du bodhisattva, l'esprit du Christ, l'esprit semblable au Christ, que nous voyons dans de nombreuses parties du monde dans l'altruisme de ceux qui soignent dans des circonstances très difficiles, sans équipement approprié très souvent, et au péril de leur vie très souvent, en soignant les personnes souffrant du virus. C'est cette sagesse de la souffrance compatissante que nous apprenons en fait chaque fois que nous traversons une période comme celle-ci, une période d'apprentissage et de compréhension qui nous amènera plus profondément à la compassion pour les autres et à une vision plus sage du sens de la vie. ~

## 8 SOIGNER LES MALADES

Quatrième dimanche de Pâques (Année A)

3 mai 2020

---

### LECTURE DE L'ÉVANGILE

Lecture du saint Évangile selon Jean (Jn 10, 1-10)

*Jésus dit : "Je vous le dis en vérité, quiconque n'entre pas dans la bergerie par la porte, mais s'y introduit par un autre chemin, est un voleur et un brigand. Celui qui entre par la porte est le berger du troupeau ; le portier le laisse entrer, les brebis entendent sa voix, il appelle une à une ses brebis et les conduit dehors. Quand il a fait sortir son troupeau, il le précède, et les brebis le suivent parce qu'elles connaissent sa voix. Elles ne suivent jamais un étranger, mais le fuient : elles ne reconnaissent pas la voix des étrangers.*

*Jésus leur a raconté cette parabole, mais ils n'ont pas compris ce qu'il voulait dire en la racontant. Alors Jésus leur parla de nouveau : "Je vous le dis en vérité, je suis la porte de la bergerie. Tous ceux qui sont venus sont des voleurs et des brigands ; mais les brebis n'ont pas fait attention à eux. C'est moi qui suis la porte.*

*Quiconque entre par moi sera en sécurité : il entrera et sortira librement, et il sera sûr de trouver un pâturage. Le voleur ne vient que pour voler, tuer et détruire. Je suis venu pour qu'ils aient la vie, et qu'ils l'aient en abondance.*

C'est l'Évangile du Seigneur.

### SOINS AUX MALADES - RÉFLEXION

Jésus parle de la relation d'amour entre le berger et les brebis dont il s'occupe, et il dit que le berger les connaît toutes par leur nom, qu'il les appelle par leur nom.

L'important, c'est que chacun d'entre eux soit précieux et ait de la valeur. L'idée d'être connu est au cœur du mystère de l'amitié.

Jésus se décrit lui-même dans ce grand passage de Jean. C'est l'une de ses grandes phrases "Je suis" : "Je suis la porte", je suis la voie d'accès à cette expérience de connexion amoureuse ultime. Un chemin ou une entrée. Jésus s'imagine ici non pas comme l'enceinte, non pas comme le bâtiment où il veut faire entrer tout le monde, verrouiller les portes, les posséder et les faire signer comme membres de son église, mais il est l'entrée, il est l'ouverture. Son esprit, son cœur, son âme est le conduit par lequel les personnes en bonne santé peuvent aller et venir, et dans lequel ceux qui sont blessés par leurs propres peurs, par leurs traumatismes, par leur doute de soi, par leur rejet de soi, dans lequel ceux qui ne sont pas en bonne santé peuvent être guéris et rétablis dans leur santé.

Nous pensons beaucoup, en ce moment, à la santé, à la vaccination, au retour à la normale, aux soins à apporter aux malades, comme il se doit, mais nous devrions aussi penser à la signification plus profonde de la santé et au fait que nous étions malades avant le virus, à bien des égards. Et peut-être que ce virus est également lié à la manière dont nous avons rendu notre environnement malsain et malade. Ce sont donc de belles images que Jésus nous donne ici pour réimaginer notre vie, notre vie en tant que famille humaine et en tant qu'individus. Il ne nous dit pas qu'il va nous capturer, mais qu'il va être le moyen par lequel nous pourrions trouver des pâturages, trouver une alimentation saine pour nous-mêmes et nous aurons la liberté d'aller et venir, dit-il. C'est la vraie liberté, celle d'aller et venir. Et c'est la plénitude de la vie qu'il dit vouloir nous apporter, non pas la liberté de rester piégés dans l'enclos de l'ego avec ses désirs et ses peurs, son auto-référencement, son auto-fixation constante, mais la liberté de vivre même dans l'incertitude, mais avec un goût de la promesse de la vie. Ne pas vivre avec la peur ou la fantaisie qui nous dominent, mais vivre avec une liberté d'esprit sans cesse renouvelée, ne pas garder l'attention sur nous-mêmes, mais tourner notre attention vers les autres.

Il n'y a qu'un seul fruit de la méditation qui prouve que la méditation en vaut la peine, et ce n'est ni votre tension artérielle, ni une quelconque expérience de béatitude ou de lumière que vous pourriez avoir pendant la méditation, ni un sentiment de supériorité par rapport aux autres qui n'ont pas la chance d'être aussi contemplatifs que vous. Le seul fruit de la méditation qui s'avère utile et vrai, authentique, est que nous pouvons accorder notre attention aux autres, même lorsque, dans la souffrance, l'attention tend inévitablement à se tourner vers nous-mêmes, en renonçant à notre propre conscience de soi, à notre fixation sur soi, à notre centrage sur soi, à ce que Ramana Maharshi appelle la "pensée-je". C'est le travail de la méditation. Nous allons et venons. Nous entrons et sortons de la bergerie et nous découvrons que nous formons une communauté saine au sein du troupeau, non pas comme un mouton sans nom comme dans une foule, un consommateur, un membre d'un parti, mais nous sommes en connexion avec l'amitié divine et nous partageons cette connexion avec d'autres.

*La méditation*, a dit John Main, *est la base de la civilisation* parce qu'elle révèle la vie de l'être humain comme la liberté d'être pleinement vivant, c'est-à-dire d'aimer et de prendre soin des autres. Peut-être que l'une des choses sur lesquelles nous commencerons à réfléchir pendant cette crise, alors que nos économies et nos sociétés prennent le temps de se rétablir, est la valeur de l'attention aux autres. Dans la plupart de nos économies, le secteur des soins, qui s'occupe des malades, des défavorisés et des marginaux, est toujours sous-financé. Les professions soignantes sont toujours sous-payées, et les nombreuses personnes qui restent à la maison pour s'occuper de parents ou d'enfants malades doivent souvent lutter pour survivre. Mais on pourrait réimaginer une société dans laquelle on reconnaîtrait la valeur des soins, et où les soins eux-mêmes auraient une valeur, même au niveau économique, qui serait respectée dans la manière dont la richesse de la société serait redistribuée. Au lieu d'être toujours sous-évaluées, les professions de soins recevraient leur véritable valeur, en reconnaissance de ce qu'elles font. C'est peut-être ce qui pourrait ressortir de l'expérience que nous vivons collectivement. Et si nous pouvions le voir ainsi, *nous aurions découvert un chemin contemplatif à travers cette crise.* ~

## 9 UN MODE DE VIE QUI EST LA FOI

Cinquième dimanche de Pâques (Année A)

10 mai 2020

---

### PREMIÈRE LECTURE

Lecture des Actes des Apôtres Actes 6:1-7

*Vers cette époque, alors que le nombre des disciples augmentait, les Hellènes se plaignirent des Hébreux : dans la distribution quotidienne, leurs propres veuves étaient oubliées. Les Douze convoquèrent une assemblée plénière des disciples et leur dirent : "Il ne convient pas que nous négligions la parole de Dieu pour distribuer des vivres ; vous, frères, choisissez parmi vous sept hommes de bonne réputation, remplis de l'Esprit et de sagesse ; nous leur confierons cette tâche, tout en continuant à nous consacrer à la prière et au service de la Parole". Toute l'assemblée approuva cette proposition et élit Étienne, homme plein de foi et d'Esprit Saint, ainsi que Philippe, Prochore, Nicanor, Timon, Parménas et Nicolas d'Antioche, converti au judaïsme. Ils les présentèrent aux apôtres, qui prièrent et leur imposèrent les mains.*

*La Parole du Seigneur continua à se répandre : le nombre de disciples à Jérusalem augmenta considérablement et un grand nombre de prêtres se soumirent à la foi.*

La Parole du Seigneur

### UN MODE DE VIE QUI EST FOI - RÉFLEXION

Lorsque nous pensons à l'Église aujourd'hui, nous la voyons comme une institution multi-nationale - hiérarchie, conflits, disputes et les scandales et toutes ces choses de l'institution.

Mais dans ces lectures des Actes des Apôtres, nous avons ces petits instantanés de l'Église primitive, ces petites communautés qui grandissaient, luttaienent et réagissaient au changement. Nous assistons ici à un moment décisif. La communauté grandissait, mais elle avait des problèmes. Les problèmes viennent avec le temps, et le problème ici était que les Grecs se plaignaient, les Grecs qui étaient devenus chrétiens se plaignaient que les Juifs qui suivaient Jésus ne les traitaient pas de la même manière, ne donnaient pas équitablement aux pauvres, aux veuves pauvres. Ils avaient donc manifestement des problèmes. Les Douze, ce noyau dur, se sont réunis et ont créé une structure : sept sages qui s'occuperaient des pauvres, de ces questions matérielles, pendant qu'ils se consacraient à la prière et à l'enseignement. Tout le monde est d'accord avec cette décision. Ils ont imposé les mains, il y a eu ce rituel, ils ont imposé les mains aux nouvelles personnes qui allaient servir les pauvres. Et la communauté a continué à grandir.

Ce qui est intéressant, c'est que les dirigeants avaient besoin d'être libérés pour la prière et le bon travail, ainsi que pour la prière et les Écritures. Il y a quelques jours, je parlais aux évêques des Caraïbes, lors d'une retraite que nous avons faite en ligne, et j'ai été très impressionné par ces dirigeants de l'institution qui étaient aussi des professeurs de prière, qui prenaient la prière très au sérieux pour eux-mêmes et qui se demandaient comment ils pouvaient approfondir la prière de leurs églises, des personnes qu'ils servaient, tout en apportant de la nourriture aux pauvres qui souffrent vraiment dans les circonstances actuelles. J'ai pensé que c'était un signe d'espoir, que les dirigeants faisaient de la prière une priorité dans leur propre vie et qu'ils combinaient la prière et l'action, la contemplation et l'action. C'est la formule de la foi. L'expérience de la foi est enracinée dans les problèmes et les souffrances de la vie quotidienne. Mais elle nous élève aussi au-dessus de ces problèmes, au-dessus de mes questions personnelles, de mes problèmes personnels. Mes problèmes personnels n'absorbent pas toute mon attention parce que je sais, par ma vie avec les autres, que les autres ont aussi des problèmes.

Et c'est la vie de foi qui nous élève au-dessus de nos propres limites.

Je suis donc capable de servir même lorsque je pense que je n'ai pas d'énergie, pas d'amour, pas de ressources à donner à qui que ce soit, que j'ai suffisamment de problèmes pour moi, que je ne peux pas me tourner vers les autres. Bien sûr, il y a des moments où nous ne pouvons pas, mais ce sont des moments où nous acceptons notre impuissance. Mais un mode de vie fondé sur la foi nous enseigne que je dois et que je peux. Simone Weil dit quelque part que "nous devons donner dans l'esprit de celui qui mendie". En d'autres termes, servir, donner aux autres ne signifie pas que nous donnons de notre force et de nos ressources excédentaires, de notre surplus, mais que nous donnons de notre insuffisance. Nous donnons à partir de notre pauvreté. C'est exactement comme cela que cela fonctionne. Une telle foi ne peut grandir qu'au sein d'une communauté telle que celle que nous voyons dans ce petit instantané de l'Église primitive de Jérusalem.

La communauté n'est donc pas un club, mais une école du service du Seigneur, c'est ainsi que Benoît décrit la communauté. Une façon d'apprendre à être centré sur l'autre, ce qui signifie aussi apprendre à se faire pardonner par les autres lorsque nous ne pouvons pas le faire ou lorsque nous ne voulons tout simplement pas le faire. C'est une école où nous apprenons à donner et à recevoir l'acceptation. ~



# 10 LE CHEMIN DE LA CROIX

Cinquième dimanche de Pâques (Année A)

10 mai 2020

---

## DEUXIÈME LECTURE

Lecture de la première lettre de saint Pierre 1 P 2, 4-9

*Le Seigneur est la pierre vivante, rejetée par les hommes, mais choisie par Dieu et précieuse à ses yeux ; attachez-vous à lui, afin que vous aussi, sacerdoce saint qui offre les sacrifices spirituels que Jésus-Christ a rendus agréables à Dieu, vous soyez des pierres vivantes qui construisent une maison spirituelle. Comme le dit l'Écriture : Voyez comme je pose en Sion une pierre angulaire précieuse que j'ai choisie, et l'homme qui se confie en elle ne sera pas déçu. Cela signifie que pour vous qui êtes croyants, elle est précieuse ; mais pour les incroyants, la pierre rejetée par les bâtisseurs s'est avérée être la clé de voûte, une pierre sur laquelle on trébuche, un rocher qui fait tomber les hommes. Ils trébuchent parce qu'ils ne croient pas en la parole ; c'est le sort qui leur est réservé.*

*Mais vous êtes une race élue, un sacerdoce royal, une nation consacrée, un peuple mis à part pour chanter les louanges de Dieu qui vous a appelés des ténèbres à son admirable lumière.*

La Parole du Seigneur

## LE CHEMIN DE CROIX - RÉFLEXION

"Nous sommes une race élue, un sacerdoce royal, une nation sainte, un peuple qui appartient à Dieu". Ces paroles de saint Pierre, qui semblent un peu arrogantes, sont facilement mal interprétées lorsque l'ego prend le dessus, lorsque nous agissons en fonction de l'idée que nous nous faisons de nous-mêmes. Toute cette identité spéciale commence alors à devenir nationaliste, supérieure, raciste, pleine de préjugés. Mais en fait, c'est la véritable nature spéciale de l'humanité.

Si vous reconnaissez que vous portez une croix chaque jour, et que chacun doit porter sa croix chaque jour, vous découvrez ce que signifie la foi - une relation avec Dieu et avec les autres sur le chemin de la croix. Il ne s'agit pas d'une relation avec un dieu qui est une figure paternelle imaginaire, mais d'une puissance d'amour qui se manifeste dans la souffrance humaine. C'est le grand paradoxe de la croix de Jésus.

La famille d'Édouard Brishant, 8 ans, vit cette vérité aujourd'hui (nous avons prié pour lui la semaine dernière). Il quitte l'hôpital ce week-end pour rentrer chez lui en Bretagne après une opération de 12 heures pour une tumeur au cerveau. Et la mauvaise nouvelle, c'est qu'elle est maligne. Il devra subir deux autres opérations et six semaines de radiothérapie. Ses parents ont écrit une lettre très émouvante, une lettre qui exprime, me semble-t-il, le sens de la foi, de leur propre foi. Ils disent : "nous sommes évidemment déçus et inquiets que notre petit, encore si jeune, doive traverser ces difficultés et nous sommes aussi un peu abasourdis par la nouvelle, par le marathon qui nous attend". Mais ils sont confiants, ils sont pleins d'espoir. Ils nous demandent même de nous réjouir avec eux. Édouard est en forme, son moral est bon et il est heureux, il a hâte de revoir ses parents et ses frères et sœurs très bientôt. Il est conscient de sa situation et ils ont trouvé un médecin qui sait utiliser les mots justes pour lui expliquer. S'il vous plaît, envoyez-nous des ondes positives, c'est ce dont nous avons besoin", disent-ils. Prenez le temps d'absorber la nouvelle. Nous comprenons que vous puissiez être choqué et angoissé, mais vous n'êtes pas obligé de nous le dire, cela ne sert à rien. Nous choisissons résolument l'optimisme et le combat, la lutte. Édouard se battra, nous aussi. Dieu nous encourage, nous porte.

Priions pour Édouard, priions pour Grégoire, Clément, Arthur et Jaquard, pour nous, pour les parents. Nous avons la chance d'avoir la foi. Nous sentons la présence et le soutien de Dieu à travers notre prière et la vôtre". Et ils terminent par une prière d'abandon. Père, je m'abandonne à toi. Fais de moi ce que tu veux. Quoi que tu fasses, je te remercie. Je suis prêt à tout. J'accepte tout. Une prière d'abandon joyeux à la volonté de Dieu. Ainsi, au cours de cette messe, nous

gardons Édouard et sa famille dans nos cœurs, dans la foi, reconnaissants de pouvoir le faire et de pouvoir le faire.

Nous sommes reconnaissants de la manière dont ils partagent leur croix avec nous.

Le paradoxe est que la foi grandit dans la souffrance et le partage. Les mystères de la foi commencent alors à briller et à prendre vie, et nous commençons alors à voir pourquoi nous sommes spéciaux, non pas dans le sens de l'ego de notre supériorité ou de notre capacité à survivre et à battre les autres, mais dans la découverte de notre unicité, non pas aux dépens des autres qui sont exclus. Toute communauté de foi doit être une communauté ouverte pour accueillir ceux qui n'ont pas la foi ou qui l'ont perdue ou endommagée. Une communauté de foi qui exclut les autres n'est plus une communauté de foi. Nous grandissons tous dans le paradoxe. Chaque être humain porte sa croix et nous apprenons à la porter au service des autres. Nous sommes une race élue, un sacerdoce royal, une nation sainte, un peuple qui appartient à Dieu" - cela devient une déclaration surprenante. C'est ce que nous sommes en tant qu'êtres humains. C'est ce que l'ensemble de l'humanité peut comprendre qu'elle est. ~

# 11 DÉVELOPPEMENT D'UN CŒUR PAISIBLE

Cinquième dimanche de Pâques (Année A)

10 mai 2020

---

## LECTURE DE L'ÉVANGILE

Lecture du saint Évangile selon Jean (Jn 14, 1-12)

*Jésus dit à ses disciples : Ne laissez pas votre cœur se troubler. Ayez toujours confiance en Dieu, et ayez confiance en moi. Il y a beaucoup de chambres dans la maison de mon Père ; s'il n'y en avait pas, je vous l'aurais dit. Je vais maintenant vous préparer une place, et quand je serai allé vous préparer une place, je reviendrai vous prendre avec moi, afin que là où je suis vous soyez aussi. Tu connais le chemin qui mène au lieu où je vais. Thomas dit : "Seigneur, nous ne savons pas où tu vas, comment pouvons-nous connaître le chemin ? Jésus dit : "Je suis le Chemin, la Vérité et la Vie. Personne ne peut venir au Père si ce n'est par moi.*

*Si vous me connaissez, vous connaissez aussi mon Père. Dès maintenant, vous le connaissez et vous l'avez vu. Philippe dit : "Seigneur, laisse-nous voir le Père, et alors nous serons satisfaits. Je suis avec toi depuis tout ce temps, Philippe, lui dit Jésus, et tu ne me connais pas encore. Me voir, c'est voir le Père. Comment peux-tu dire : "Voyons le Père" ? Ne croistu pas que je suis dans le Père et que le Père est en moi ? Les paroles que je vous dis ne viennent pas de moi : c'est le Père, vivant en moi, qui fait cette œuvre. Vous devez me croire quand je dis que je suis dans le Père et que le Père est en moi ; croyez-le à l'évidence de cette œuvre, ne serait-ce que pour cette raison. Je vous le dis très solennellement, celui qui croit en moi accomplira les mêmes œuvres que moi, il en accomplira même de plus grandes, parce que je vais au Père".*

C'est l'Évangile du Seigneur.

## DÉVELOPPER UN CŒUR PAISIBLE - RÉFLEXION

L'évangile de Jean commence par ces paroles de Jésus : "Que votre cœur ne se trouble pas". Nous devons avoir l'esprit et le cœur calmes si nous voulons suivre ce chemin de foi, suivre la vie comme un chemin de foi, malgré les mauvaises surprises et les déceptions et la façon dont la croix nous tombe parfois dessus. Néanmoins, il nous appelle à avoir des cœurs paisibles. Mettez vos cœurs troublés en paix et chassez vos peurs, un enseignement très important en ces temps de crise mondiale, locale et personnelle.

Un signe de foi est l'équanimité, un cœur paisible et même joyeux au milieu des souffrances et des angoisses, comme je pense que nous l'avons entrevu dans les paroles des parents d'Édouard. Fidélité face au doute, espérance face au désespoir, amour face à la solitude, tel est le travail de notre méditation quotidienne. Et même lorsque nous nous asseyons pour méditer et que nous nous sentons souvent très troublés par nos problèmes personnels ou par les problèmes du monde qui nous entoure, nous faisons néanmoins ce travail de mise à distance de nos peurs. Nous développons l'équanimité. Nous développons un cœur paisible alors même que nous traversons la crise de la croix, quelle qu'elle soit aujourd'hui. Et la raison pour laquelle nous pouvons faire cela, c'est que la paix est déjà là. Nous n'avons pas besoin de résoudre d'abord tous les problèmes de la vie et ensuite nous aurons la paix. Nous avons déjà la paix, nous devons trouver cette paix, l'accepter - c'est le chemin de la foi - et ensuite nous pouvons faire de notre mieux pour résoudre les problèmes de la vie. Nous résolvons les problèmes de la vie par la paix. On ne fait pas la paix en résolvant les problèmes. Les problèmes seront toujours là. Nous avons une croix après l'autre, mais nous pouvons la porter, jour après jour, en tant que famille humaine, si nous avons trouvé cette paix.

Jésus a dit : "Je suis le Chemin, la Vérité et la Vie. Personne ne peut venir au Père si ce n'est par moi". C'est une vérité universelle. Nous la trouvons dans toutes les traditions de sagesse, elle est déjà présente en nous. Dieu est en nous. Mais maintenant, il le concentre spécialement, personnellement, intimement en lui, d'une manière que vous pourriez trouver exclusive, mais ce n'est pas exclusif dans le

sens où il l'entend. Si nous l'interprétons comme étant exclusif, c'est notre problème. Ce n'est pas son erreur. Vivre sa vie fidèlement, c'est avoir foi en Dieu. Que vous croyiez en Dieu ou non, vous avez foi en Dieu si vous vivez fidèlement, ouvertement, avec compassion, avec vérité. " Vous avez foi en Dieu, ayez foi en moi", dit-il. C'est un peu trop personnel, un peu trop exigeant, un peu trop intime. Mieux vaut rester au niveau des idées cosmiques universelles. Mais pourquoi doit-il se mêler de cela - vous savez, nous avons assez de gourous, nous n'avons pas besoin d'autres gourous...

Encore une fois, nous sommes uniques et nous réagissons d'une manière ou d'une autre, du mieux que nous pouvons. Pouvons-nous lui faire confiance ? Est-ce trop beau pour être vrai ? S'agit-il d'un autre faux messie, d'une autre fantaisie, d'un autre faux espoir ? Réfléchissez-y. Revenez-y dans 10 ans et il dira la même chose. Son offre sera toujours sur la table, la main tendue vers nous. Ou bien essayez et restez, comme Thomas ou Philippe ici, dans la foi et l'incompréhension, et vous échouerez. Mais si vous revenez, vous découvrirez qu'il reste fidèle face à notre infidélité.

Qu'est-ce que cela signifie ? Je ne sais pas vraiment. Je ne sais pas comment l'exprimer parce que c'est quelque chose que l'on découvre très intimement et qui ne peut être imposé à personne. La seule preuve que cette offre de foi, de relation avec lui, de mettre notre foi en Dieu comme notre foi en lui, de les combiner, la seule preuve de cela est notre propre expérience et cela signifie, comment cela vous affecte et comment vous vivez et comment vous portez votre croix chaque jour, et vous seul pouvez répondre à cette question.

Il nous dit qu'il y a "beaucoup de chambres dans la maison de son père", une belle image de son inclusivité et de son universalité où nous nous découvrons aimés, accueillis, spéciaux, uniques, égaux en valeur à tous les autres invités. Il n'y a aucune raison de rivaliser ou de sentir que quelqu'un d'autre est aimé plus que nous ou accueilli plus que nous. C'est l'hospitalité au cœur de l'invitation de Jésus,

un foyer universel pour tous. Vous pouvez vous sentir chez vous partout dans cet univers et rien de ce qui est vrai, bon ou aimable n'est en conflit avec cela. Comme l'a dit Clément d'Alexandrie, l'un des premiers maîtres de la foi : "rien de ce qui n'est pas contre nature n'est contre le Christ". Rien de ce qui est vrai et saint, bon, n'est contre le Christ. ~

*Fidélité face au doute, espérance face  
au désespoir, amour face à la solitude  
- tel est le travail de notre méditation  
quotidienne.*

La Parole de Dieu est comme un bon virus", dit Laurence Freeman. Si vous l'attrapez, elle vous changera. Ces exposés sont des réflexions, à la lumière de la méditation, sur certaines lectures de la messe dominicale de Pâques. Le silence de la méditation permet à la Parole de Dieu de s'enraciner en nous et de nous transformer. Le centre de retraite de la WCCM à Bonnevaux célèbre une messe contemplative le dimanche, à laquelle les méditants du monde entier peuvent participer en ligne.



LAURENCE FREEMAN OSB est moine bénédictin et directeur de la Communauté mondiale pour la méditation chrétienne. En tant que guide spirituel de la communauté, il voyage beaucoup pour enseigner, diriger des retraites, mener des initiatives interconfessionnelles et s'engager avec le monde séculier sur des sujets sociaux, éducatifs, médicaux et commerciaux. Ses livres comprennent *Good Work*, *Light Within*, *Jesus the Teacher Within*, *First Sight et Sensing God*.





Medio  
Media

[www.mediomedia.com](http://www.mediomedia.com) [www.wccm.org](http://www.wccm.org)

**Dans l'ensemble** de ce document Il y a en fait **trois** textes se rapportant à ce thème de :

***Réflexions contemplatives sur l'Écriture 1***

1 ***Réflexions contemplatives sur l'Écriture 1-***, traduction (...*presque* automatique...excuser les lourdeurs...) du texte original en anglais (cf le texte précédent)

2- Quelques ***Sagesses quotidiennes*** (**ce document**) illustrées et choisies dans cet ouvrage par le P. Freeman (**Une série** : - entre le 13/08/2020 et le 20/08/2020)

3- Le texte qui suivra après et qui est...

Le texte original ***Contemplative Reflections on Scripture 1*** provenant du site

US <https://meditationtalks.wccm.org/>

## **SAGESSE DU JOUR**

Pages choisies et composées entre le 13/08/2020 et le 20/08/2020 par le P. Freeman

**Jeudi 13 Août 2020**



(Photo : Laurence Freeman, République tchèque)

La méditation nous rend très vulnérables. On ne peut pas prétendre être plus fort qu'on ne l'est. Vous allez tout d'abord rencontrer très vite votre difficulté personnelle à maintenir votre attention et à dire le mot. Vous allez très vite vous confronter à vous-même. Parfois, les gens n'aiment pas cela et ne peuvent pas le supporter plus de cinq minutes à la fois. Eh bien, qu'il en soit ainsi - cinq minutes à la fois si c'est ainsi que vous devez commencer. C'est très bien. Se confronter à soi-même et à sa propre fragilité, à sa propre vulnérabilité, c'est le début de la paix. Aujourd'hui, nous avons peur de respirer le même air, mais au niveau spirituel, lorsque nous méditons ensemble, soit dans ce magnifique grand espace de la grange de Bonnevaux, soit en ligne les uns avec les autres, nous respirons ensemble l'Esprit. Jésus dit : "Recevez le Saint-Esprit". Il transmet le Saint-Esprit, comme nous nous transmettons cet Esprit les uns aux autres. Et cette transmission de l'Esprit nous donne le pouvoir d'accomplir le seul grand miracle qui change le monde et crée une société juste et pacifique. C'est le miracle du pardon.

***(Contemplative Reflections on Scripture 1, Laurence Freeman OSB)***

***P11***

<https://meditativetalks.wccm.org/cd/QPFR1uWtD7mtgOM06M5s>

Contemplative Reflections on Scripture 1 by Laurence Freeman OSB

Meditatio Talks Series 2020 B Apr-Jun

‘The Word of God is like a good virus,’ Laurence Freeman says. ‘If you catch it, it will change you.’ These talks are reflections, in the light of meditation, on selected Sunday mass readings during Easter. The silence of meditation enables the Word of God to take root within us and transform us. WCCM's retreat centre at Bonnevaux celebrates a contemplative mass on Sundays in which meditators worldwide can participate online.

Vendredi 14 Août 2020



(Photo : Laurence Freeman, Maroc)

Le pardon ne relève pas seulement du registre juridique ou légal. Ce n'est pas une question de jugement. En fait, le pardon n'est pas un jugement, au sens habituel du terme. Le pardon n'est pas seulement dans la confession le pouvoir du prêtre de donner de l'absolution comme dans la tradition catholique, parce que le pardon est plus que l'absolution, plus qu'une remise de dette. Il s'agit d'être guéri. Considérons ce moment étonnant où Jésus donne à ses disciples son pouvoir de pardonner, afin de le transmettre aux autres. Si nous savions comment l'utiliser, si nous n'en avions pas peur, si nous comprenions vraiment ce que signifie ce pouvoir, nous pourrions changer le monde, à condition de nous laisser d'abord transformer.

*(Contemplative Reflections on Scripture 1, Laurence Freeman OSB)* **P12**



**Samedi 15 Août 2020**



(Photo : Laurence Freeman, France)

Les premiers chrétiens savaient que la résurrection signifiait une nouvelle communauté universelle et mondiale. Il fallait former cette communauté avec des gens qu'on n'aimait pas, des gens de langues et de traditions très différentes. C'est ce que nous appellerions aujourd'hui un organisme international, comme l'OMS ou le FMI. Mais il ne s'agissait pas d'un organisme international comme l'Empire romain, imposé par la force brute et le colonialisme. Cet organisme international était le corps du Christ, qui se communique par l'amour, la force la plus faible et la plus forte. Ce travail se poursuit encore douloureusement pour construire un monde qui fait l'expérience de l'unité et l'attention bienveillante, la compassion, le souci les uns des autres. Je crois que beaucoup d'entre nous espèrent que la crise que nous traversons actuellement fera progresser cette vision d'un monde unifié, attentionné, juste. La résurrection, que vous la voyiez ou non, fait partie, dans l'expérience chrétienne, de ce travail. Elle est peut-être le moteur de ce travail de construction d'une humanité meilleure.

(*Contemplative Reflections on Scripture 1*, Laurence Freeman OSB)

P15

**Dimanche 16 Août 2020**



(Photo : Laurence Freeman, Hong Kong)

Cette conviction sur la résurrection de Jésus d'entre les morts est une conviction unique et extraordinaire, et pour certains c'est une folie, de l'imagination. Cette conviction, quel est le meilleur mot pour la décrire ? Est-ce une croyance, une espérance, une expérience ? Quoi qu'elle soit, elle a changé le monde ; elle continue à changer le monde et elle change la vie. Elle est plus forte que les personnes qui y croient, plus forte que l'Église qui porte ce message. Elle a une vie qui lui est propre, meilleure, plus forte que les personnes qui la communiquent. C'est une vérité dont nous pouvons expérimenter qu'elle touche intimement chaque personne. Si vous commencez seulement à y croire, si seulement vous vous ouvrez à cette conviction sur la résurrection, alors vous commencez déjà à vivre d'une nouvelle manière. Vous avez apporté quelque chose de nouveau dans votre vie. Vous avez trouvé un chemin spirituel qui révèle même que votre vie est un parcours spirituel.

(*Contemplative Reflections on Scripture 1*, Laurence Freeman OSB)

P15



**Lundi 17 Août 2020**



(Photo : Laurence Freeman, Maroc)

Ne pensez plus à vous. C'est ce que signifie une métanoïa : détourner l'attention de soi. C'est pourquoi la méditation est la sagesse universelle, parce que dans la méditation - si vous la faites authentiquement - vous avez trouvé cette voie de la métanoïa. Vous n'êtes pas seulement assis là à penser à vous-même, mais vous détournez l'attention de vous. Travail parfois difficile, mais le seul travail qu'il vaille vraiment la peine de faire. Et le mantra de notre tradition est ce levier qui nous permet de détourner l'attention de nous-même.

(*Contemplative Reflections on Scripture 1*, Laurence Freeman OSB)

P24

**Mardi 18 Août 2020**



(Photo : Laurence Freeman, Birmanie)

Il n'y a qu'un seul fruit qui prouve que la méditation vaut la peine, et ce n'est pas la pression artérielle ni une quelconque expérience de béatitude ou de lumière qu'on pourrait obtenir pendant la méditation. Ce n'est pas un sentiment de supériorité sur ceux qui n'ont pas la chance d'être aussi contemplatifs que nous. Le seul fruit de la méditation qui s'avère utile et vrai, authentique, c'est de pouvoir accorder son attention aux autres, même lorsque, dans la souffrance, l'attention tend inévitablement à se tourner vers soi ; c'est de pouvoir renoncer à la conscience de soi, à rester fixé sur soi, à l'égoïsme, à ce que Ramana Maharshi appelle le "Je-ego". C'est là le travail de la méditation. Nous venons et allons. Nous entrons et sortons de la bergerie et nous découvrons que, dans le troupeau, nous sommes dans une saine communauté, et non un mouton anonyme dans la foule, un consommateur, un membre du parti. Nous sommes en lien avec l'amitié divine et nous partageons ce lien avec les autres.

(*Contemplative Reflections on Scripture 1*, Laurence Freeman OSB)

P29



Mercredi 19 Août 2020



(Photo : Laurence Freeman, Bonnevaux)

"La méditation", disait John Main, "est la base de la civilisation" car elle révèle que la vie de l'être humain est la liberté d'être pleinement vivant, c'est-à-dire d'aimer et de prendre soin des autres. Peut-être que l'une des choses sur lesquelles nous commencerons à réfléchir à travers cette crise, alors qu'il faudra du temps à nos économies et nos sociétés pour se redresser, est la valeur de l'attention aux autres. Dans la plupart de nos économies, le secteur des soins - aux malades, aux défavorisés, aux marginaux - est toujours sous-financé. Il est toujours en manque d'argent, les professionnels de la santé étant toujours sous-payés et le grand nombre de personnes qui restent à la maison pour s'occuper de parents ou d'enfants malades ayant souvent du mal à survivre. Mais on pourrait imaginer une société dans laquelle on considérerait la valeur des soins, où ils auraient une valeur en soi, même au niveau économique, et seraient respectés dans la façon dont les richesses sont redistribuées. Les professions de soins qui sont toujours sous-évalués recevraient alors une reconnaissance de leur véritable valeur, liée à ce qu'elles font. C'est peut-être quelque chose qui pourrait ressortir de cette expérience que nous traversons collectivement. Et si nous pouvions considérer cela ainsi, *nous aurions découvert un chemin contemplatif à travers cette crise.*

(*Contemplative Reflections on Scripture 1*, Laurence Freeman OSB)

P29



Jeudi 20 Août 2020



(Photo : Laurence Freeman, Belgique)

Un signe de foi est la sérénité, le cœur en paix et même joyeux au milieu de la souffrance et des angoisses, (...) fidèle face au doute, plein d'espérance face au désespoir, plein d'amour face à la solitude – voilà l'œuvre de notre méditation quotidienne. Et même lorsque nous nous asseyons pour méditer et que nous nous sentons souvent perturbés par nos problèmes personnels ou par les problèmes du monde qui nous entoure, nous faisons néanmoins ce travail de mise à l'écart de nos peurs. Nous développons la sérénité. Nous développons la paix du cœur, même lorsque nous traversons la crise d'une croix, quelle qu'elle soit aujourd'hui. Et la raison pour laquelle nous pouvons le faire est que la paix est déjà là. Nous n'avons pas à commencer par résoudre tous les problèmes de la vie pour atteindre ensuite la paix. Nous avons déjà la paix, nous devons trouver cette paix, l'accepter - c'est la voie de la foi - et ensuite nous pouvons faire de notre mieux pour résoudre les problèmes de la vie. Nous résolvons les problèmes de la vie avec la paix. Nous ne faisons pas la paix en résolvant les problèmes. Les problèmes seront toujours là. Nous avons à porter une croix après l'autre, mais nous, famille humaine, pouvons la porter jour après jour si nous avons trouvé cette paix.

(*Contemplative Reflections on Scripture* 1, Laurence Freeman OSB)

P37



**Meditatio**

TALKS SERIES 2020 B • APR– JUN

# CONTEMPLATIVE REFLECTIONS ON SCRIPTURE

LAURENCE FREEMAN OSB

*The gospel is all about spreading a virus, the good news we call it. The word of God is like a good virus. If you catch it, it will change you.*

Published 2020 in Singapore by  
Medio Media  
[www.mediomedia.com](http://www.mediomedia.com)

Transcript of *Contemplative Reflections on Scripture 1*, Meditatio Talks  
Series 2020 B, Laurence Freeman OSB, Medio Media, Singapore, ISBN  
978-9811469756

Photograph, courtesy of Bonnevaux Archives

© The World Community for Christian Meditation 2020

Medio Media is the publishing arm of  
THE WORLD COMMUNITY FOR CHRISTIAN MEDITATION  
[www.wccm.org](http://www.wccm.org)

## CONTENTS

1.	The Gospel Virus	5
2.	How not to Despair	8
3.	The Peace of the Resurrection	10
4.	The Experience of the Resurrection	13
5.	Living with Reverence	16
6.	Recognising Jesus as a Companion	19
7.	Metanoia	23
8.	How Suffering Can Be Redemptive	25
9.	Caring for the Sick	27
10.	A Way of Life that is Faith	30
11.	The Way of the Cross	33
12.	Developing a Peaceful Heart	36

~ ~

*A sign of faith is equanimity, a peaceful even joyful heart in the midst of suffering and anxieties. When we sit down to meditate, we are doing this work of laying aside our fears, we are developing a peaceful heart even as we go through the crisis of the cross, whatever it may be today.*

# 1 THE GOSPEL VIRUS

Second Sunday of Easter, Sunday of Divine Mercy (Year A)

April 19, 2020

---

## FIRST READING

A reading from the Acts of the Apostles (Acts 2:42-47)

*The whole community remained faithful to the teaching of the apostles, to the brotherhood, to the breaking of bread and to the prayers.*

*The many miracles and signs worked through the apostles made a deep impression on everyone.*

*The faithful all lived together and owned everything in common; they sold their goods and possessions and shared out the proceeds among themselves according to what each one needed.*

*They went as a body to the Temple every day but met in their houses for the breaking of bread; they shared their food gladly and generously; they praised God and were looked up to by everyone. Day by day the Lord added to their community those destined to be saved.*

The Word of the Lord

## THE GOSPEL VIRUS - REFLECTION

This reading is about the life of the early Jerusalem community. The Acts of the Apostles were written maybe 80 or 90 years after the death and resurrection of Jesus, so it is a long time that they were looking back to those early days of the Christian community. It's a remarkable vision of the kind of life that we can live in community with one another, in the power of new life.

Many people today are asking, 'How is this pandemic, this virus going to change the world?' We all feel that it's going to be different. We can also ask, 'How does the resurrection experience change our life?'

The gospel is all about spreading a virus, the good news we call it. There is a contagion of good news. We also pick up bad contagions like anger, jealousy, nationalism, fear, racism. But we can also pick up another kind of virus, the virus of forgiveness, of tolerance, of justice. What I think we see in this description of the early church in Jerusalem is a group of people who have caught this good news. The word of God is like a good virus. If you catch it, it will change you. So this description of the early Christian community describes what sounds like an ideal society. It's like the communes that were started in the 1960s with tremendous enthusiasm, tremendous idealism, tremendous generosity, or the kibbutz movement in the newly formed Israel. And very often these idealistic communities fail, and we need to understand why they fail. We could say the church in a way has failed. It's continually failing, but continually being renewed by this virus, by this good news.

What we hear here is, I think, a community transformed that is living in the middle of the world, the middle of Jerusalem, which was still a dysfunctional and unjust world, but a group of people who were breathing something different. This was a harmonious group of people, living deeply in prayer, living in kindness and sensitivity to each other. It is a socialist, egalitarian community holding all things in common, not worrying about private property but sharing whatever they had left over generously with others. Well we may not see the world suddenly become like this after this crisis has passed, but maybe we would like to see our world become more like this ideal human living together.

What we are hearing in that reading is a tone. It's not an ideology, it is a tone. It is a tone of encouragement to his brothers



and sisters to do two things: to persevere and to live well. For all of us who are following a spiritual path, trying to integrate meditation into our daily lives, for example, we need that encouragement. We need also to see how that spiritual path has a gradual transformative effect upon how we live, upon our lifestyle. ~

## 2 HOW NOT TO DESPAIR

Second Sunday of Easter, Sunday of Divine Mercy (Year A)

April 19, 2020

---

### SECOND READING

A reading from the First Letter of St Peter (1 Pet 1:3-9)

*Blessed be God the Father of our Lord Jesus Christ, who in his great mercy has given us a new birth as his sons, by raising Jesus Christ from the dead, so that we have a sure hope and the promise of an inheritance that can never be spoilt or soiled and never fade away, because it is being kept for you in the heavens. Through your faith, God's power will guard you until the salvation which has been prepared is revealed at the end of time. This is a cause of great joy for you, even though you may for a short time have to bear being plagued by all sorts of trials; so that, when Jesus Christ is revealed, your faith will have been tested and proved like gold – only it is more precious than gold, which is corruptible even though it bears testing by fire – and then you will have praise and glory and honour. You did not see him, yet you love him; and still without seeing him, you are already filled with a joy so glorious that it cannot be described, because you believe; and you are sure of the end to which your faith looks forward, that is, the salvation of your souls.*

The Word of the Lord

### HOW NOT TO DESPAIR - REFLECTION

This from St Peter here is good advice for us today, 'not to despair'. However, anxious we feel at times, not to run away into distraction, or addiction or illusion, and to see every day how we

can live well, how we can connect the depth of our spiritual practice to our ordinary decisions, our ordinary way of living.

One of the most important, useful things that people have found, when they are living under the conditions that most of us have to live under today, is to have a routine. Here at Bonnevaux, we had our routine before the virus struck and we continued with the same routine. And it gave me and all of us here a sense of stability and a sense of structure. So finding the right routine in life on which you can build your times of meditation, for example, could be a very important way of finding that encouragement and that capacity to connect the surface and the depth of our life, to live well, to live with integrity. That simple routine of life can have a very powerful effect. ~

### 3 THE PEACE OF THE RESURRECTION

Second Sunday of Easter, Sunday of Divine Mercy (Year A)

April 19, 2020

---

#### GOSPEL READING

#### THE PEACE OF THE RESURRECTION

The Gospel according to John (Jn 20:19-31)

*In the evening of that same day, the first day of the week, the doors were closed in the room where the disciples were, because of fear. Jesus came and stood among them. He said to them, 'Peace be with you,' and he showed them his hands and his side. The disciples were filled with joy when they saw the Lord, and he said to them again, 'Peace be with you.'*

'Jesus came and stood among them.' It is difficult to put that experience into words. It's as if you are a part of a group of people talking anxiously, loudly in a room and you suddenly realised that there's someone else in the room who hasn't been caught up in all of that anxiety, who is a peaceful presence but a very present peace, and who has something to say. And so we turn our attention to this person, to the presence, something more new and more useful than what we have been saying before.

*And they were filled with joy when they saw the Lord, [when they recognised him], and he said to them again, 'Peace be with you. As the Father sent me, so am I sending you.' After saying this, he breathed on them and said: 'Receive the Holy Spirit. For those whose sins you forgive, they are forgiven. For those whose sins you retain, they are retained.'*

He 'showed them his hands and his side', he showed them his wounds, and they were 'filled with joy'. They didn't sort of recoil

and say, 'That's disgusting.' They were filled with joy. Why? Because he showed his vulnerability, and when we show our vulnerability, we can relate, we can connect. It is when we are pretending to be Superman or Superwoman that that connection is lost, and joy is lost, meaning is lost. Real connection always releases joy.

'Peace be with you.' Peace and joy go together. That is the message of Easter, the peace of the resurrection. And for this time of anxiety and fear, there's much anger and blame in the media, it is vital that we do find that peace, real peace, authentic peace of connection within ourselves. We cannot find that peace unless we are prepared to connect at that level of vulnerability.

Meditation makes us very vulnerable. You can't pretend to be stronger than you are. You are going to come, first of all, very quickly into touch with your own difficulty of keeping your attention, saying the word. You are going to face yourself very quickly. Sometimes people don't like that and can only take it for five minutes at a time. Well, so be it – five minutes at a time if that's how you need to begin. That's fine.

Facing ourselves and our own fragility, our own vulnerability, that is the beginning of peace. We are frightened today to breathe the same air, but at the spiritual level when we meditate together, either in this beautiful big space of the barn or online with each other, we are breathing the Spirit together. He says, 'Receive the Holy Spirit.' He transmits the Holy Spirit, as we transmit that Spirit to each other. And then that transmission of the Spirit empowers us to work the one great miracle that would change the world and would create just and peaceful societies. It's the miracle of forgiveness.

He gives us the power to forgive and we need that extra dose of empowerment because we all know how difficult it is to forgive and to be forgiven. Imagine if our leaders today, Trump, Xi, Putin, Erdogan, Orbán, the extreme right wing activists, the terrorists,

imagine if they could all breathe in that Spirit and use their power to transmit that Spirit, that breath of forgiveness.

And us, what does forgiveness mean to us? Forgiveness is not just a juridical thing, a legal thing. It is not about judgement. In fact forgiveness is non-judgemental, in the ordinary sense of the word. Forgiveness is not just in the power of the priest through confession, giving absolution as in the Catholic tradition, because forgiveness is more than absolution, it is more than having a debt forgiven. It is about being healed. And here is this amazing moment that Jesus empowers his disciples with his own power of forgiveness, to transmit it to others. If we knew how to use it, if we weren't frightened of it, if we really understood what that power meant, we could change the world, provided we allow ourselves to be changed first. ~

## 4 THE EXPERIENCE OF THE RESURRECTION

Third Sunday of Easter (Year A)

April 26, 2020

---

### FIRST READING

A reading from the Acts of the Apostles (Acts 2:14, 22-33)

*On the day of Pentecost Peter stood up with the Eleven and addressed the crowd in a loud voice: 'Men of Israel, listen to what I am going to say: Jesus the Nazarene was a man commended to you by God by the miracles and portents and signs that God worked through him when he was among you, as you all know. This man, who was put into your power by the deliberate intention and foreknowledge of God, you took and had crucified by men outside the Law. You killed him, but God raised him to life, freeing him from the pangs of Hades; for it was impossible for him to be held in its power since, as David says of him:*

*I saw the Lord before me always,  
for with him at my right hand nothing can shake me.  
So my heart was glad  
and my tongue cried out with joy;  
my body, too, will rest in the hope  
that you will not abandon my soul to Hades  
nor allow your holy one to experience corruption.  
You have made known the way of life to me,  
you will fill me with gladness through your presence.*

*Brothers, no one can deny that the patriarch David himself is dead and buried: his tomb is still with us. But since he was a prophet, and knew that God had sworn him an oath to make one of his descendants succeed him on the throne, what he*

*foresaw and spoke about was the resurrection of the Christ: he is the one who was not abandoned to Hades, and whose body did not experience corruption. God raised this man Jesus to life, and all of us are witnesses to that. Now raised to the heights by God's right hand, he has received from the Father the Holy Spirit, who was promised, and what you see and hear is the outpouring of that Spirit.'*

The Word of the Lord

#### THE EXPERIENCE OF THE RESURRECTION - REFLECTION

Peter in this passage from the Acts of the Apostles, is expressing his conviction of the resurrection: God raised him from the throes of death because it was impossible for him to be held by death. Peter, before the resurrection, he was often a bit silly and frightened or impetuous, but here he is very different. He is confident, he is clear, he is brave. Strange saying – God raised him from [death] because it was impossible for Christ to be held [by death]. There is a strong conviction, but he is also searching for ways to express it. 'You have shown me the path of life', he quotes, 'You will fill me with the joy of your presence.' He goes back to the scriptures to try to describe this experience that he can't really describe. Joy is the proof of the resurrection. This is what we might sense that Peter experienced.

Peter describes the resurrection. What is that? The experience of Jesus' real presence, not a fantasy presence, not a memory, but the *real presence*. Peter describes the resurrection in the best language he could find, which was the language of his own religious tradition which he was soaked in, and so Jesus is described here as the fulfilment of the prophecy of that tradition, the Jewish tradition, the tradition that shaped the individuals and the whole culture of the Jews. That's how it had to start. That's how this transmission of the experience of the resurrection had to start there, because that is where it started.



What about the non-Jews? Is the resurrection only a reality to Jews? Very early on, Pentecost, the first Christians said no, it is not just for the Jews and it can't only be described in the language of the Jews. The first Christians knew that the resurrection meant a new universal, global community. You had to form that community with people you didn't like, people from very different languages and different traditions. It is what we would call today an international body, like the WHO or the IMF. But it wasn't an international body like the Roman Empire, enforced by brute force and colonialism, but it was an international body, the body of Christ, that communicated itself by love, the weakest and the strongest force. And that work still continues painfully to build a world with that experience of unity and care, compassion, concern for each other. I think many of us are hoping that that vision of a world unified, caring, just, will be advanced by the crisis that we are passing through now. The resurrection, whether you see it or you don't see it is, in Christian experience, part of that work, maybe the driving force of that work of building a better humanity.

This conviction about the resurrection of Jesus from the dead is a unique and extraordinary conviction, and for some people it's an insane one, it's a fantasy. This conviction, what's the best word to describe it? Is it a belief, is it a hope, is it an experience? Whatever it is, it has changed the world and is changing the world and is changing lives. It is stronger than the people who believe in it, stronger than the church which carries this message. It has a life of its own, better, stronger than the people who communicate it. It is a truth we can experience that intimately touches every person. If you even begin to believe it, even if you open yourself to this conviction about the resurrection, then you are already living in a new way. You've taken something new into your life. You've found a spiritual path even that reveals your life as a spiritual journey. ~

## 5 LIVING WITH REVERENCE

Third Sunday of Easter (Year A)

April 26, 2020

---

### SECOND READING

A reading from the First Letter of St Peter (1 Pet 1:17-21)

*If you are acknowledging as your Father one who has no favourites and judges everyone according to what he has done, you must be scrupulously careful as long as you are living away from your home. Remember, the ransom that was paid to free you from the useless way of life your ancestors handed down was not paid in anything corruptible, neither in silver nor gold, but in the precious blood of a lamb without spot or stain, namely Christ; who, though known since before the world was made, has been revealed only in our time, the end of the ages, for your sake. Through him you now have faith in God, who raised him from the dead and gave him glory for that very reason – so that you would have faith and hope in God.*

The Word of the Lord

### LIVING WITH A SPIRIT OF REVERENCE - REFLECTION

St Peter is speaking out of this transformative experience of the resurrection, talking to these early communities about the new kind of lifestyle they had begun to live, and to let go of the old life that they had been living. Because if you are living an old life and it has a few addictions, a few hang-ups in it and you get attached to that, it's difficult to change. But, I think many people today, we are going through such a radical change of lifestyle, we are wondering whether we will be able to change for the better, live a

better lifestyle after this. And what Peter says is, yes you can do that, but you have to conduct yourselves with reverence. Conduct yourselves with reverence. Reverence. Living with a spirit of reverence is not just of profit or exploitation or success or failure or entertainment or distraction, but with reverence. 'Reverence', the etymology of it, it's linked to the idea of 'respect', respect with deep awe, being touched by awe or wonder. It's not very evident in ordinary life that we live with that spirit of reverence. But life is to be revered.

At critical moments, such as we are passing through now, we sense that there is something sacred about life. You can't just put a price tag on it. You can't put a price tag on the most important things. Your family, your friends, your health – you can't value that commercially. Shouldn't that mean that we live with a different kind of economy, a different kind of financial mindset? Does that mean perhaps that we should give more economic value to caring, to how we care for the vulnerable, the poor, the disadvantaged, the losers in society? That we actually recognise that caring, which is always underfunded?

Isn't that perhaps the most valuable thing? Isn't that really at the heart of any just economics, that we care, we have reverence for those who are in the greatest need? It is not all about how much you make or how productive you are. Peter here I think is saying that this reverence, this respect and wonder has now become unavoidable because of the universal presence of the resurrection. That is his take on it. And history has perhaps proved him right. It is not complete, it is not finished, but it has changed the world. We are going through a time of such profound change, we need to understand the values, the forces of change that we are experiencing.

He ends this passage by saying, 'You would have faith and hope in God.' So what is God? This catchall phrase? It doesn't have much currency in the board rooms of the banks and the

parliaments of the world. They don't speak about God. They speak about God privately or at weekends. But isn't this the most important word, however we define it. To have faith and hope in God not as a distant idea, or a mythical or a psychological projection, or something we just invented, but God as this living presence that has soaked into everything, including our very own consciousness and all our ways of perception. We can't get away from God. On the other hand, this God waits, works without force, without manipulation. This is the source, this is the energy of that reverence, that care and attention that any human family, organisation, community, nation, should, needs to show to each other. ~

## 6 RECOGNISING JESUS AS A COMPANION

Third Sunday of Easter (Year A)

April 26, 2020

---

### GOSPEL

A reading from the holy Gospel according to Luke (Lk 24:13-35)

*Two of the disciples of Jesus were on their way to a village called Emmaus, seven miles from Jerusalem, and they were talking together about all that had happened. Now as they talked this over, Jesus himself came up and walked by their side; but something prevented them from recognising him. He said to them, 'What matters are you discussing as you walk along?' They stopped short, their faces downcast.*

*Then one of them, called Cleopas, answered him, 'You must be the only person staying in Jerusalem who does not know the things that have been happening there these last few days.' 'What things?' he asked. 'All about Jesus of Nazareth' they answered 'who proved he was a great prophet by the things he said and did in the sight of God and of the whole people; and how our chief priests and our leaders handed him over to be sentenced to death, and had him crucified. Our own hope had been that he would be the one to set Israel free. And this is not all: two whole days have gone by since it all happened; and some women from our group have astounded us: they went to the tomb in the early morning, and when they did not find the body, they came back to tell us they had seen a vision of angels who declared he was alive. Some of our friends went to the tomb and found everything exactly as the women had reported, but of him they saw nothing.'*

*Then he said to them, 'You foolish men! So slow to believe the full message of the prophets! Was it not ordained that the Christ should suffer and so enter into his glory?' Then, starting with Moses and going through all the prophets, he explained to them the passages throughout the scriptures that were about himself.*

*When they drew near to the village to which they were going, he made as if to go on; but they pressed him to stay with them. 'It is nearly evening' they said 'and the day is almost over.' So he went in to stay with them. Now while he was with them at table, he took the bread and said the blessing; then he broke it and handed it to them. And their eyes were opened and they recognised him; but he had vanished from their sight. Then they said to each other, 'Did not our hearts burn within us as he talked to us on the road and explained the scriptures to us?'*

*They set out that instant and returned to Jerusalem. There they found the Eleven assembled together with their companions, who said to them, 'Yes, it is true. The Lord has risen and has appeared to Simon.' Then they told their story of what had happened on the road and how they had recognised him at the breaking of bread.*

The Gospel of the Lord

## RECOGNISING JESUS AS A COMPANION - REFLECTION

In this appearance of Jesus to the two disciples, the two disciples are anxious, talking, exchanging opinions (just as people do today about the virus – did you read this' did you see that? did you see that article? you know what is going to happen? you know, full of bits of news that we picked up here and there) but not really saying very much, just expressing their anxiety. And then drew near to them and walked with them. He was just there. 'He stood

in the midst of them', is another way it is described, or 'he showed himself'. It is about recognising him as a companion. The gospel is about companionship, how our relationships with each other matter. We need to share, to talk, walk together.

This is what we see in the story of Emmaus. The two companions were joined by a third. Sometimes we see the third as a stranger. God often comes to us in many mythologies as a stranger. But the disciples didn't recognise him at first although later they realised that they had felt it. They had felt his presence, not as a stranger, but as someone who knew them and who they would recognise. This was a feeling. A spiritual feeling isn't just an emotion. It's a perception, it is a knowledge. You can't label this kind of knowledge or rationalise it, but to feel it is to know it. That's the knowledge that our society, with all its cleverness, and all its technology, has often forgotten, spiritual knowledge. The meaning of recognition is that we know again. For Plato, all learning is about developing a knowledge that is very deep in the soul and it needs to be born, and so the teacher is someone who brings that out like a midwife. *Educare*, to lead out.

Jesus is acting like a midwife here to the two disciples. He is not just giving them the answer, pre-packaged. That would just be ideology. But he is helping them at every level to see and discover the truth for themselves. When we begin to see the truth, we often resist it or deny it or get scared of it and we run away, back to the familiar. Maybe we will do that after this crisis, we'll want to go back to the way things were. Or maybe there will be enough people who have seen the truth, to be able to make the change. So Jesus can be seen here as a teacher, as a friend, as a companion. As a teacher, he doesn't deliver answers but he gives hints, he nudges us and he is pushing us a little bit to come out of our comfort zone, and the pains and joys of life teach us as well.

Then when they recognised him, what happened? He disappeared from their sight. What did they feel? Sad? Depressed?

No, they clearly didn't as they felt energised, empowered, and they turned around and went back to Jerusalem that they were running away from, because they were frightened of what would happen to them. So their fear was dispelled. So where was Jesus then? Was he no longer accompanying them? Later, before the Ascension, he says, 'I am with you always until the end of time'. But he disappeared from their sight. He didn't disappear, he disappeared from their sight. That form is no longer necessary in the dualistic world, because now they had seen him with the eye of the heart. When you see with the eye of the heart, that is a deeper, more complete knowledge and vision than just seeing something out there. So this strange and beautiful story of the two disciples on the road to Emmaus tells us a lot about our own journey, and about the companionship with each other on the journey of life. But it also opens us up to this transcendent dimension in which we can also experience the companionship of the risen Jesus. ~



## 7 METANOIA

Fourth Sunday of Easter (Year A)

May 3, 2020

---

### FIRST READING

A reading from the Acts of the Apostles (Acts 2:14,36-41)

*On the day of Pentecost Peter stood up with the Eleven and addressed the crowd in a loud voice: 'The whole of Israel can be certain that God has made this Jesus whom you crucified both Lord and Christ.'*

*Hearing this, they were cut to the heart and said to Peter and the apostles, 'What must we do, brothers?' 'You must repent,' Peter answered 'and every one of you must be baptised in the name of Jesus Christ for the forgiveness of your sins, and you will receive the gift of the Holy Spirit. The promise that was made is for you and your children, and for all those who are far away, for all those whom the Lord our God will call to himself.' He spoke to them for a long time using many arguments, and he urged them, 'Save yourselves from this perverse generation.' They were convinced by his arguments, and they accepted what he said and were baptised. That very day about three thousand were added to their number.*

The Word of the Lord

### METANOIA - REFLECTION

In this reading, we get a little glimpse of those very early days of the Christian community, of the church. What we hear here is Peter's burning conviction. Not long before, he was terrified and self-conscious and frightened, and just wanted to go back home

and forget about everything that had happened. Now we see him totally charged up and selfless. He is not preaching the good news for his own benefits. He is burning to share his gift. And the people who hear him are deeply moved, and they ask, 'What shall we do?' This was the question that they asked John the Baptist. John the Baptist says, 'What you've got to do is repent'. Believe that you can be different. This is what we hope during the time of confinement, we hope that we can change for the better as a human family.

Take your mind off yourself. That's what it means: metanoia, take the attention off yourself. That is why meditation is the universal wisdom, because in meditation, if you are doing meditation authentically, you have found this way of metanoia. You are not just sitting there thinking of yourself but you are taking the attention off yourself. Hard work, sometimes, but the only work that is really worth doing. And the mantra in our tradition is this lever that allows us to take the attention off ourselves. ~

## 8 HOW SUFFERING CAN BE REDEMPTIVE

Fourth Sunday of Easter (Year A)

May 3, 2020

---

### SECOND READING

A reading from the First Letter of St Peter 1 Pet 2:20-25

*The merit, in the sight of God, is in bearing punishment patiently when you are punished after doing your duty.*

*This, in fact, is what you were called to do, because Christ suffered for you and left an example for you to follow the way he took. He had not done anything wrong, and there had been no perjury in his mouth. He was insulted and did not retaliate with insults; when he was tortured he made no threats but he put his trust in the righteous judge. He was bearing our faults in his own body on the cross, so that we might die to our faults and live for holiness; through his wounds you have been healed. You had gone astray like sheep but now you have come back to the shepherd and guardian of your souls.*

The Word of the Lord

### HOW SUFFERING CAN BE REDEMPTIVE - REFLECTION

This reading from the First Letter of Peter reminds us of the link in wisdom itself between patience and passion and how to endure. And he says that we can learn this through the teacher himself, the example of Jesus, who suffered without any ego reaction, without complaining about what had to be endured, what was unavoidable. And because of that, Peter says here, his suffering became redemptive. If we can see and believe it, if we can see it,

that means we have to have some kind of experience of it ourselves, then we can see how suffering can be redemptive. 'By his wounds you have been healed.' There is that wonderful verse in Shantideva, *A Guide to the Bodhisattva's Way of Life*: 'May I be the medicine and the physician for the sick, may I be their nurse until their illness never recurs. I have given my body to them.' The bodhisattva mind, the mind of Christ, the Christ-like mind, which we see in many parts of the world in the selflessness of those who are caring in very difficult circumstances, without proper equipment very often, and giving their lives very often, caring for those suffering from the virus. It is this wisdom of compassionate suffering that we are in fact learning whenever we go through a time like this, going through this period of learning and understanding which will take us deeper into compassion for others and a wiser view of the meaning of life. ~

## 9 CARING FOR THE SICK

Fourth Sunday of Easter (Year A)

May 3, 2020

---

### GOSPEL READING

A reading from the holy Gospel according to John (Jn 10:1-10)

*Jesus said: 'I tell you most solemnly, anyone who does not enter the sheepfold through the gate, but gets in some other way is a thief and a brigand. The one who enters through the gate is the shepherd of the flock; the gatekeeper lets him in, the sheep hear his voice, one by one he calls his own sheep and leads them out. When he has brought out his flock, he goes ahead of them, and the sheep follow because they know his voice. They never follow a stranger but run away from him: they do not recognise the voice of strangers.'*

*Jesus told them this parable but they failed to understand what he meant by telling it to them. So Jesus spoke to them again: 'I tell you most solemnly, I am the gate of the sheepfold. All others who have come are thieves and brigands; but the sheep took no notice of them. I am the gate.*

*Anyone who enters through me will be safe: they will go freely in and out and be sure of finding pasture. The thief comes only to steal and kill and destroy. I have come so that they may have life and have it to the full.'*

This is the Gospel of the Lord.

### CARING FOR THE SICK - REFLECTION

Jesus is speaking about the caring, loving relationship between the shepherd and the sheep that he is looking after, and he says that the shepherd knows them all by name, calls them by name.

The point is that each one is precious and valuable. The idea of being known is at the heart of the mystery of friendship.

So Jesus is describing himself here in this great passage of John. It's one of his great 'I am' sayings, 'I am the gate', I am the way in, into this experience of ultimate loving connection. A way or an entrance. Jesus imagines himself for us here not as the enclosure, not as the building where he wants to get everybody inside, lock the doors, possess them and have them all signed up as members of his church, but he is the entry, he is the opening. His mind, his heart, his spirit, is the conduit through which healthy people can come and go, and in which those who are wounded by their own fears, by their traumas, by their self-doubt, by their self-rejection, in which those who are not healthy can be healed and be restored to health.

We are thinking a lot at this time in our world, of health, of getting this vaccine, getting back to normal, caring for the sick, as we should, but we should also be thinking of the deeper meaning of health and how we were sick before the virus in so many ways. And perhaps this virus is also connected with the way in which we have been making even our environment unhealthy and sick. So these are beautiful images that Jesus is giving us here to reimagine our life, our life as a human family as well as individuals. He is not telling us he is going to capture us, but he is going to be the way in which we can find pasture, find healthy nutrition for ourselves and we will have the freedom to come and go, he says. That's true freedom, to come and go. And this is the fullness of life that he says it is his purpose and his desire to bring us, not the freedom to remain trapped in the enclosure of the ego with its desires and fears and its self-referencing, its constant self-fixation, but the freedom to live even with uncertainty, but with a taste of the promise of life. Not living with fear or fantasy dominating us, but living with a continuously renewed freedom of spirit, not keeping the attention on ourselves, but turning our attention to others.

There is only one fruit of meditation that proves that meditation is worthwhile, and it is not your blood pressure and it is not some peak experience you might get of bliss or light during meditation, it is not a sense of superiority to others who aren't lucky enough to be as contemplative as you are. The only fruit of meditation that proves to be useful and true, authentic is that we can give our attention to others, even when in suffering the attention inevitably tends to turn in upon ourselves, by renouncing our own self-consciousness, our self-fixation, our self-centredness, what the Ramana Maharshi calls the 'I-thought'. That's the work of meditation. We come and go. We pass in and out of the sheepfold and we discover that we are in a healthy community in the flock, not as a nameless sheep as in a crowd, a consumer, a party member, but we are in a connection with the Divine friendship and we share that connection with others.

'Meditation,' John Main said, 'is the basis of civilisation' because it reveals a life of the human being as the freedom to be fully alive, which is to love, to care for others. Maybe one of the things that we will begin to reflect on through this crisis, as our economies and societies take time to recover, is the value of caring. In most of our economies, the caring sector, caring for the sick, for the underprivileged, for the marginal, is always under-funded. It is always desperate for money and the caring professions are always underpaid, and the vast numbers of people who stay at home to care for sick relatives or children have often to struggle to survive. But one could reimagine a society in which we saw the value of caring, and see caring itself as having a value even at the economic level and that would be respected in the way the wealth of society was redistributed. Instead the caring professions always being undervalued, they would receive their true value, in recognition of what they are doing. Maybe that's something that could come out of this experience that we are going through collectively. And if we could see it like this, we would have discovered a contemplative path through this crisis. ~

# 10 A WAY OF LIFE THAT IS FAITH

Fifth Sunday of Easter (Year A)

May 10, 2020

---

## FIRST READING

A reading from the Acts of the Apostles Acts 6:1-7

*About this time, when the number of disciples was increasing, the Hellenists made a complaint against the Hebrews: in the daily distribution their own widows were being overlooked. So the Twelve called a full meeting of the disciples and addressed them, 'It would not be right for us to neglect the word of God so as to give out food; you, brothers, must select from among yourselves seven men of good reputation, filled with the Spirit and with wisdom; we will hand over this duty to them, and continue to devote ourselves to prayer and to the service of the Word.' The whole assembly approved of this proposal and elected Stephen, a man full of faith and of the Holy Spirit, together with Philip, Prochorus, Nicanor, Timon, Parmenas, and Nicolaus of Antioch, a convert to Judaism. They presented these to the apostles, who prayed and laid their hands on them.*

*The Word of the Lord continued to spread: the number of disciples in Jerusalem was greatly increased, and a large group of priests made their submission to the faith.*

The Word of the Lord

## A WAY OF LIFE THAT IS FAITH - REFLECTION

When we think of the church today, we think of it as a multi-national institution – hierarchy, and conflicts and arguments and



scandals and all those things of the institution. But in these readings from the Acts of Apostles, we get these little snapshots of the early church, these little communities that were growing and struggling and responding to change. Here we see a decisive moment. The community was growing but they had problems. Problems come with time, and the problem here was that the Greeks were complaining, Greeks who had become Christians were complaining that the Jews who were following Jesus were not treating them equally, not giving fairly to the poor, to the poor widows. So they obviously had problems. And the Twelve, this core group, called a meeting and created a structure: seven wise people who would look after the poor, these material issues, while they devoted themselves to prayer and teaching. Everyone agreed on this decision. They laid hands, there was this ritual, laid hands on the new people who were going to serve the poor. And the community continued to grow.

What is interesting is that the leaders needed to be kept free for prayer and good work, and for prayer and the scriptures. I was talking to the bishops of the Caribbean a few days ago, a retreat we did online, and I was very impressed by these leaders of the institution who were also teachers of prayer, and taking prayer very seriously for themselves and asking how they could deepen prayer of their churches, of the people they were serving, as well as bringing food to the poor who are really suffering in the present-day circumstances. And I thought it was a sign of hope, that the leaders made prayer a priority in their own lives and were combining prayer and action, contemplation and action. That's the formula for faith. The experience of faith is rooted in the day-to-day problems and sufferings of life. But it also lifts us up above these problems, above my personal issues, my personal problems. My personal issues don't absorb all my attention because I know through my life with others that others have problems too.

And that is the life of faith that lifts us up out of our own

private world, so that I'm able to serve even when I think I have no energy, no love, no resources to give to anybody else, I've just got enough problems of my own, I just can't turn to others. And of course there are moments where we cannot, but they should be moments where we accept our powerlessness. But a way of life that is faith teaches us that I must and I can. Simone Weil says somewhere that 'we have to give in the spirit of one who begs'. In other words, to serve, to give to others doesn't mean we give out of our strength and out of our excess resources, our surplus, but we give out of our deficiency. We give from our poverty. That is exactly how it works. Faith like this can only grow in community such as we see in this little snapshot from the early church in Jerusalem.

Community then is not a club but it is a school of the Lord's service, which is how Benedict described community. A way of learning to be other-centred and also, that means learning to be forgiven by others when we can't do that or when we just won't do that. It is a school where we learn to give and to receive acceptance. ~

# 11 THE WAY OF THE CROSS

Fifth Sunday of Easter (Year A)

May 10, 2020

---

## SECOND READING

A reading from the First Letter of St Peter 1 Pet 2:4-9

*The Lord is the living stone, rejected by men but chosen by God and precious to him; set yourselves close to him so that you too, the holy priesthood that offers the spiritual sacrifices which Jesus Christ has made acceptable to God, may be living stones making a spiritual house. As scripture says: See how I lay in Zion a precious cornerstone that I have chosen and the man who rests his trust on it will not be disappointed. That means that for you who are believers, it is precious; but for unbelievers, the stone rejected by the builders has proved to be the keystone, a stone to stumble over, a rock to bring men down. They stumble over it because they do not believe in the word; it was the fate in store for them.*

*But you are a chosen race, a royal priesthood, a consecrated nation, a people set apart to sing the praises of God who called you out of the darkness into his wonderful light.*

The Word of the Lord

## THE WAY OF THE CROSS - REFLECTION

'We are a chosen race, a royal priesthood, a holy nation, a people of God's own'. These words of St Peter which sound a bit arrogant is easily misunderstood when the ego takes over, when we act out of our self-deception. Then all of this special identity begins to become nationalistic, superior, racist, prejudiced. But in fact, this is the true and special nature of humanity.

If you recognise you are carrying a cross each day, and everyone every day has to take up their cross, you discover what faith means – relationship with God and with others along the way of the cross. It is not relationship with a god who is a fantasy father figure, but a power of love that manifests itself in human suffering. This is the great paradox of the cross of Jesus.

The family of eight-year-old Édouard Brishant are living this truth today (we prayed for him last week). He leaves hospital this weekend to return home to Brittany after a 12-hour operation for a brain tumour. And the unwelcome news is that it is malignant. There will be two more operations and six weeks of radiotherapy. His parents have written a very moving letter, a letter that expresses it seems to me the meaning of faith, their own faith. They say 'we are obviously disappointed and worried that our little one, still so young, will have to go through these difficulties and we are also a bit stunned by the news, by the marathon that awaits us.' But they are confident, they are hopeful. They ask us in fact to rejoice with them. Édouard is in good shape, his morale is good and he is happy, looking forward to seeing his parents and brothers and sisters very soon. He is aware of his situation and they found a doctor who can use the right words to explain it to him. 'Please send us positive vibes, that's what we need,' they say. 'Please take the time to absorb the news. We understand you may be shocked and anxious, but you don't have to tell us – it's not much use. We resolutely choose optimism and combat, struggle. Édouard will fight, so will we. God encourages us, carries us. Pray for Édouard, pray for Gregoire, Clement, Arthur and Jaquard, for us, for the parents. We are lucky to have faith. We feel God's presence and support through our prayer and yours.' And then they end with a prayer of surrender. 'Father I surrender myself to you. Do whatever you want with me. Whatever you do, I thank you. I'm ready for anything. I accept anything.' A prayer of joyful surrender to God's will. So in this mass we keep Édouard and his family in our hearts, in faith, grateful that we can do that and

grateful for the way they are sharing their cross with us.

The paradox is that faith grows in suffering and in sharing. The mysteries of faith then begin to glow and to come alive, and then we begin to see why we are special, not in the ego sense of our superiority or of our capacity to survive and to beat others, but in discovering our uniqueness, not at the expense of others who are excluded. Any community of faith has to be an open community to welcome those who have no faith or lost it or damaged it. A community of faith that excludes others is no longer a community of faith. We are all of us growing in the paradox. Every human being carries their cross and we learn to carry it in the service of others. 'We are a chosen race, a royal priesthood, a holy nation, a people of God's own' – that becomes a statement of surprise. This is who we as human beings are. This is what the whole of humanity can understand itself to be. ~

## 12 DEVELOPING A PEACEFUL HEART

Fifth Sunday of Easter (Year A)

May 10, 2020

---

### GOSPEL READING

A reading from the holy Gospel according to John (Jn 14:1-12)

*Jesus said to his disciples: 'Do not let your hearts be troubled. Trust in God still, and trust in me. There are many rooms in my Father's house; if there were not, I should have told you. I am now going to prepare a place for you, and after I have gone and prepared you a place, I shall return to take you with me; so that where I am you may be too. You know the way to the place where I am going.' Thomas said, 'Lord, we do not know where you are going, so how can we know the way?' Jesus said: 'I am the Way, the Truth and the Life. No one can come to the Father except through me.*

*If you know me, you know my Father too. From this moment you know him and have seen him.' Phillip said, 'Lord, let us see the Father and then we shall be satisfied.' 'Have I been with you all this time, Phillip,' said Jesus to him 'and you still do not know me? To have seen me is to have seen the Father, so how can you say, "Let us see the Father"? Do you not believe that I am in the Father and the Father is in me? The words I say to you I do not speak as from myself: it is the Father, living in me, who is doing this work. You must believe me when I say that I am in the Father and the Father is in me; believe it on the evidence of this work, if for no other reason. I tell you most solemnly, whoever believes in me will perform the same works as I do myself, he will perform even greater works, because I am going to the Father.'*

This is the Gospel of the Lord.

## DEVELOPING A PEACEFUL HEART - REFLECTION

John's gospel begins with these words of Jesus, 'Do not let your hearts be troubled'. We need to have calm minds and hearts if we are to follow this way of faith, to follow life as a way of faith, despite the bad surprises and the disappointments and the way the cross sometimes falls on us. Nevertheless, he calls us to have peaceful hearts. Set your troubled hearts at rest and banish your fears, a very important teaching in this time of global, local, and personal crisis.

A sign of faith is equanimity, a peaceful even joyful heart in the midst of suffering and anxieties, as I think we glimpsed in the words of Édouard's parents. Faithful in the face of doubt, hopeful in the face of despair, loving in the face of loneliness – that's the work of our daily meditation. And even when we sit down to meditate and we often feel very troubled by our personal problems or the problems of the world around us, nevertheless we are doing this work of laying aside our fears. We are developing equanimity. We are developing a peaceful heart even as we go through the crisis of the cross, whatever it may be today. And the reason that we can do that is that the peace is already there. We don't have to solve all the problems of life first and then we have peace. We have peace already, we have to find that peace, accept it – that is the way of faith – and then we can do the best we can to solve the problems of life. We solve the problems of life with peace. We don't make peace by solving problems. Problems will always be there. We have one cross after another, but we can carry the cross, day by day, as a human family if we have found this peace.

Jesus said: 'I am the Way, the Truth and the Life. No one can come to the Father except through me.' It's a universal truth. We find that in all the wisdom traditions, it is already here within us. God is within us. But now he focuses this specially, personally, intimately in himself, in a way that you might find exclusive, but

it's not exclusive in the way he intends it. If we read it as exclusive, that's our problem. That is not his mistake. To live your life faithfully is to have faith in God. Whether you believe in God or not, you are having faith in God if you live faithfully, openly, compassionately, truthfully. 'You have faith in God, have faith in me,' he says. Well that's a little too personal, a little bit too demanding, a little bit too intimate. Better to stay at the universal cosmic level of ideas. But why does he have to bring himself into it – you know, we have got enough of gurus, we don't need any more gurus...

So again, we are unique and we respond to this one way or another, as best we can. Can we trust him? Is it too good to be true? Is it another false messiah, another fantasy, another false hope? So think about it. Come back to it in 10 years' time and he will be saying the same thing. His offer will be on the table still, the hand outstretched to us. Or try it and still, like Thomas or Phillip here, still with faith and misunderstanding and you will fail. But if you come back, you will find that he remains faithful in the face of our infidelity.

So what does this mean? Well I don't know really. I don't know how you express this because it's something which you discover very intimately and it can't be forced on anyone. So the only proof that this offer of faith, of relationship with him, to put our faith in God as faith in him, to combine them, the only proof of that is our own experience and that means, how it affects you and how you live and how you carry your cross each day, and only you can answer this.

He tells us that there are 'many rooms in his father's house', a beautiful image of his inclusivity and universality where we discover ourselves to be loved, welcomed, special, unique, equal in value to every other guest. There is no reason to compete or to feel that somebody else is loved more than we are or welcomed more than we are. That's the hospitality at the heart of Jesus'



invitation, a universal home for everyone. You can make yourself at home anywhere in this universe and nothing that is true or good or loving, is in conflict with that. As one of the early teachers of the faith, Clement of Alexandria, said: 'nothing that is not against nature is against Christ'. Nothing that is true and holy, good, is against Christ. ~

*Faithful in the face of doubt, hopeful in the face of despair, loving in the face of loneliness – that's the work of our daily meditation.*

'The Word of God is like a good virus,' Laurence Freeman says. 'If you catch it, it will change you.' These talks are reflections, in the light of meditation, on selected Sunday mass readings during Easter. The silence of meditation enables the Word of God to take root within us and transform us. WCCM's retreat centre at Bonnevaux celebrates a contemplative mass on Sundays in which meditators worldwide can participate online.



LAURENCE FREEMAN OSB is a Benedictine monk and Director of The World Community for Christian Meditation. As the spiritual guide for the community, he travels widely to teach, lead retreats, conduct interfaith initiatives, and engage with the secular world on social, educational, medical, and business topics. His books include *Good Work*, *Light Within*, *Jesus the Teacher Within*, *First Sight*, and *Sensing God*.



Medio [www.mediomedia.com](http://www.mediomedia.com)  
Media [www.wccm.org](http://www.wccm.org)