

## Lockdown

Yes there is fear.

Yes there is isolation.

Yes there is panic buying.

Yes there is sickness.

Yes there is even death.

But,

They say that in Wuhan after so many years of noise

You can hear the birds again.

They say that after just a few weeks of quiet

The sky is no longer thick with fumes

But blue and grey and clear.

They say that in the streets of Assisi

People are singing to each other

across the empty squares,

keeping their windows open

so that those who are alone

may hear the sounds of family around them.

They say that a hotel in the West of Ireland

Is offering free meals and delivery to the housebound.

Today a young woman I know

is busy spreading fliers with her number

through the neighbourhood

So that the elders may have someone to call on.

Today Churches, Synagogues, Mosques and Temples

are preparing to welcome

and shelter the homeless, the sick, the weary

All over the world people are slowing down and reflecting

All over the world people are looking at their neighbours in a new way

All over the world people are waking up to a new reality

To how big we really are.

To how little control we really have.

To what really matters.

To Love.

So we pray and we remember that

Yes there is fear.

But there does not have to be hate.

Yes there is isolation.

But there does not have to be loneliness.

Yes there is panic buying.

But there does not have to be meanness.

Yes there is sickness.

But there does not have to be disease of the soul

Yes there is even death.

But there can always be a rebirth of love.

Wake to the choices you make as to how to live now.  
Today, breathe.  
Listen, behind the factory noises of your panic  
The birds are singing again  
The sky is clearing,  
Spring is coming,  
And we are always encompassed by Love.  
Open the windows of your soul  
And though you may not be able  
to touch across the empty square,  
Sing.

Fr. Richard Hendrick, OFM

## ISOLAMENTO

Sì, c'è paura.  
Sì, c'è isolamento.  
Sì, ci sono acquisti dettati dal panico.  
Sì, c'è la malattia.  
Sì, c'è persino la morte.  
Ma,  
Dicono che, a Wuhan, dopo tanti anni di rumore,  
Puoi sentire di nuovo gli uccelli.  
Dicono che, dopo poche settimane di silenzio,  
Il cielo non è più impregnato di smog.  
Ma è blu e grigio e chiaro.

Dicono che, per le strade di Assisi,  
Le persone cantano  
nelle piazze vuote,  
tenendo aperte le finestre  
in modo che quelli che sono soli  
possano sentire i suoni delle famiglie del vicinato.

Dicono che un albergo, nella parte occidentale dell'Irlanda,  
Offre pasti gratuiti e consegna a domicilio a chi è chiuso in casa.  
In questo momento una giovane donna che conosco  
è impegnata a distribuire volantini con il suo numero

nel quartiere  
perché gli anziani possano avere qualcuno a cui rivolgersi.

Oggi chiese, sinagoghe, moschee e templi  
si stanno preparando ad accogliere  
e proteggere i senzatetto, i malati, gli stanchi.

In tutto il mondo le persone stanno rallentando e riflettendo  
In tutto il mondo, le persone guardano i loro vicini in un modo nuovo  
In tutto il mondo le persone si stanno svegliando a una nuova realtà.  
A quanto siamo davvero grandi.  
A quanto poco controllo abbiamo davvero.  
A ciò che conta davvero.  
All'Amore.

Quindi preghiamo e ricordiamo che  
Sì, c'è paura.  
Ma non deve esserci odio.  
Sì, c'è isolamento.  
Ma non ci deve essere solitudine.  
Sì, ci sono acquisti dettati dal panico.  
Ma non ci deve essere avidità.

Sì, c'è la malattia.  
Ma non ci deve essere alcuna malattia dell'anima.  
Sì, c'è persino la morte.  
Ma può sempre esserci una rinascita dell'amore.

Sii consapevole delle scelte che fai su come vivere ora.  
Oggi, respira.  
Ascolta, dietro i rumori delle fabbriche del tuo panico.  
Gli uccelli cantano di nuovo  
Il cielo si sta schiarendo  
La primavera sta arrivando  
E siamo sempre circondati dall'amore.  
Apri le finestre della tua anima  
E anche se non puoi  
raggiungi la piazza vuota.

Canta.

P. Richard Hendrick, OFM

## **AISLAMIENTO**

Sí hay miedo.

Sí hay aislamiento.

Sí, hay compras de pánico.

Sí, hay enfermedad.

Sí, incluso hay muerte.

Pero,

Dicen que en Wuhan después de tantos años de ruido

Puedes escuchar a los pájaros de nuevo.

Dicen que después de unas pocas semanas de silencio.

El cielo ya no está lleno de humos.

Sino es azul y gris y claro.

Dicen que en las calles de Asís

La gente está cantando

En las plazas vacías,

Manteniendo sus ventanas abiertas

Para que los que estén solos

Puedan escuchar los sonidos de las familias a su alrededor.

Dicen que un hotel en el oeste de Irlanda

Ofrece comidas gratis y entrega a domicilio.

Hoy una joven que conozco

está ocupada repartiendo volantes con su número

por el barrio

para que los ancianos puedan tener a alguien a quien recurrir.

Hoy iglesias, sinagogas, mezquitas y templos

se están preparando para acoger

y proteger a los desamparados, enfermos, cansados.

En todo el mundo la gente está desacelerando y reflexionando

En todo el mundo, las personas miran a sus vecinos de una manera nueva

En todo el mundo la gente se está despertando a una nueva realidad.

A lo grande que realmente somos.

A qué poco control tenemos realmente.

A lo que realmente importa.

A Amar.

Entonces rezamos y recordamos que

Sí, hay miedo.

Pero no tiene que haber odio.

Sí, hay aislamiento.

Pero no tiene que haber soledad.

Sí, hay compras de pánico.

Pero no tiene que haber avidez.

Sí, hay enfermedad.

Pero no tiene que haber la enfermedad del alma.

Sí, incluso hay muerte.

Pero siempre puede haber un renacimiento del amor.

Sii consapevole delle scelte che fai su come vivere ora.

Oggi, respira.

Ascolta, dietro i rumori delle fabbriche del tuo panico.

Gli uccelli cantano di nuovo

Il cielo si sta schiarendo

La primavera sta arrivando

E siamo sempre circondati dall'amore.

Apri le finestre della tua anima

E anche se non puoi

raggiungi la piazza vuota.

Sé consciente de las elecciones que haces sobre cómo vivir ahora.

Hoy, respira.

Escucha, detrás de los ruidos de las fábricas de tu pánico.

Los pájaros cantan de nuevo

El cielo se está despejando

La primavera está llegando,

Y siempre estamos rodeados de amor.

Abre las ventanas de tu alma

Y aunque no puedas

Toca las plazas vacías

Canta.

*P. Richard Hendrick, OFM*

## CONFINEMENT

Oui, il y a la peur.

Oui, il y a l'isolement.

Oui, il y a l'achat de panique.

Oui, il y a la maladie.

Oui, il y a même la mort.

Mais,

On dit qu'à Wuhan après tant d'années de bruit,

Vous pouvez encore entendre les oiseaux.

On dit qu'après quelque semaine de calme,

Le ciel n'est plus imprégné de smog,

Mais il est bleu, gris et clair.

On dit que dans les rues d'Assisi,

Les gens chantent

dans les places vides,

Laissant les fenêtres ouvertes

pour que ceux qui sont seuls

peuvent entendre les sons des familles autour d'eux.

On dit qu'il y a un hôtel dans l'ouest de l'Irlande,

qui offre des repas gratuits et qui les livre à ceux qui sont confinés chez eux.

Aujourd'hui une jeune femme que je connais

Est occupée à distribuer des flyers avec son numéro

Dans le quartier

De façon que les personnes âgées peuvent avoir quelqu'un à qui s'adresser.

Aujourd'hui les Eglises, les Synagogues, les Mosquées et les Temples se préparent à accueillir et à protéger les sans-abri, les malades, les fatigués.

Partout dans le monde, les gens ralentissent et réfléchissent

Partout dans le monde les gens regardent leurs voisins d'une nouvelle façon

Partout dans le monde les gens se réveillent à une nouvelle réalité.

A quel point nous sommes grands.

A quel point nous avons peu de contrôle.

A ce qui compte vraiment.

A l'Amour.

Ainsi nous prions et nous nous rappelons que

Oui, il y a la peur.

Mais il ne doit pas y être la haine.  
Oui, il y a l'isolement  
Mais il ne doit pas y être la solitude.  
Oui, il y a les achats de panique,  
Mais il ne doit pas y être l'avidité,  
Oui, il y a la maladie,  
Mais il ne doit pas y être la maladie de l'âme.  
Oui, il y a même la mort,  
Mais il peut toujours y avoir un renouveau de l'amour.  
Sois responsable des choix que tu fais quant à la façon de vivre  
maintenant.  
Aujourd'hui, respire.  
Ecoute, derrière les bruits d'usine de ta panique  
Les oiseaux chantent à nouveau  
Le ciel se dégage,  
Le printemps arrive,  
Et nous sommes toujours entouré de l'Amour.  
Ouvre les fenêtres de ton âme  
Et même si tu ne peux pas  
rejoins la place vide.

Chante.

P. Richard Hendrick, OFM