

DU PAIN SUR LA TABLE

Jn 6,51-59

20^e dimanche ordinaire (année B)

Consacrer du temps à la spiritualité...

Chaque semaine il est nécessaire de donner du temps à notre vie spirituelle. La vie spirituelle du disciple de Iéschoua (Jésus) est essentiellement une communion forte avec Iéschoua, maître et ami. Depuis la première Pâque, cette communion se nourrit de la **lecture priante** de l'Évangile.

Le Pain sur la table voudrait être un instrument pour ce temps d'intimité. Chaque semaine, il s'agit de donner du temps à Iéschoua et de se donner du temps pour nourrir notre vie spirituelle.

Le moment privilégié est sans doute **le dimanche matin**, et cela, en accord avec la longue tradition du schabbat (repos sacré).

Cette lecture priante se déroule en **plusieurs étapes**:

- lecture d'un passage de l'Évangile (à voix haute si possible)
 - étude du texte
 - choix d'une phrase (verset) que l'on mémorise
- Puis vient le temps de la prière qui demande un environnement adéquat: lieu de silence, ambiance de recueillement, calme, une certaine durée...
- prière de recueillement (on peut aussi utiliser les chants de Taizé)
 - silence où l'on reprend inlassablement le verset choisi
 - communion spirituelle: (on peut faire jouer une musique méditative)
c'est un temps de plus grande conscience
de la présence et de l'amour du Père
dans la communion de Iéschoua
 - prière de conclusion

Les étapes peuvent se dérouler sur une période de plusieurs jours. Cette lecture priante saura aussi nourrir -tout au long de la semaine- de brefs instants de prière (sortes de retour à Dieu).

Prière de recueillement

Père de Iéschoua et mon Père, que ton Esprit s'unisse à mon esprit.
Qu'il soit pour moi l'interprète de l'Évangile pour éclairer ma compréhension.
Qu'il soit réconfort et force d'amour pour me faire vivre selon ta Parole.
Qu'il soit ta paix dans mon cœur pour m'apprendre à aimer de bonté
et pour m'unir à mes frères et sœurs. Amen!

Évangile de Jésus selon l'Écrit de Jean 6,51-59

- 51 *Moi, je suis le pain qui est vivant, celui qui est descendu du ciel.
Si quelqu'un mange de ce pain, il vivra pour l'éternité.
Le pain que je donnerai, c'est ma chair pour la vie du monde.*
- 52 Les Juifs se disputent entre eux en disant:
Comment celui-ci peut-il nous donner sa chair à manger?
- 53 Jésus leur dit:
*Amen! Amen! je vous le dis:
Si vous ne mangez pas la chair du Fils de l'homme et ne buvez pas son sang,
vous n'avez pas vie en vous.*
- 54 *Celui qui mange ma chair et boit mon sang a vie éternelle.
Et moi, je le ressusciterai au dernier jour.*
- 55 *Car ma chair est vraie nourriture et mon sang est vraie boisson.*
- 56 *Qui mange ma chair et boit mon sang demeure en moi et moi en lui.*
- 57 *Comme le Père qui est vivant m'a envoyé et comme je vis par le Père,
ainsi qui me mange, celui-là vivra aussi par moi.*
- 58 *Tel est le pain descendu du ciel:
non pas comme les ancêtres ont mangé et ils sont morts.
Qui mange ce pain vivra pour l'éternité.*
- 59 Jésus dit ces choses alors qu'il enseignait dans une synagogue à Capharnaüm.

Quelle serait la réaction, à l'écoute de ce texte, d'une oreille peu accoutumée à l'Évangile? Mais nous-mêmes, chrétiens trop habitués, comment vivons-nous ces paroles?

La place de ce texte dans le récit de Jean

Nous sommes à Capharnaüm, à la fin du long entretien entre Jésus et la foule au lendemain du grand repas des pains multipliés. Pour comprendre cette finale, il faut donc rappeler brièvement ce qui a précédé. Au sommet de sa mission en Galilée, Jésus a rassemblé une grande foule. Après avoir enseigné longuement (jusqu'à la fin du jour, disent Marc, Matthieu et Luc), Jésus a organisé un grand repas où les pains ont été multipliés pour nourrir la foule. Et celle-ci a été enthousiasmée à la vue du signe qu'il venait d'opérer: «Celui-ci est vraiment le Prophète, celui qui doit venir dans le monde.» Mais Jésus, sachant qu'on allait venir l'enlever pour le faire roi, se retira à nouveau, seul, dans la montagne (Jn 6,14-15).

Comment les foules ont-elles compris le geste du repas? Quel sens lui donne Jésus?

Le repas dans la Bible.

Pour tenter de comprendre le dialogue entre les Juifs et Jésus, il est utile de nous rappeler ce que représente le repas dans la Bible. Manger à la même table, c'est manifester l'unité de ceux qui mangent ensemble. Puisqu'on puise ensemble à la même source de vie, puisqu'on se nourrit de la même nourriture, ceux qui partagent un unique pain, deviennent un seul Corps, comme le dira Paul: *Puisqu'il y a un seul pain, nous sommes tous un seul Corps car tous nous participons à ce pain unique (1Co 10,17).*

Cette ré-union dans le repas se vivait au Temple, lors des sacrifices de communion. Ceux qui offraient à Dieu un animal, le mangeaient en « communion » avec Dieu. Mais cette communion ne se réalise pas seulement par la même nourriture. Si le repas ré-unit, ce n'est pas uniquement parce qu'on mange ensemble, mais parce que les convives communiquent. La communion se réalise aussi et surtout par le partage de la parole. La littérature juive disait: « Quand deux ou trois sont réunis et parlent de la *Tora*, Dieu est au milieu d'eux. » En effet, parler de la *Tora*, c'est se nourrir ensemble de la sagesse de Dieu; c'est se laisser conduire par cette sagesse, vivre selon l'esprit de Celui qui donne la sagesse. Qui accueille dans sa vie la sagesse de Dieu deviendra ainsi fils, fille du Père. Les commensaux vont devenir frères et sœurs dans leur commune filiation envers Dieu. Au grand Jour de Dieu, à la fin du temps, c'est donc un grand repas qui symbolisera la communion des fils et filles de Dieu, comme il est dit en Isaïe: (Is 25,6) *Le Seigneur-Dieu, le tout-puissant, va donner sur cette montagne un festin pour tous les peuples, un festin de viandes grasses et de vins vieux.* On retrouve ce même message dans les propos de Jésus (Mt 8,11): *Eh bien! je vous dis que beaucoup viendront du levant et du couchant prendre place au festin avec Abraham, Isaac et Jacob dans le Règne des Cieux.* Ainsi, on comprend qu'à la vue de ce grand repas des pains multipliés, la foule ait pu découvrir que Jésus pouvait être le prophète-messie, celui que tout le peuple attendait avec ferveur pour qu'il le libère de l'occupation romaine et de la misère. Dans la situation économique difficile où Israël est occupé par les Romains, la foule pense surtout à son besoin de pain. Si « ventre affamé n'a pas d'oreille », comme dit le proverbe, la foule a-t-elle pu percevoir que Jésus veut répondre à un besoin plus spirituel? *Ce n'est pas parce que vous avez vu des signes que vous me cherchez, mais parce que vous avez mangé des pains à satiété. Il faut vous mettre à l'œuvre pour obtenir non pas cette nourriture périssable, mais la nourriture qui demeure en vie éternelle, celle que le Fils de l'homme vous donnera* (Jn 6,26-27). Passer du plan de la nourriture matérielle au plan spirituel n'est pas toujours facile. Pour amener plus loin la compréhension de ceux qui ont mangé, Jésus va s'appuyer sur la Bible elle-même. Lors de l'exode, les tribus avaient été nourries de manne d'une manière providentielle. Dans sa réflexion, le peuple avait compris que la manne devait conduire à une autre nourriture: la parole de Dieu: *[Dieu] t'a fait avoir faim et il t'a donné à manger la manne ... pour te faire reconnaître que l'être humain ne vit pas seulement de pain mais de toute parole qui sort de la bouche du Seigneur-Dieu* (Dt 8,3). Dans la Tente de réunion – qui est la demeure de Dieu au milieu de son peuple – la parole et le pain se trouveront désormais réunis sous la forme des tables de pierre des dix grands préceptes et du vase qui conserve la manne (Ex 30,32-34). Mais Jésus veut amener plus loin encore ses auditeurs. Jusqu'alors la Parole de Dieu a été une parole écrite sur des tables de pierre.

3 4 Elle apportait la connaissance du bien et du mal, et indiquait le droit chemin de la vie: *Vois, je mets aujourd'hui devant toi la vie et le bonheur, la mort et le malheur, moi qui te commande aujourd'hui d'aimer le Seigneur ton Dieu, de suivre ses chemins, de garder ses préceptes, ses règles et ses coutumes* (Dt 30,15-16). Mais une Règle, la plus belle soit-elle, ne peut qu'indiquer la direction à suivre; elle ne donne pas la force de vivre et agir selon ce qu'elle prescrit. Les prophètes disaient qu'il fallait que la Règle soit inscrite dans le cœur, c'est-à-dire qu'elle soit réellement vécue. Jésus va se présenter comme celui qui vit parfaitement la Règle de Dieu et qui peut donc aider ses disciples à vivre selon la Sagesse de Dieu. Et comme la Règle est comparable au pain qui nourrit et fait vivre, Jésus se présente comme le pain de vie, *le véritable pain.* Car il est non seulement celui qui « dit » la Règle de Dieu mais celui qui la « fait vivre » en s'unissant d'amitié à celui qui l'accueille et qui se nourrit de lui. Dans les heures difficiles, dans les moments d'épreuve, voire de tentation, il ne suffit pas de savoir la règle de vie, il faut surtout avoir la force de la vivre. L'amitié de Jésus, l'intimité qu'on peut vivre avec lui, peuvent nous y aider. Paul exprimera magnifiquement sa communion avec Jésus (Ga 2,20): *Je vis, mais ce n'est plus moi, c'est Christ qui vit en moi. Car ma vie présente dans la chair, je la vis dans la foi au Fils de Dieu qui m'a aimé et s'est livré pour moi.* Ainsi Jésus peut affirmer: *Celui qui vient à moi n'aura pas faim. Celui qui croit en moi n'aura pas soif, jamais* (Jn 6,35). Mais comment parvenir à cette intimité avec Jésus? C'est le thème de notre récit.

Tel est le pain descendu du ciel: non pas comme ont mangé les ancêtres et ils sont morts. Qui mange ce pain vivra pour l'éternité.

Le pain qu'ont mangé les ancêtres est donc celui de la *Tora* qui est la sagesse de Dieu révélée à Moïse et que les Juifs apprennent par cœur dès leur jeunesse. Pour bien saisir les propos imagés de Jésus, il faut nous replonger dans la coutume des gens de la Bible. À l'époque de Jésus, et depuis Moïse, la seule transmission possible de la connaissance est le bouche à oreille. Certes il existe des rouleaux d'écrits, mais ils sont volumineux et peu nombreux. Dès son jeune âge, le jeune Juif va apprendre par cœur la *Tora* que son père lui transmet en la récitant et que sa mère lui fait répéter. Le père met donc dans la bouche de son fils les mots même de la *Tora* de Dieu. Il lui faut les dire et les redire à voix haute, les chanter même, en se balançant pour que peu à peu ils s'impriment dans sa mémoire. Plus tard, le rabbi qui transmettra son savoir à ses apprenants par le même procédé. Ainsi l'enseignement passe des lèvres de l'enseignant aux lèvres de l'apprenant. Il est comme mastiqué dans la bouche récitante: on le mange et on s'en nourrit. *« Fils d'homme, nourris ton ventre et remplis tes entrailles de ce rouleau que je te donne. » Je le mangeai: il fut dans ma bouche d'une douceur de miel* (Éz 3,3). Il nous est difficile de réaliser concrètement ces images. Nous sommes aujourd'hui des gens du visuel bien plus que de l'oral.

Lorsqu'il s'agit de la parole de la Bible, il s'agit de mots à *écouter*. Bien plus, il s'agit de mots à imprimer dans notre mémoire, dans cette mémoire du cœur qui est le centre intime de notre être, là où se prennent les choix de vie, où se décident les manières d'agir. L'apprentissage de mémoire (apprentissage par-cœur) se fait en répétant les mots et les phrases. L'apprentissage est plus facile si on répète à haute voix, en chantonnant et en se balançant.

Telles sont encore les pratiques juive et musulmane. Les chrétiens seraient-ils les seuls à être dispensés d'imprimer en eux les paroles de leur Maître ? Celui qui «buccalise», qui fait rouler dans sa bouche et dans sa gorge les mots de Jésus, celui-là expérimente concrètement ce qu'est manger le pain de Jésus. Ainsi celui qui aura mangé ce pain des paroles de Jésus, celui qui aura écouté ses leçons de vie, celui-là pourra instinctivement les mettre en œuvre et les transformer en gestes quotidiens. Il vivra et agira réellement selon les paroles de son Maître. Peu à peu se développera une unité profonde entre l'Enseigneur et l'apprenant: *Si vous retenez mes paroles, vous demeurerez dans mon amour* (Jn 15,10).

Pour exprimer cette communion intime entre lui et ses disciples, Jésus prendra comme image celle du cep de vigne: *Je suis le cépage et vous êtes les sarments. Qui demeure en moi et en qui je demeure portera du fruit en abondance* (Jn 15,5).

L'aboutissement de cette communication des règles de la vie divine, c'est que tout l'être de l'Enseigneur s'incarne dans celui de ses apprenants: *Le pain que je donnerai, c'est ma chair pour la vie du monde*. Celui qui est en communion intime avec les paroles de Jésus, celui-là ne fait plus qu'un avec lui. Il a –pour ainsi dire– assimilé son être, sa personne, sa chair. L'Évangile dit que *le Verbe (la Parole divine) s'est faite chair* (Jn 1,14).

Dans la Bible, l'expression «chair et sang» désigne l'être humain tout entier. D'où les expressions jumelées de la chair (à manger) et du sang (à boire): *Qui mange ma chair et boit mon sang demeure en moi et moi en lui*.

Le réalisme de l'expression ne saurait faire de doute: il ne s'agit pas de cannibalisme, mais de communion, d'inhabitation spirituelle. L'assimilation des paroles et des gestes du Maître réalise une unité organique vivante. L'aliment qu'est la parole de l'Enseigneur devient vie en celui qui l'ingurgite. L'apprenant va agir avec son Enseigneur, par lui et en lui. Il s'agit d'une communion, plus réelle encore que celle de l'union de l'homme et de la femme dont la Bible nous dit qu'ils seront une seule chair: *Aussi l'homme laisse-t-il son père et sa mère pour s'attacher à sa femme, et ils deviennent une seule chair* (Gn 2,24).

Ailleurs, l'Évangile décrit en d'autres images le réalisme de cette communion: *Si quelqu'un m'aime, il observera ma parole et mon Père l'aimera et nous viendrons en lui et nous établirons chez lui notre demeure* (Jn 14,23).

L'amour qui unit Jésus à ses disciples est toujours à base de paroles gardées et mises en pratique; c'est-à-dire que l'amour se réalise dans la communion des volontés et des agirs. Aimer Dieu et son Envoyé, c'est découvrir –en eux et en leur parole– la vérité de la vie

5

6 et c'est surtout vivre selon cette vérité découverte et comprise. «On ne comprend bien que ce qu'on s'efforce de vivre. Si nous voulons comprendre tout ce qu'on peut comprendre de Jésus et de l'Évangile, il faut vivre à fond tout ce qu'on a compris. La lumière de l'Évangile n'est pas une illumination qui nous demeure extérieure: elle est un feu qui exige de pénétrer en nous pour y opérer une transformation. Avec Jésus nous pouvons devenir des «viveurs de Dieu» dans le quotidien de nos vies. Nous pouvons être «ce petit coin d'humanité où la Parole de Dieu peut se faire chair pour continuer les gestes et la vie du Christ». Il s'agit de vivre en ami de Jésus, dans la recherche commune de la vérité et par la communion des pensées et des actes» (G. Convert, *Le mystère Jésus*, Bellarmin 1994, p.169).

Qui mange ma chair et boit mon sang demeure en moi et moi en lui.

Voilà ce que Jésus peut dire lorsqu'il partage la parole et le repas avec ses disciples. Les repas sacrés étaient des coutumes fréquentes au temps de Jésus. Le repas de la Pâque, celui du sabbat, rassemblaient les familles dans les maisons privées. Les Pharisiens et les Ésséniens pratiquaient entre eux de tels repas. Les Ésséniens avaient même transposé dans leurs repas sacrés bien des coutumes du Temple, puisqu'ils ne fréquentaient plus celui-ci. Comme le repas sacré met en communion avec Dieu, ainsi les repas de Jésus avec ses apprenants les mettaient en communion réelle, au point que Jésus a pu dire: *Quand deux ou trois sont réunis en mon nom, Je suis au milieu d'eux* (Mt 18,23).

En rompant le pain de blé et en rompant la parole, Jésus se donne à ses disciples: «Voici ma chair, ma personne qui se donne à vous et qui veut demeurer en vous... comme le Père demeure en moi et que je demeure dans le Père.» (Jn 17,21-23.26) *Que tous soient un comme Toi, Père, Tu es en moi et que je suis en Toi... Qu'il soient un comme nous sommes un, moi en eux comme Toi en moi... Je leur ai fait connaître ton nom afin que l'amour dont Tu m'as aimé soit en eux et moi en eux*. C'est en leur faisant connaître tout ce que le Père lui a transmis que Jésus a transformé ses apprenants (ses disciples) en amis (Jn 15,15): *Je vous appelle amis, car tout ce que j'ai entendu auprès de mon Père, je vous l'ai fait connaître*. Ainsi donner sa chair signifie, pour Jésus, donner sa vie avec amour, c'est-à-dire vivre pour et en celui qui accueille sa parole. Comment comprendre l'étonnement des Juifs qui se demandent comment ce Jésus peut donner sa chair à manger ? Il y a sans doute ici le procédé habituel de l'évangéliste qui se sert des quiproquos pour faire avancer la réflexion. Les Juifs ne peuvent pas comprendre l'intimité à laquelle Jésus les appelle. «Ils se refusent à dépendre radicalement, pour la vie éternelle, de ce Jésus qui leur parle, dépendance intolérable et même sacrilège pour qui ne connaît de sauveur que Dieu» (X. Léon-Dufour, *Lecture de l'Évangile selon saint Jean*, t.2, Seuil 1990, p.163).

Celui qui mange ma chair et boit mon sang a la vie éternelle. Et moi, je le ressusciterai au dernier jour.

Si l'assimilation des paroles de Jésus –qui sont les paroles du Père– nous unissent 7 à lui dans l'amour, alors nous vivons de Dieu, nous connaissons Dieu, au sens biblique de ce verbe qui signifie la connaissance intime que donne l'amour.

Jésus dira: *la vie éternelle c'est qu'ils te connaissent, toi et ton envoyé* (Jn 17,3).

Vivre et aimer comme Jésus, c'est vivre et aimer en union avec Dieu l'Éternel.

C'est être animé –au sens le plus fort de ce mot qui vient d'âme (la vie)–

de l'Esprit du Père qui est esprit *d'immortalité*.

Kabir, un disciple de Ramananda, qui vécut en Inde au 15^e siècle, a écrit ce récitatif:

«Ô Ami, espère en Lui pendant ta vie, connais pendant ta vie, comprends pendant ta vie, car dans la vie est la délivrance.

Si tu ne brises pas tes liens pendant ta vie, quel espoir de délivrance auras-tu dans la mort?

Si nous Le trouvons maintenant, nous Le trouverons ensuite.

Sinon nous ne ferons que demeurer dans la Cité de la Mort.

Si tu es uni à Lui dans le présent, tu le seras dans l'Éternité»

(cité dans Moreau, *De bouche à bouche*, Résiac 1977, p.113).

Cette vie en communion avec le Dieu Vivant,

Jésus l'assure à ses disciples pour maintenant et pour l'au-delà de la mort.

Mes brebis écoutent ma voix et je les connais...

et moi je leur donne la vie éternelle.

Elles ne périront jamais et personne ne pourra les arracher de ma main (Jn 10, 27-28).

Si le pain donné par Jésus est vraiment le pain *qui demeure*,

c'est que le lien avec Jésus nous conduit à la résurrection.

Et cette certitude d'être conduit à la résurrection par Jésus,

nous vient de sa victoire sur le mal et sur la mort spirituelle.

De cette victoire, la croix en est l'emblème.

Face aux reniements des siens, à la trahison de Judas, au rejet des chefs du peuple,

Jésus a vécu le jusqu'au bout de l'amour.

En lui ne se trouveront jamais ces germes de mort

que sont le ressentiment, la haine, la violence.

Ce qu'a écrit Jean Lacroix de l'amour traduit bien la pratique de Jésus:

«Aimer, c'est promettre et se promettre

de ne jamais utiliser les moyens de la violence envers ceux qu'on aime.»

En aimant jusqu'au bout, jusqu'au pardon, jusqu'à se livrer à la mort de la croix,

Jésus est devenu l'humain en qui ne se trouve aucun mal, aucun germe de mort.

Ressuscité par le Père, il est et sera pour toujours source de vie et d'amour

pour tous ceux qui l'accueillent dans leur vie.

Celui qui mange ma chair et boit mon sang a la vie éternelle.

Le couple «chair et sang» nous renvoie probablement à la fin tragique de Jésus:

au don de sa vie sur la croix.

Dans les sacrifices du Temple, l'expression «chair et sang» désigne la victime animale

qui est offerte: sa chair sera mangée et son sang versé sur l'autel.

Mais la victime offerte réunira, dans une même communion en Dieu,

ceux qui font cette offrande.

Ainsi sera la vie de Jésus: une offrande au Père

pour réunir dans l'unité tous les fils de Dieu dispersés (Jn 11,52).

8 Maurice Zundel disait que le mot-clé de l'Eucharistie était: ensemble.

«Notre Seigneur nous a donné rendez-vous en l'Eucharistie pour que nous venions ensemble, car s'il est toujours là, nous, nous ne sommes pas là. ...

L'Eucharistie a pour but de nous rendre présents au Seigneur,

de nous ouvrir à tous les trésors de grâce et d'amour dont son cœur est gonflé pour nous.

Il nous a donné rendez-vous à sa table, ensemble,

parce qu'il est l'œcuménisme vivant, parce qu'il est le grand rassembleur,

parce qu'aucune créature n'est exclue de son amour.

Nous ne pouvons le joindre comme il est qu'en essayant de nous rendre semblables à ce qu'il est» (*Retraite au Vatican*, inédit, p.117).

L'apôtre Paul pourra dire à propos du Repas eucharistique:

Toutes les fois que vous mangez ce pain et que vous buvez à cette coupe,

vous annoncez la mort du Seigneur, jusqu'à ce qu'il vienne (1Co 11,25).

Vous annoncez la mort du Seigneur... c'est-à-dire: vous vivez la mort du Christ

et vous l'accueillez dans votre vie afin que cette mort d'amour vous donne la vie

en vous permettant à votre tour d'aimer jusqu'au bout, comme Jésus.

Faire mémoire de lui, c'est aller jusque là: aimer jusqu'au pardon;

jusqu'au pardon de l'ennemi, soixante dix fois sept fois.

Voilà un entretien difficile...

Il le fut pour les Juifs contemporains de Jésus, il le demeure pour nous.

Il est le tableau de fond de toute eucharistie.

À la messe, le chrétien reçoit son Seigneur sous toutes les espèces:

celle du pain et celle de la Parole, comme l'écrivait Marcel Jousse

dans son livre *La manducation de la Parole*: «Dans cette synthèse [du pain et de la

Parole], nous avons ce qui était au début le tabernacle normal du Christianisme.

C'était la communion sous toutes les espèces. Vous avez desséché tout cela.

Vous faites faire la première Communion à vos enfants, faites-leur donc faire aussi

leur première Récitation de l'Évangile» (Gallimard, 1975, p.245).

Alors qu'on a pu nous dire autrefois qu'on «avait sa messe» si on arrivait à l'offertoire,

on comprendra, avec cette page d'Évangile, que la messe est tout autant la table

de la Parole que la table du Pain. Et qu'il ne faut jamais séparer l'une de l'autre.

Si l'évangile de Jean ne décrit pas le partage du pain lors du dernier Repas de Jésus,

nous trouvons, dans cet entretien de Capharnaüm, tout ce qui en explique le rite.

Un rite que les chrétiens se transmettent de génération en génération.

Heureux les invités au repas du Seigneur!

1. Pour les gens de la Bible, quel est le sens profond de «prendre un repas»?
2. Que signifie l'expression «manger la parole»? Comment cela peut-il se faire aujourd'hui?
3. Que signifie l'expression «chair et sang»?
4. Comment vivre l'Eucharistie aujourd'hui pour être fidèle au geste de Jésus?

rédaction: Georges Convert.

Ce texte est disponible sur le site internet du Relais Mont-Royal: relaismontroyal.org