

Pentecost of Year A 4/6/2017

Scripture reading: Acts 2: 1-11; Corinthians 12: 3-13; John 20:19-23.

Do you feel sad? lonely? scared? inadequate? What does the Bible say to us when we feel like this? It, as the Bible so often does, gives us a practical example, rather than a long explanation and advice. The Apostles after Jesus was no longer seen by them felt sad, lonely, scared and felt totally inadequate to do the work Jesus gave them to do.

First: they acknowledged their feelings of inadequacy etc.

Second: they prayed for help and strength and consolation.

Third: They received strength, light, warmth, consolation, and guidance from the Holy Spirit.

This scene is not just for 2000 years ago as an interesting event. It is written for us today.

As I get older, without the energy of youth, I have come to admit my limitations. I also have come to rely on the help and strength of the Holy Spirit. This makes life really interesting and enjoyable. Please try this way (even if you are young!)

In the second reading: “No one can say ‘Jesus is Lord’ without the help of Holy Spirit.” In the early Church “Jesus is my Lord” was the first declaration of faith. It is still the most basic and important part of our faith. It means (a) Jesus is my God; and (b) Jesus is my Lord and my Master. I trust Him and put my whole life in His hands. By ‘my whole life’, we mean our daily work, prayer, and events; also my future. Jesus as Lord is my gentle, loving and caring God. I can trust Him. ‘Into your hands, O Lord, I give my life’ (Psalm 31:5)

But I cannot say from my heart: ‘Jesus is my Lord’ without the help of the Holy Spirit. Let us pray: ‘Come! Holy Spirit!’

聖霊降臨 A年 2017年6月4日



「助け主である聖霊よ 弱いわたしたちを強めてください」

聖書朗読：使徒 2：1-11；コリント 12：3-13；ヨハネ 20：19-23

悲しいですか。さびしいですか。怖いですか。無力ですか。このように感じたときに、聖書は何といているのでしょうか。聖書は長い説明やアドバイスをするのではなく、具体的な例を示すことが良くあります。イエス様がもう見えなくなった後で、使徒たちは悲しく、さびしく、恐ろしく、イエス様が与えたことをするにはまったく無力に感じた。

第一に：無力な度々感じた。

第二に：助けと力と慰めを祈った。

第三に：聖霊から力、光、温かさ、慰めと導きを受けた。

この場面は 2000 年前の興味深い出来事だけではありません。今日の私たちのために書かれたのです。

年を取って若いエネルギーがなくなると、私は限界を認めるようになりました。聖霊の助けと力に頼るようにもなりました。これは人生を面白く楽しめるようにしてくれました。このやり方を試しましょう（若いと感じていても！）

第二朗読で：『聖霊の助けなしに』誰もイエスは神だと宣言できない」初代教会で「イエスは神だ」は最初の信仰宣言でした。それはまだ私たちの信仰の基本的で大切な部分です。それは(a)イエスは神であり、(b)イエスは私の主であり、私はしもべであることを意味します。私はイエス様を信頼し、御手に全生涯をゆだねます。「私の全生涯」は日常の仕事、祈り、出来事を意味します。私の将来も。主であるイエス様は優しく、愛に満ち、氣遣ってください。私はイエス様を信頼できます。「あなたの御手に、おお主よ、私は生涯をゆだねます」（詩編 31:5）

しかし、聖霊の助けなしに「イエス様は主だ」と心から言えません。「聖霊来りたまえ」と祈りましょう。

Trinity Sunday Year A 11/6/17

Scripture: Exodus 34:4-9; 2 Cor. 13:11-13; John 3:16-18

We Christians strongly believe that there is only one God. But within that one God there exists Father, Son and Holy Spirit. This revelation of the inner life and working of the one God we call a mystery. That is, we humans can not fully understand this mystery, but because God in Jesus has told us we believe it.

So today I would suggest you taste the mystery rather than try to understand it with your head. Actually, 'heart' is more important than 'head'.

First, a modern day parable. I know a family very well. There was at first the father, mother and 4 children. The happy family atmosphere was truly warm. Then the parents adopted a 2 year old child. He came to this family full of bruises on his body and he could not speak one word. If touched, he curled up into a ball. Father, mother and the 4 children really welcomed him into this warm family atmosphere and gradually the adopted child responded. After 6 months he smiled and spoke words. Gradually he grew up to be a happy mature man. He is now 30 with 2 children of his own. We are all adopted children- really loved.

When we are baptized the words said are: "I baptize you in the name of the Father, and of the Son and of the Holy Spirit". That means we are adopted and taken in to the warm family atmosphere of the Holy Trinity. So I strongly recommend that you taste that love. St. John in his Epistle says simply "God is love" (1 John 4:8)

In Paul's 1st letter to Timothy we read: "There is only one God, and there is only one mediator between God and mankind, himself a man, Christ Jesus" (1 Tim. 2:6). This means that Jesus as God who became human, prays for us before God the Father as our representative. The fruit of that prayer is that he sends upon us God the Holy Spirit who is our strength and consolation in this life. This may sound complicated! Rather than using your brain, in this, instead use your heart. Taste God's immense love for you. Then let us go out and share this love with others.

三位一体の主日 A年 2017年6月11日



「わたしは父と子と聖霊のみ名によって あなたに洗礼を授けます（洗礼の秘跡の文）」

聖書： 出エジプト 34:4-9； ニコリント 13:11-13； ヨハネ 3:16-18

私たちキリスト教信者は、唯一の神を強く信じています。でも、その唯一の神のうちに父と子と聖霊がいます。私たちは、唯一の神の内面的な生命と働きについてのこの啓示を、奥義と呼んでいます。私たち人間が、この奥義を十分理解することは難しいですが、イエス様のうちにある神からの教えによって、私たちはこれを信じています。

ですから今日は、この奥義を頭で理解するのではなく、味わってみましょう。実際、「心」は「あたま」より重要なのです。

まず、現代のたとえ話です。私のよく知っている家族の話です。お父さん、お母さん、そして4人の子供たちがいました。幸せな家族の雰囲気 genuinely 暖かでした。この両親が2才の子供を養子に迎えたのです。この子がこの家族のところに来たときは、体中に打撲傷があり、一言も話せず、触られると、胎児のように丸くなってしまうのでした。お父さん、お母さんと4人の子供たちが、あの暖かい家族の雰囲気の中に心から迎え入れたので、養子となった子も徐々に反応するようになりました。半年ほどたつと、微笑み、言葉を話すようになりました。彼は次第に成長し、幸せな大人になりました。今は30歳で二人の子供がいます。私たちは皆、同じように深く愛されている養子なのです。

洗礼を受けるときには、「父と子と聖霊の御名によって洗礼を授けます」という言葉が必ず唱えられます。つまり、私たちは、聖なる三位一体の暖かい家族の雰囲気の中に、養子として迎えられます。ですから、皆さん、ぜひ、この愛を味わってください。聖ヨハネは、書簡の中で一言「神は愛です」と述べています（一ヨハネ4：8）。

パウロのティモテへの第一の手紙には、「神は唯一であり、人となったイエス・キリストが神と人とを結ぶ唯一の仲介者なのです」とあります（一ティモテ2：6）。つまり、神であるイエス様が人となり、父なる神よりも前に、私たちに代わって祈ってくださるのです。この祈りによって、私たちに聖霊が遣わされ、この人生に力と励ましと慰めがもたらされます。とても、ややこしいですね！あたまを使うのではなく、心を使って感じましょう。神からあなたへの限りない愛を味わってください。そして、この愛を他の人たちと分かち合いましょう。

Scripture reading: Deut. 8: 2-16; Psalm 147; Cor. 10: 16-17; John 6:51-58.

Since the first days of Church until now, Christians have gathered on Sunday for the Sacred Meal. This Sacred Meal, which today we call "The Mass" was first celebrated by Jesus himself at the Last Supper. Jesus said at this Last Supper: "This bread is my Body, this wine is my Blood"; note well that Jesus said: "Do this in memory of me". This means: "Continue this ceremony".

Consider this: Mass has been celebrated every Sunday for almost 2000 years, and for each of us countless times in our lives! Has this constant routine dulled the deep meaning of the Mass for us?

In our Mass Jesus speaks to us in a living voice when the Scriptures are read in Church. (Vatican Council 2; Liturgy #7)

And by the power of God (Jesus) himself bread is changed into his Body (i.e., Jesus his true self), and wine is changed into his Blood (i.e., Jesus' Life).

Jesus deliberately choose bread because bread as food given energy. We must have ordinary food to keep alive and healthy. This Sacred food, Jesus's Body, keep us alive and healthy to walk the Path of Jesus during our life.

In this sacred meal we become one with Jesus. And because we all receive the same Jesus, we become one with each other.

It is Jesus who invites us to have a companion-ship meal with him. By going up to receive Holy Communion we reply to the invitation of Jesus. (Refer to, and read Revelation 3:20)

These are many aspects to Holy Communion. Today I have chosen 2 – strength for life's faith journey and a warm relationship with Jesus. Let us share these wonderful gifts with others.



「イエスの食卓に招かれたものは幸い」

聖書朗読：申命記 8：2-16；詩編 147；コリント 10：16-17；ヨハネ 6：51-58.

初代教会から今日にいたるまで、クリスチャンは日曜日に聖なる食事のために集まってきました。この聖なる食事を今日では「ミサ」と呼び、最初イエスご自身が最後の晩餐で最初に祝われました。イエスは最後の晩餐で、「このパンは私の体、この葡萄酒は私の血である」とおっしゃいました。「これを私の記念として行いなさい」とおっしゃったことをしかり心にきざみましよう。これは「この儀式を続けなさい」という意味です。

ミサは毎日曜日に約 2000 年間祝われ、それは私たちそれぞれの生涯で数えきれない回数になります。この習慣（なれ）がミサの意味をつまらないものにしているませんか。

ミサの中で聖書が読まれるとき、イエス様は生きている声で私たちに話しかけられます。（第 2 バチカン公会議、典礼憲章 #7）

そして神（イエス）ご自身の力によって、パンが御体（つまり、本当のイエス様自身）に変わり、葡萄酒が御血（つまり、イエス様の命）に変わります。

イエス様は慎重にパンを選びました。パンはエネルギーを与える食べ物だからです。生きて健康であるために、私たちは普通の食べ物が必要です。この聖なる食べ物、イエス様の体は我々の生涯を生かし、イエス様の道を健康に歩かせてくれます。

この聖なる食べ物で、我々はイエス様と一つになります。誰もが同じイエス様をいただくことで、我々は互いに一つになります。

イエス様との友情に満ちた食事に招かれたのはイエス様です。ご聖体を受けに行くことで、イエス様の招きに答えます。（黙示録 3：20 参照）

これはご聖体の多くの面のうち、私が選んで 2 つです：生涯の信仰の旅の力とイエス様との親しい交わり。このすばらしい贈り物をほかの人と分かち合いましよう。

12th Sunday of Year A 25/6/17

Scripture: Jeremiah 20:10-13; Psalm 69; Matthew 10:26-33

I write the following words for anyone who is experiencing deep suffering. Are you desperately lonely? Feel betrayed? Sick? Worried about your future? Do you have a fear of death? Do you feel utterly desolate? And of course, so many other afflictions?

What does the Bible say to do in these circumstances? Today's scriptures tell us pray. And moreover tell us how to pray.

These are 3 steps to the prayer of a suffering person as set out in the Bible. We see this kind of prayer in Jeremiah in today's reading; in another place Hannah's prayer, and the prayer of Jesus in his agony in the Garden of Gethsemane.

1st step: Describe in detail your suffering to Jesus, our God. This is not a psychological exercise! It is saying to God: "Here I am. I am suffering." Step 1 should be short! Otherwise we will start pitying ourselves. Avoid self-pitying and comparing yourself to others.

2nd step: Consciously call to mind the fact that God loves you. Confidence in God can really exist in the midst of suffering. God knows where each small sparrow flies. God knows you very intimately. God knows the number of hairs on your head. These are concrete examples to emphasize that God cares for each of us. We are 'precious in God's eyes and He loves us'(Isaiah 43:4-5). God calls me by own name, and says "Fear not because I am with you." This second step takes the most time. Pour out your request to God.

3rd step: Now this is interesting! In this Biblical way of praying we thank God immediately! Yes, even before any result! There will be a result in some way. So often, the result will be strength to endure the suffering. We get courage. Confidence in a gentle God who cares for me pervades our whole prayer. "Let us learn to know the Lord. That he will come is as sure as the dawn"(Hosea 6:3). Let us help others who have fears.

年間第 12 主日 A 年 2017 年 6 月 25 日



「恐れるな わたしはあなたと共にいる」

聖書朗読：エレミア 20:10-13；詩篇 69；マタイ 10:26-33

私は、深い苦しみの中にいるすべての人に対し、次のことをお伝えします。孤独でしょうか？裏切られたと感じているのでしょうか？病気？将来への不安？死への恐怖？心細い気持ち？この他にもたくさんの苦しみがあります。

このような状況の時、聖書は何を教えてくれるのでしょうか。今日の聖書朗読では、祈るようにと告げられています。さらに祈り方を教えてくれています。

聖書の中では、苦しんでいる人の祈り方として3つの歩みが示されています。今日のエレミア書の朗読にその例があります。他には、母ハンナの祈り（サムエル記上1章）、ゲッセマネの園でのイエスの苦悩の中での祈りがあります。

ステップ1：神であるイエスに、苦悩を詳細に伝えましょう。これは心理学的な行いではありません。神様は、「私は共にいて、苦しんでいる。」と言われます。ステップ1は短時間に行いましょう。そうしないと、自己憐憫に走ってしまいます。自己憐憫と他者との比較は避けなければいけません。

ステップ2：神様はあなたを愛しておられるという事実を意識して心に留めましょう。苦しみのさなかでも、神様への信頼は現実には沸き起こります。神様は1羽ごとにスズメがどこを飛んでいるのかをご存知です。神様はあなたのことをよくご存じです。頭の髪の毛の数までご存じです。これらのことは、神様は私たちすべてに心を配られるということを表す具体例です。「わたしの目にはあなたは値高く、貴く わたしはあなたを愛する」（イザヤ書43：4-5）。神様はわたしたちを名前と呼ばれ、そして「恐れるな、わたしはあなたと共にいる」と言われます。ステップ2に多くの時間をかけましょう。神様にたくさんのお願いをしましょう。

ステップ3：ステップ3は興味深いものです。聖書による祈りの中で、直接神様に感謝の気持ちを伝えましょう。そうです。答えが得られる前にです。何らかの答えがそのうち示されます。多くの場合、その答えは苦難を耐え忍ぶ力を与えてくれます。勇気が与えられます。私たちに心を配る優しい神様のうちに、祈りの全てに信頼が広がっていきます。

「我々は主を知ろう。主は曙の光のように必ず現れる」（ホセア書6：3）。恐れを抱いている人々を助けましょう。