

*Original Version*  
***The Fifth Sunday in Lent***

March 21, 2021

**Listening Along the Pilgrims' Way**  
by Donald Fishburne

*I will be their God, and they shall be my people.*  
—Jeremiah 31:33b

At a time of expectation before the Passover, some Greeks wished to see Jesus, so Philip and Andrew took these pilgrim seekers to him. As Jesus prayed, a voice from heaven shared God's glory. Then the crowd heard Jesus say, "And I, when I am lifted up from the earth, will draw all people to myself." Jesus draws all people to himself—for our healing and salvation. But not without struggle. This would cost Jesus his life.

In the year since Ash Wednesday 2020 we've been on a journey. I would say a spiritual pilgrimage, deeper into the heart of God. We did not ask for the suffering and discord that began last year around the globe. But God has been with us all along the way. Perhaps this has been for you, as for me, a lean time of loss and grief, an extended wilderness time. For the longest time we have not been able to gather together around our Lord's table. But we heard our Lord's voice, and we listened. It's never too late to listen.

The Good News for me as we listen in this transformative pilgrim journey is that my prayer life and spiritual life have been broadened and deepened. My wife Sarah says my countenance and spiritual demeanor have changed. I'm more appreciative of the profound faith passed on to me by family, friends, mentors, and by members of the generations before. My ancestors, including literal Pilgrims aboard the Mayflower 400 years ago, were not perfect, nor am I, and now I have to reckon with that. At their worst, some were oppressors of one sort or another. At their best, they were pilgrims walking and sharing the way of faith.

*Traducido al español del inglés*  
***El Quinto Domingo en Cuaresma***

21 de marzo del 2021

**Escuchando A Lo Largo del Camino de l@s Peregrin@s**  
por Donald Fishburne

*Yo seré su Dios, y ellos serán mi pueblo.*  
—Jeremías 31:33b

En un momento de expectación antes de la Pascua, algunos griegos deseaban ver a Jesús, por lo que Felipe y Andrés llevaron a estos buscadores peregrinos a él. Mientras Jesús oraba, una voz del cielo compartió la gloria de Dios. Entonces la multitud escuchó a Jesús decir, "Y, cuando yo sea levantado de la tierra, atraeré a todos hacia mí." Jesús atrae a todas las personas hacia él—para nuestra sanidad y salvación. Pero no sin lucha. Esto le costaría la vida a Jesús.

En el año transcurrido desde el Miércoles de Ceniza del 2020, hemos estado de viaje. Diría una peregrinación espiritual, más profunda en el corazón de Dios. No pedimos el sufrimiento y la discordia que comenzó el año pasado en todo el mundo. Pero Dios ha estado con nosotros todo el tiempo. Quizás esto haya sido para ti, como para mí, un tiempo de escasez, de pérdida y dolor, un tiempo prolongado en el desierto. Durante mucho tiempo, no hemos podido reunirnos alrededor de la mesa de nuestro Señor. Pero escuchamos la voz de nuestro Señor y escuchamos. Nunca es tarde para escuchar.

Las Buenas Nuevas para mí mientras escuchamos en este viaje de peregrinaje transformador es que mi vida de oración y mi vida espiritual se han ampliado y profundizado. Mi esposa Sarah dice que mi semblante y mi comportamiento espiritual han cambiado. Aprecio más la profunda fe que me han transmitido familiares, amigos, mentores y miembros de las generaciones anteriores. Mis antepasados, incluyendo a peregrinos literales a bordo del Mayflower hace 400 años, no eran perfectos, ni yo lo soy, y ahora tengo que tener en cuenta eso. En el peor de los casos, algunos eran opresores de un tipo u otro. En su mejor momento, eran peregrinos que caminaban y compartían el camino de la fe.

In our day, we choose to take this journey with Jesus, who is guiding us toward Holy Week on a particular storm-tossed pilgrimage. All of us walk alongside Jesus, to mourn, to hope, and, through our faithfulness and our willingness to listen deeply to what this journey is telling us, to be lifted into his resurrected life.

This is the perfect season to invite others to journey with us through Lent toward Easter, as Jesus draws us to the cross and into eternal life and love. All we need to do is begin, right where we are.

Jesus hears and knows our needs and our struggles. Our joys and sorrows. Our fears, our yearnings, our hopes. Jesus desires to create in us clean hearts, loving us into the reign of God, overflowing with peace and joy.

Thank you, Jesus.

En nuestro día, elegimos emprender este viaje con Jesús, quien nos está guiando hacia la Semana Santa en una peregrinación en particular sacudida por la tormenta. Todos caminamos junto a Jesús, para llorar, tener esperanza y, a través de nuestra fidelidad y nuestra voluntad de escuchar profundamente lo que nos dice este viaje, ser elevados a su vida resucitada.

Esta es la temporada perfecta para invitar a otros a viajar con nosotros durante la Cuaresma hacia la Pascua, mientras Jesús nos lleva a la cruz y a la vida y el amor eternos. Todo lo que tenemos que hacer es comenzar, justo donde estamos.

Jesús escucha y conoce nuestras necesidades y luchas. Nuestras alegrías y tristezas. Nuestros miedos, nuestros anhelos, nuestras esperanzas. Jesús desea crear en nosotros corazones limpios, amándonos hacia el reino de Dios, rebosante de paz y gozo.

Gracias Jesús.

## Questions for Conversation

1) “The Good News for me as we listen in this transformative pilgrim journey is that my prayer life and spiritual life have been broadened and deepened. My wife Sarah says my countenance and spiritual demeanor have changed. I’m more appreciative of the profound faith passed on to me by family, friends, mentors, and by members of the generations before.” –Donald Fishburne

Name a few changes that have been most significant for you in the last year. Did any of these changes cause you to constrict with anxiety and make it hard to be open to listening to yourself, others, or God? What, if anything, has helped you through this time?

*(For this next question, refer to Scott Stoner’s reflection for Tuesday, March 23, 2021, found on the following page of this document)*

2) As you listen to the emotions you feel regarding the changes you have been dealing with in your life, what do you hear? Are you comfortable listening to and acknowledging the “unpleasant” 0–5 emotions? What about 6–10? What emotion(s) do you sense right now as you listen to yourself?

3) “Jesus hears and knows our needs and our struggles. Our joys and sorrows. Our fears, our yearnings, our hopes. Jesus desires to create in us clean hearts, loving us into the reign of God, overflowing with peace and joy.” –Donald Fishburne

How comfortable are you in simply listening to another’s grief or sadness? Have you been a friend to someone who has faced a great deal of change during this past year? Is there someone right now to whom you feel called to reach out and listen?

## Preguntas para Conversación

1) “Las Buenas Nuevas para mí mientras escuchamos en este viaje de peregrinaje transformador es que mi vida de oración y mi vida espiritual se han ampliado y profundizado. Mi esposa Sarah dice que mi semblante y mi comportamiento espiritual han cambiado. Aprecio más la profunda fe que me han transmitido familiares, amigos, mentores y miembros de las generaciones anteriores.” –Donald Fishburne

Nombre algunos cambios que hayan sido más significativos para usted en este año pasado. ¿Alguno de estos cambios le provocó una constricción de ansiedad y le dificultó estar abierto a escucharse a sí mismo, a los demás o a Dios? ¿Qué te ha ayudado, si es que te ha ayudado, durante este tiempo?

*(Para la siguiente pregunta, consulte la reflexión de Scott Stoner para el martes 23 de marzo de 2021, que se encuentra en la página siguiente de este documento).*

2) Al escuchar las emociones que siente con respecto a los cambios que ha estado enfrentando en su vida, ¿qué escucha? ¿Se siente cómodo escuchando y reconociendo las emociones “desagradables” de 0 a 5? ¿Qué hay de 6–10? ¿Qué emoción (es) siente ahora mientras se escucha a sí mismo?

3) “Jesús escucha y conoce nuestras necesidades y luchas. Nuestras alegrías y tristezas. Nuestros miedos, nuestros anhelos, nuestras esperanzas. Jesús desea crear en nosotros corazones limpios, amándonos hacia el reino de Dios, rebosante de paz y gozo.” –Donald Fishburne

¿Qué tan cómodo se siente simplemente escuchando el dolor o la tristeza de otra persona? ¿Ha sido amigo de alguien que se ha enfrentado a un gran cambio durante el año pasado? ¿Hay alguien en este momento a quien se sienta llamado a acercarse y escuchar?

*Original Version*  
***The Fifth Week in Lent***

Tuesday, March 23, 2021

**Listening to Our Emotions in the Midst of Change**  
by Scott Stoner

*The walls we build around us to keep sadness out  
also keep out the joy.*  
—Jim Rohn

An essential clue about the current state of our emotional wellness is how comfortable we are feeling and expressing the full range of our emotions. Imagine that the full range of emotions exists on a scale from 0-10. Now think of 0-5 as the “unpleasant” emotions, like sadness, anxiety, worry, anger, and fear. Next, think of 6–10 as the “pleasant” emotions, such as joy, love, happiness, excitement, and peace.

Most of us are relatively comfortable feeling and expressing the 6-10 emotions, yet it seems many of us try to avoid feeling and expressing the 0-5 emotions. Here is an important insight regarding this range of emotions: if we block out the 0-5 emotions, we will soon notice that we feel far less of the 6-10 emotions. This is the truth being pointed to in the quote above from Jim Rohn.

Emotions are not good or bad, they simply are. They are like a thermometer, giving us a read on the world around us. Watch a young child and within thirty minutes you will notice that they are comfortable experiencing the full range of 0-10 emotions. They don’t try to build walls around their feelings to protect themselves and don’t get stuck in any one emotion. If we are willing to genuinely listen to and accept all of our emotions without judgment, we too, can avoid getting stuck in any one emotion. The key is to keep our emotions in motion, let them flow in and through us, and watch them pass like fall leaves on a river, floating downstream until they are out of sight, now just a memory.

*Traducido al español del inglés*  
***La Quinta Semana en Cuaresma***

Martes, 23 de marzo del 2021

**Escuchar nuestras emociones en medio del cambio**  
por Scott Stoner

*Los muros que construimos a nuestro alrededor para mantener la  
tristeza fuera también impiden la alegría.*  
—Jim Rohn

Una pista esencial sobre el estado actual de nuestro bienestar emocional es cuán cómodos nos sentimos y expresamos toda la gama de nuestras emociones. Imagínese que existe toda la gama de emociones en una escala del 0 al 10. Ahora piense en 0-5 como las emociones “desagradables,” como la tristeza, la ansiedad, la preocupación, la ira y el miedo. A continuación, piense en 6–10 como las emociones “agradables,” como alegría, amor, felicidad, entusiasmo y paz.

La mayoría de nosotros nos sentimos relativamente cómodos sintiendo y expresando las emociones 6-10, sin embargo, parece que muchos de nosotros intentamos evitar sentir y expresar las emociones 0-5. Aquí hay una idea importante con respecto a esta gama de emociones: si bloqueamos las emociones 0-5, pronto notaremos que sentimos mucho menos de las emociones 6-10. Esta es la verdad que se señala en la cita anterior de Jim Rohn.

Las emociones no son buenas ni malas, simplemente lo son. Son como un termómetro que nos da una lectura del mundo que nos rodea. Observe a un niño pequeño y en treinta minutos notará que se siente cómodo experimentando la gama completa de 0-10 emociones. No intentan construir muros alrededor de sus sentimientos para protegerse y no se quedan atrapados en ninguna emoción. Si estamos dispuestos a escuchar y aceptar genuinamente todas nuestras emociones sin juzgarlas, también podemos evitar quedarnos atrapados en una sola emoción. La clave es mantener nuestras emociones en movimiento, dejarlas fluir dentro y a través de nosotros, y verlas pasar como hojas caídas en un río, flotando río abajo hasta que se pierden de vista, ahora solo un recuerdo.

## *Gospel Reading for the Fifth Sunday in Lent*

### **John 12:20-33**

*New Living Translation*

<sup>20</sup> Some Greeks who had come to Jerusalem for the Passover celebration  
<sup>21</sup> paid a visit to Philip, who was from Bethsaida in Galilee. They said,  
“Sir, we want to meet Jesus.” <sup>22</sup> Philip told Andrew about it, and they  
went together to ask Jesus.

<sup>23</sup> Jesus replied, “Now the time has come for the Son of Man to enter into  
his glory. <sup>24</sup> I tell you the truth, unless a kernel of wheat is planted in the  
soil and dies, it remains alone. But its death will produce many new  
kernels—a plentiful harvest of new lives. <sup>25</sup> Those who love their life in  
this world will lose it. Those who care nothing for their life in this world  
will keep it for eternity. <sup>26</sup> Anyone who wants to serve me must follow  
me, because my servants must be where I am. And the Father will honor  
anyone who serves me.

<sup>27</sup> “Now my soul is deeply troubled. Should I pray, ‘Father, save me  
from this hour’? But this is the very reason I came! <sup>28</sup> Father, bring glory  
to your name.”

Then a voice spoke from heaven, saying, “I have already brought glory  
to my name, and I will do so again.” <sup>29</sup> When the crowd heard the voice,  
some thought it was thunder, while others declared an angel had spoken  
to him.

<sup>30</sup> Then Jesus told them, “The voice was for your benefit, not mine.  
<sup>31</sup> The time for judging this world has come, when Satan, the ruler of this  
world, will be cast out. <sup>32</sup> And when I am lifted up from the earth, I will  
draw everyone to myself.” <sup>33</sup> He said this to indicate how he was going  
to die.

## *Lectura del Evangelio para el Quinto Domingo en Cuaresma*

### **Juan 12:20-33**

*Nueva Traducción Viviente*

<sup>20</sup> Algunos griegos que habían ido a Jerusalén para celebrar la Pascua.  
<sup>21</sup> le hicieron una visita a Felipe, que era de Betsaida de Galilea. Le  
dijeron, “Señor, queremos conocer a Jesús.” <sup>22</sup> Felipe se lo comentó a  
Andrés, y juntos fueron a preguntarle a Jesús.

<sup>23</sup> Jesús respondió, “Ya ha llegado el momento para que el Hijo del  
Hombre entre en su gloria. <sup>24</sup> Les digo la verdad, el grano de trigo, a  
menos que sea sembrado en la tierra y muera, queda solo. Sin embargo,  
su muerte producirá muchos granos nuevos, una abundante cosecha de  
nuevas vidas. <sup>25</sup> Los que aman su vida en este mundo la perderán. Los  
que no le dan importancia a su vida en este mundo la conservarán por  
toda la eternidad. <sup>26</sup> Todo el que quiera servirme debe seguirme, porque  
mis siervos tienen que estar donde yo estoy. El Padre honrará a todo el  
que me sirva.

<sup>27</sup> “Ahora mi alma está muy entristecida. ¿Acaso debería orar, ‘Padre,  
sálvame de esta hora’? ¿Pero esa es precisamente la razón por la que  
vine! <sup>28</sup> Padre, glorifica tu nombre.”

Entonces habló una voz del cielo, “Ya he glorificado mi nombre y lo  
haré otra vez.” <sup>29</sup> Al oír la voz, algunos de la multitud pensaron que era  
un trueno, mientras que otros decían que un ángel le había hablado.

<sup>30</sup> Entonces Jesús les dijo, “La voz fue para beneficio de ustedes, no mío.  
<sup>31</sup> Ha llegado el tiempo de juzgar a este mundo, cuando Satanás—quien  
gobierna este mundo—será expulsado. <sup>32</sup> Y, cuando yo sea levantado de  
la tierra, atraeré a todos hacia mí.” <sup>33</sup> Con eso quería dar a entender de  
qué forma iba a morir.