

## TRINITY Sunday (A) 07/06/2020

Scripture : Exodus 34:4-9 ; 2Corinth13:11-13 ; John3:16-18

The State of Emergency and strict 'STAY HOME' has been lifted. However infected cases are still with us. We still feel unease and worry! We are living in an unsettled atmosphere! Saint Peter in Scripture tells us: "Unload your worries on the Lord. He will look after you." (1 Peter 5:7)

But what is God like? Is God really interested in my worries? Will God listen to my prayer to protect me?

This Sunday's Bible readings tell us that we can go to our God with confidence. God loves us humans and understands our weakness.

In the first reading(Exodus 34:4-9) the chosen people had abandoned the true God. They were adoring a golden calf as their god. Moses goes up Mount Sinai a second time to plead with God, asking God to forgive the guilty people. What kind of a God does Moses meet? (This answer is important to us today.)

"THE LORD GOD. MERCIFUL AND GRACIOUS, SLOW TO ANGER, AND RICH IN KINDNESS AND FIDELITY" (Exodus 34:6). Our God is the same today. We can go to our God with our problems confident and relaxed.

We believe strongly that there is only one true God. However within that one God there exists Father, Son and Holy Spirit. This is the inner life of God and we mere humans cannot grasp the mystery. But do not run away from mystery! Let us taste what the mystery means. The Trinity means love for us.

The gentle Father loves us so much that he sent his Son, Jesus into our world to be close to us (John 3:16). Jesus is the self-portrait of God. In the Gospels we see Jesus listening to the requests of those in need. Our God is so gentle. The Holy Spirit stands beside us to give strength, guidance and consolation.

Let us take time in quiet prayer this week. Let us ponder this:I am living each day in the love of my God-Father, Son and Holy Spirit.

As God's representatives in our society, let us show and share this love with others.



「〇〇（氏名）わたしは父と子と聖霊にみ名によってあなたに洗礼を授けます」

聖書：出エジプト記 34：4-9 コリントの教会への手紙（2）13：11-13 ヨハネ 3：16-18

緊急事態宣言と厳しい「ステイホーム」は解除されました。しかし私達はまだ感染するかも知れない状態の中にあります。私達はまだ不安と恐れを感じています。そして落ち着かない雰囲気の中に暮らしています。聖ペテロは聖書の中でこのように言っています。「思い煩いは、何もかも神にお任せしなさい。神があなた方のことを心にかけていて下さるからです。」（ペテロの手紙（1）5章7節）

しかし、神様はどのような方でしょうか？神様は私達の恐れを本当に気にかけて下さるでしょうか？神様は、私を守って下さいという私の祈りを聞いて下さるでしょうか？

今日の主日の聖書朗読は、私達が信頼をもって私達の神のもとへ行くことができるということを告げています。神様は私達人間を愛し、私達の弱さを理解していらっしゃいます。

第一朗読（出エジプト記 34章4節-9節）では、選ばれた民は真実の神から離れていました。彼らは自分達の神として、黄金の子牛を拝んでいたのです。モーゼはシナイ山へ二度登って、神様に罪深い民を赦して下さいるように懇願しました。その時、モーゼはどのような神様に会ったのでしょうか？（この宣言は今も私達にとって重要です）

「主である神、憐み深く恵みに富む神、忍耐強く、慈しみと誠に満ちたもの」（出エジプト記 34章6節）私達の神様は現在も同じです。私達は思い煩いを抱えながらも、信頼し安心して神様のもとへ行くことができます。

私達は、唯一の真実の神様がいらっしゃることを強く信じています。しかしこの唯一の神様のうちには、父、子、聖霊が存在しています。これは神様の内なる生命なのです。そして単なる人間である私達にはこの奥義を理解することはできません。しかしこの神秘から逃げないでください！この神秘が何を意味するかを味わいましょう。この三位一体は私達への愛を意味しているのです。

優しい父なる神は、私達を深く愛すが故に、私達と親しくなるために息子であるイエス様を私達の世界に送って下さいました。（ヨハネ福音書 3章16節）イエス様は神様の自画像なのです。福音書の中で、私達は必要な時に人々の願いを聴くイエス様の姿をみることができます。私達の神様はそれほどに優しい方なのです。聖霊は、私達の傍にいて、私達に力を与え、導き、そして慰めを与えてくれます。

これからの1週間、私達は静かな祈りの時を持ちましょう。

そして、「自分が日々神様の愛、父と子と聖霊という神様の愛の中に生きている」ということに思い巡らしましょう。

私達の社会の中で、神様の代弁者として、この愛を他の人々に示し、分かち合うようにしましょう。

## The Body of Christ Year A 14/6/2020

Scripture: Deut.8:2-16; Psalm135; ut.8:2-16; Psalm135;1 Corint.10:16-17; John6:51-58

Recently I read this : The Maryknoll missionary in China, Bishop James Walsh was arrested by Mao Tse Tung's police and served 12 long years in solitary confinement. We recently have had just a STAY HOME request! Bishop Walsh had a small, dark, uncomforted cell. During that time he thought the nearest Blessed-Sacrament was in Japan, so he faced Japan and prayed to Jesus.

We hear words at Mass:"This is Jesus Christ! Happy are we who are called to his supper." Let us ponder today just how happy, flooded with graces, and privileged we are. We meet and unite to Jesus himself in Holy Communion. We have a meal of friends with Jesus himself. (Remember, a meal with God in the Bible means intimate fellowship with God and with each other.)

In today's reading the Jews recall how, many years before, God cared for them when they were starving in the desert. God sent 'mana'. This gave them energy and hope. Jesus gives us sacred bread. This bread is Jesus himself body and blood. We receive energy, hope and encouragement for life.

In the Gospel Jesus tells us we must eat his body and drink his blood. This, on first reading, sounds gross. Are we cannibals?! Never! Jesus gives us his very self under the appearance of food and drink. In our ordinary life we need food and drink for our lives. We eat foods and it gives us energy, life, vitality. The sacred food of the Eucharist gives us spiritual energy so that we can walk life's journey with Christ with joy, hope and strength.

Indeed, happy are we who are called to his supper.



「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；詩篇 135；1 コリント 10：16-17；ヨハネ 6：51-58

最近読んだ話です。メリノール会の宣教師である中国のジェームズ・ウォルシュ司教は毛沢東の時代、警察に逮捕され、12 年間独房に監禁されました。

(私たちも最近「ステイホーム」の要請を経験しましたね)

ウォルシュ司教は狭くて暗く不快な独房に入れられていましたが、一番近くの「祝別された秘跡」は日本にある「ご聖体」だと推測し、日本の方角を向いてイエス様に祈りました。

私たちはごミサで「イエスの食卓に招かれたものは幸い」ということばを聞きます。私たちが、いかに幸せで恵みに満ち溢れ、特権を与えられた者であるか思い巡らせましょう。私たちは聖体拝領によってイエス様に会い、一つになります。私たちはイエス様ご自身と食卓を共にしているのです。

(聖書の中で神様と「食事」をするということは神様との「親しい交わり」を意味します) 第一朗読の中でユダヤ人は、はるか昔、彼らが荒れ野で飢えていた時に、神様がどうやって彼らを養ってくださったかを思い起こしています。神様は「マナ」を送ってくださいました。「マナ」は彼らにエネルギー(活力)と希望を与えました。イエス様は私たちに「聖なるパン」をお与えになります。この「パン」はイエス様ご自身の御からだと御血で、私たちは「聖なるパン」によって、

生きるためのエネルギーと希望そして励ましが与えられます。

福音でイエス様は「人の子の肉を食べ、その血を飲まなければ、あなたたちの内に命はない」と話されます。文字通り読むと、ひどい話です。私たちは人食い人種ですか!? とんでもない!

イエス様は、肉(食べ物)と血(飲み物)の姿で、私たちにご自身を与えてくださるのです。私たちの日々の暮らしには食べ物と飲み物が必要であり、私たちはそれらからエネルギー、命、活力を得ています。「ご聖体」という神聖な食べ物は、私たちに霊的なエネルギーを与え、私たちは喜びと希望、力を頂いてキリストと共に人生の旅路を歩むことができるのです。

まさに「イエスの食卓に招かれたものは幸い」

## 12th Sunday of Year A 21/6/20

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

Jeremiah, a character of the Old Testament, is a most interesting person. He was God's prophet yet a man who was timid. He felt a lot of fear. In spite of this fear, he showed courage.

Jesus in today's Gospel tells us 3 times "Fear not."

Today, let us look at "fear". Fear is normal for us humans. Fear is not necessarily bad. It warns us of danger. But fear can cause us to do nothing, or run away from our problem. Then it becomes cowardice! Cowardice is not good.

If we face our true self, we all have fears of some sort. The disciples of Jesus, as fishermen, feared going to unknown and distant towns to speak about Jesus. But we all have fears of the corona-virus infection, of sickness, of death, of loneliness etc. We may worry that our savings will not be enough with inflation.

Jesus, our God, who gave up his God-glory, because truly, truly human. Jesus experienced deep fear in the Garden of Gethsemane. Jesus prayed: "Abba, my Father, take this suffering away from me..... but your will be done." ( Mark 14:36)

Jesus shows how our human fear can lead to trust in God. To trust God is a gift from God; so we pray for that gift. Here are 3 steps in this request for the gift of trust:

STEP#1. Face Jesus, and before Jesus name your fear honestly. This step is short. Do not go into self-pity or comparing self-with others.

STEP#2. This step is most important. Slowly ponder how God loves us, and calls us by name. God wants our happiness. Jesus tells us that God looks after a small sparrow, and that we humans are far more important. God knows us well-even the number of hairs on your head! Jesus says to us:

"Fear not, I am with you." and "Come to me, if you are tired and worried, I will refresh you." With Jesus at our side giving us courage let us face our fears with trust and hope.

STEP#3. Offer Jesus your words of trust and gratitude. Pray with Jesus: "...., not my will, but your will be done, my Father God."

And let us share our peace and trust with others by giving them encouragement.



「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

旧約聖書に登場するエレミアは非常に興味深い人物です。気は小さいのですが神様の預言者でした。いろんなことに恐れていました。しかし恐怖心にも拘わらず、勇気を見せました。

今日の福音書でイエスは「恐れるな」と3回言っています。

今、自分の”恐れ”を見つめましょう。恐れることは人間の自然な状態です。恐怖は必ずしも悪いものではありません。危険を警戒します。しかし、恐怖は私たちの動きを止めたり、問題から逃げるようにしてしまいます。臆病になります。臆病は良くないです。

自分の本当の姿を見るなら、誰でも何らかの恐怖を持っていることがわかります。漁師だったイエスの弟子たちは、イエスのことを話すために、知らない遠い土地に行くことを恐れていました。わたしたちも同じです。皆、新型コロナウイルスの感染、病気、死、孤独などを恐れています。物価が上がって貯金がなくなるのではないかと心配している人もいます。

わたしたちの神であるイエスは、神の栄光を捨て本当の人間になりました。イエスはゲッセマネの園で深い恐怖を感じました。イエスは祈ります。「アッバ、父よ、この苦しみを取り除いて下さい。しかし御心に適うことが行われますように（マルコ 14：36）」

イエスは、わたしたち人間の恐怖を神への信頼に導く方法を示してくれました。神様を信頼することは神様がくれた贈り物です。ですからその贈り物を求めて祈りましょう。信頼という贈り物を求める3つのステップを示します。

ステップ1：イエスに向かいそして自分の恐れを正直に打ち明けましょう。このステップは短くします。自己憐憫や他の人との比較はやめましょう。

ステップ2：このステップがもっとも大切です。神様がわたしたちをどのように愛してくださるか、また名前を呼んでいるかを、ゆっくりと思い巡らしましょう。神様はわたしたちの幸せを望まれています。神様は小さなスズメにまで気をかけているし、わたしたち人間をずっと大切に思っていることをイエスは教えています。神様は髪の毛の数を知っているくらい私たちをよくご存知です。イエスは言います。「恐れるな。私はあなたと共にいる。」

「疲れて重荷を負っているものは私のもとに来なさい。休ませてあげよう。」私たちと共にいるイエスは勇気を与えてくださいます。だから信頼と希望を持って自分の恐怖と向き合いましょう。

ステップ3：自分の言葉で信頼と感謝の気持ちをイエスに伝えましょう。イエスと一緒に祈りましょう。「私の思いでなく、父である神の御心が行われますように」

平和と信頼を、励ましを与えることで、他の人と分かち合いましょう。

## 13th Sunday yearA 28/6/20

Scripture: 2 Kings 4:8-16; Psalm 89; Matthew 10:37-42

Today's Gospel has 2 sections. The first theme is, following Jesus. We are challenged to make Jesus as the centre of our daily lives. If we put Jesus as 'Number One', the love we have for Jesus will overflow into our love for mother, father and children. To make Jesus number one, we keep in contact with him through prayer. We are called to carry our cross. 'Cross' is our sufferings, hurts, inconveniences. It is important that we carry our sufferings etc with Jesus. We are never alone. Jesus is our fellow traveller who gives strength and encouragement.

The second half of the Gospel is about warm hospitality. This message of Jesus is particularly important in this time of the corona-virus. Does social distance, 'stay home', wearing of masks and fear of infection make us self-centred? In this short scripture passage Jesus uses the verb 'welcome' 6 times. The challenge is: do we welcome people as they are? (not, as we would like them to be!)? I feel that to truly be a follower of Jesus in this infection crisis, that while keeping our physical distance we need to be especially warm, close and welcoming. Let us have a closeness of hearts. This crisis time is so lonely for many. Do we show warmth of heart by a smile, or a telephone call of warm hospitality? God will reward us if we do this.

We were baptized into the warm hospitality of our God, Father, Son and Holy Spirit. Let us realize that we are wrapped in love, and so let us share this love and warmth with others.

Jesus calls on us to give to the 'little ones' a cup of cold water. The 'little ones' are the lonely, strangers, homeless, the bullied the outsider etc. 'Cold water' is a symbol of our gift to the little ones. Jesus tells us: "God will most certainly reward you."



「あたたかいもてなしは キリスト信者の特徴です 私は？」

聖書朗読： 列王記下 4：8-16； 詩篇 89； マタイ 10：37-42

今日の福音書には2つのテーマがあります。一つ目のテーマは、イエスに従うことです。私たちは、イエスを日々の生活の中心に据えるよう求められています。イエスを「ナンバーワン」にすれば、私たちのイエスへの愛は、母への愛、父への愛、子供たちへの愛へと溢れていきます。祈りを重ねてイエスと交わることで、イエスがナンバーワンとなります。私たちは十字架を背負うように召されています。十字架とは、私たちの苦しみ、痛み、不自由さのことです。大切なのは、私たちが苦しみを背負う時、イエスと一緒にということです。私たちは決して一人ではありません。イエスは私たちの旅の仲間であり、力と励ましを与えてくださる方なのです。

福音書の後半は、温かいもてなしについてのメッセージです。このイエスのメッセージは、コロナウイルスが流行しているこの時代には特に重要です。お互いに距離を取ること、「ステイホーム（家に留まる）」、マスクの着用、感染への恐れ、これらで私たちは自己中心的になっていないでしょうか？この短い聖句の中で、イエスは「歓迎する」という動詞を6回使っています。課題は、私たちが人々を（私たちがあってほしい姿としてではなく）ありのままに歓迎しているかどうかです。この感染症の危機の中で真にイエスに従う者となるためには、物理的な距離を保ちながらも、特に暖かく、親しく、歓迎する必要があると感じています。心の距離を縮めていきましょう。この危機的な時期、多くの人はとても孤独です。私たちは、笑顔や電話で温かいもてなしの心を示すことができるでしょうか？そのようにできれば、神様は私たちに報いてくださいます。

私たちは、父と子と聖霊の神の温かいもてなしに浸されて、洗礼を受けました。私たちが愛に包まれていることを自覚し、この愛と暖かさを他の人と分かち合おうではありませんか。

イエスは、「小さな者」に冷たい水を与えるよう私たちに呼びかけています。「小さな者」とは、孤独な人、見知らぬ人、ホームレス、いじめられている人、よそ者などです。「冷たい水」は、小さな者への贈り物の象徴です。「神は必ず報いてくださる」ーイエスはそう私たちに語りかけています。