

18th Sunday year B 1/8/21

Scripture: Exodus14:2-15; Psalm78; Ephes.4:17-24; John6.24-35

In today's first Scripture reading, from Exodus, the Jews of ancient times escape from being slaves in Egypt. They enter the desert and start complaining to God and Moses. "We are dying of hunger!" God who had freed them, in his kindness, now gives them food. This is a white substance that they had not seen before. The Jews say: "What is it?" in the language of Jews they say "Mana?". The reply of Moses is "God himself gives us this food for life and energy".

Remember in the history of Japan there have been 3 massive famines, when the rice crops failed. Many died. Do we today in Japan take our daily food for granted? We pray in the Lord's Prayer: "Give us this day our daily bread". Before we eat a meal, let us pause and say: "What is it?" basically our food is a gift of God who gives life to plants etc. "Fruit of the earth and work of human hands". Grace before a meal has meaning Gratitude to God, for food that gives us life and energy.

That is food for the body. But God, through Jesus also gives us food for our hearts. Let us stop and think! Let us quieten the distractions and static in our hearts. Then we realize that we have deep hopes, dreams and yearnings. Only God can satisfy these deep yearnings. Success in this world, or riches as high as a mountain can never really satisfy us. Only God can fully satisfy the heart. Do we have an aimless kind of life that St. Paul mentions in the 2<sup>nd</sup> Scripture reading?

In today's Gospel, Jesus tells that the Eucharist will give us life and energy. Jesus-Risen says in a living Voice to each of us: "I am the bread of life. The one who come to me will never be hungry and the one who believes in me will never thirst".

These words of Jesus to each of us are truly amazing! What does Jesus mean? Jesus as God satisfies the hopes, and yearnings, the hunger and thirst of our hearts. We are indeed privileged!

Happy are we who are called to his table.

Let us share the great gifts of Jesus with others.

「私のもとに来る者は  
決して飢えることがない」



聖書：出エジプト記 14：2-15；詩篇 78；エフェソ 4：17-24；ヨハネ 6. 24-35

今日の第 1 朗読、出エジプト記では、大昔ユダヤ人がエジプトでの奴隷状態から逃れたことが書かれています。ユダヤ人たちは、荒れ野に入ると早速、神とモーゼに不満をぶつけます。「私たちは飢え死にしそうです！」

彼らを解放してくださった神は、慈しみをもって彼らに食物を与えます。それは彼らが見たことのない白い物でした。「これはいったい何だろう？」ユダヤ人の言葉では「マンナ？」です。モーセは答えます。「これは、神ご自身が与えてくださった、命と活力の食べ物。」

日本の歴史の中で、お米の不作のために 3 回、大飢饉が起きたことを思い出しましょう。大勢の人々が亡くなりました。今の日本で毎日の食事ができることを当たり前だと思いませんか？「主の祈り」で「私たちの日ごとの糧を、今日もお与えください」と祈ります。食事の前に、静止のときを持ち「これは何だろう」と考えましょう。基本的に私たちの食べ物は、植物などを創られた神様からの賜物です。「大地の恵み、労働の実り」（ミサでの）供え物の準備の祈りは、私たちに生命とエネルギーを与える食べ物に対する、神への感謝を意味します。

これは体のための食べ物です。しかし神様は、イエス様をとおして私たちの心に食物を与えてくださいます。立ち止まり、黙想しましょう！沈黙のうちに心を静めましょう。そうすると自分の中に深い望み、夢そして憧れがあることに気づきます。神様だけがこれらの深い憧れ（思慕）を満たすことができになります。この世界での成功、山のような富は、私たちを本当に満足させることはできません。神様だけが私たちの心を完全に満たしてくださるのです。聖パウロが第 2 朗読で語られるように「愚かな考えに従って」無目的な人生を歩んでいませんか？

今日の福音でイエスは、ご聖体（命のパン）が私たちに命と活力を与えられます。復活されたイエスは私たち 1 人ひとりに生きている声でこう言われます。「わたしのもとに来る者は決して飢えることがなく、わたしを信じる者は決して渴くことがない。」

私たち 1 人ひとりへの、イエスのこの言葉は本当に素晴らしいです！この言葉をとおして、イエスはどういうことを言っておられるのでしょうか？神様であるイエスは、私たちの心の希望と憧れ、飢えと渴きを満たしてくださる、ということです。私たちは、本当に、特別に恵まれた者なのです！

「イエスの食卓に招かれた者は幸い」

イエスからの、この素晴らしい賜物を他の人と分かち合いましょう。

19th Sunday year B 8/8/21

Scripture : 1Kings19:4-8; Psalm:34; Ephesus4:30-5:2; John6:41-51

In the first scripture reading(1Kings19) we meet Elijah. He was a prophet in the Old Testament. He lived in the 9th century B.C. and was God's spokesman in the norther kingdom, Israel. The queen of Israel was Jezabel. She hated Elijah and planned to kill him. Elijah escaped into the desert. This was a long, long journey. Elijah was exhausted, hungry, and on top of this, he was discouraged. He said to God: "O Lord, I have had enough! It is better if I die." But God sent an angel with food. It was a hot scone baked on stones. From this food Elijah received strength and energy and also he was encouraged. He continued his journey to the end and safety. It took 40 more days.

This scene in the Old Testament foreshadows Jesus giving himself as the bread of life in Holy Communion. Jesus in Holy Communion gives us strength, energy + encouragement.

In today's Gospel Jesus says: "I am the bread that comes down from Heaven." The people of that time said: "We cannot believe you!" Then Jesus tells them us and that we need the inspiration of God, the Father to believe. Faith is a gift. God gives this gift generously – we need to co-operate.

In giving us the Sacrament of Holy Communion Jesus chooses to enter bread (i.e. food). There is a very big sign just past Kozu station which says: "RICE IS STRENGTH". In Jesus'time it would have been "BREAD IS STRENGTH". Food gives us strength, nourishment, energy and health. The spiritual food which Jesus gives us in Holy Communion gives us spiritual health, energy, nourishment and health. Jesus also gives us encouragement. We vitally need the help Jesus gives us to walk the path he has shown us. Receive Holy Communion, ask for that help. Tell Jesus we need his help very much. And let us rely on that help. Remember! We never, never walk the path of life alone.

In this State of Emergency with this corona crisis, so many cannot attend Mass and receive Holy Communion. There is a custom in the Church called "Spiritual Communion." The prayer is like this: "O Lord Jesus, I cannot receive the Sacrament of Holy Communion, but by your divine power come spiritually into my heart and dwell there. Amen"

「聖なるパン 御聖体は 心の力だ」



聖書：列王記上 19：4-8 詩篇 34 エフェソの教会への手紙 4：30-5：2 ヨハネ 6：41-51

第一朗読（列王記上 19 章）で私たちはエリヤに出会います。彼は旧約聖書における預言者です。彼は紀元前 9 世紀に生きた人で、北イスラエル王国における神の代弁者でした。その時のイスラエルの王妃はイゼベルでした。彼女はエリヤを嫌い、彼を殺そうと企てました。彼は荒れ野に逃げました。それは長い長い旅でした。エリヤは疲れ切って腹を空かせ、そして希望も失いました。彼は神様に向かって言いました。「おお、主よ、もう十分です、私の命を取ってください。」しかし、神様は、食べ物を携えた一人の天使を送りました。それは焼き石で焼いたパン菓子でした。この食べ物によってエリヤは力とエネルギーを受けると同時に、勇気をもまた得ることが出来ました。そして彼は最後まで安全に彼の旅路を続けました。それは 40 日にも及びました。

この旧約聖書の場面は、イエス様が命のパンとしてご聖体においてご自身を与えることをあらかじめ示しています。イエス様は、ご聖体において私たちに力とエネルギー、加えて勇気をも与えてくださっています。

今日の福音の中でイエス様は「私は天から降ってきたパンである。」とおっしゃっています。人々はその時「私たちはあなたを信じることはできない。」と言いました。するとイエス様は、信じる父である神様からの霊が私たちには必要であることを語られます。信仰はお恵みです。神様は惜しみなくこの恵を与えてくださっています。－私たちは協力しなければいけません。

イエス様はご聖体の秘跡を与えることにおいて、あえてパン（例えば食物）の中に入ることを選ばれました。国府津駅を丁度過ぎる時に「米は力だ」と書いてある大きな看板があります。イエス様の時代には「パンは力だ」ということになるでしょう。食べ物は私たちに力と栄養、エネルギーと健康をもたらしてくれます。イエス様がご聖体において与えてくださる霊的な食物は、私たちに霊的なエネルギー、栄養、そして身体的な健康をも与えてくれます。私たちは彼が示してくださった道を歩むために、イエス様が与えてくださる助けが絶対に必要です。ご聖体を戴いて、その助けを頼みましょう。イエス様に私たちが彼の助けをたくさん必要としていることを話しましょう。そして、その助けに信頼しましょう。忘れないでください！私たちは、絶対に、絶対に一人で人生の旅路を歩んでいるのではありません。

このコロナ感染の緊急事態においては、たくさんの方々がミサにも参加できず、ご聖体も受けられないでいます。しかし、教会には「霊的聖体拝領」と言われる習慣があります。その祈りはこのようなものです。

「おお、主、イエスよ、私はご聖体の秘跡を受けることができません。しかし、あなたの神聖な力によって霊的に私の心に入ってそこに留まってくださいますように。アーメン」

## Mary' Assumption year B 15/8/21

Scripture: Revelation 11:19,12:1-10; Psalm 45; 1Cor. 15:20-27; Luke 1:39-56

In the Preface of the feast of Mary's Assumption we read that the Assumption is a 'sure sign and comfort' to us a pilgrim people. Yes, this feast day is to honour Mary, but its purpose is also to remind us that our purpose in this life is to safely arrive at Heaven's gate.

We are united to Jesus who died and then rose from the dead, then re-entered Heaven. United to Jesus this is also our destiny. Mary is the first-fruit of her Son's Resurrection. Imagine this: Jesus is at the gate of Heaven, he welcomes his mother, his apostles, then in a long procession those who have died, right to our own time. We are now preparing to be a member in that very important procession! Let us ask ourselves: how is my preparation going?

Death is not the end of being alive- it is just a new beautiful beginning of eternal life of happiness. So it is that we pray: "Holy Mary, Mother of God, pray for us sinners, now, and at the hour of our death, Amen"

The best way to honour Mary is to follow her example. Mary trusted God in times of major sufferings. Mary was kind and thoughtful to others, as we see in today's Gospel (Luke 1:39-46). After consenting to become the Mother of Jesus, Mary did not think of her own convenience or the fact that she was busy. Mary bravely set out on a long journey to help her aged pregnant cousin, Elizabeth. In the concrete, how can we encourage others in the corona-era? By letters? By phone? And by praying for others.

After her Son's Ascension Mary prayed with the community that was the young church and the Holy Spirit came down on them all to strengthen them to be witnesses to God's love. Mary still prays with us. "Holy Mary, pray for us sinners, now and the hour of our death, Amen."

Postscript: August 15 is also O-bon, and for those who died this year nii-bon: new-bon. In Christian belief do the souls of the dead return to visit us? In fact, we believe that those who have died are still close to us. We pray for them, and we can talk to them. We can say 'thank you', or if there was something missing while they were on this earth, we can now say: "Sorry."

In the funeral Mass the Church's liturgy says: "Death does not cut us off from our relationship with our dead." This is what we proclaim in the ancient statement of faith: we believe in 'the communion of saints'. 'Saints' here means the living and dead have a connection. The Bible tells us that it is 'a holy and wholesome thought to pray for the dead. (2 Maccabees 12:43) Our Japanese Bishops have said: "Many Japanese rituals for the

dead are derived from their respect towards ancestors. Therefore, they have much in common with the commemoration of the dead of the Catholic Church which has been observed since ancient times.” We pray that the Good Shepherd, Jesus will guide all souls to the eternal flock in Heaven.

聖母の被昇天 B 年 2021 年 8 月 15 日



「神の母聖マリア 罪深いわたしたちのために  
今も死を迎える時も 祈ってください」

聖書：黙示録 11：19、12：1-10； 詩篇 45； 1 コリント 15：20-27； ルカ 1：39-56

マリアの被昇天の祝日の序文に、被昇天は巡礼者である私たちにとって「確かなしるしと慰め」とであると書かれています。この祭日はマリアを称えるためですが、この世で生きる目的が無事に天国の門にたどり着くことであることを私たちに思い出させるためでもあります。

私たちは、死んでからよみがえり、再び天に召されたイエス様と結ばれています。イエス様に結ばれていることは、私たちの運命でもあります。マリアは御子の復活の初穂です。想像してみてください。イエス様が天国の門におられ、お母様、使徒たち、そして死んだ人たちの長い列を迎え入れ、それが私たちの時代まで続いているのです。私たちは今、その重要な列に加わる準備をしているのです！自分自身に問いかけてみましょう：私たちの準備はどうでしょうか？

死は、生きていることの終わりではなく、幸せな永遠の生の新たな美しい始まりです。だからこそ、私たちは祈るのです。「神の母、聖マリアよ、私たち罪人のために、今、そして私たちの死の時にも祈ってください。」

マリアを尊敬する一番良い方法は、彼女の模範に従うことです。マリアは大きな苦しみの時に神を信頼しました。今日の福音（ルカ 1：39-46）にあるように、マリアは他の人に親切で思いやりがありました。イエス様の母となることを承諾した後、マリアは自分の都合や忙しさにかまわず、年老いて身ごもったいとこエリザベトを助けるため、勇気を持って長い旅に出たのです。コロナ時代の私たちは、どのように人を励ますことができるでしょうか？手紙で？電話で？人のために祈ることができます。

御子の昇天の後、マリアは始まったばかりの教会の共同体と一緒に祈り、聖霊が皆に降りてきて、神の愛の証人となるよう彼らを強めました。マリアは今でも私たちと一緒に祈っています。「聖なるマリアよ、私たち罪人のために祈ってください、今も、私たちの死の時も、アーメン。」

追記：8月15日はお盆で、今年亡くなられた方には新盆でもあります。キリスト教では、死んだ人の魂は戻ってくるのでしょうか？実際には、亡くなった人はまだ私たちの近くにいると信じています。私たちは彼らのために祈りますし、彼らと話すこともできます。「ありがとう」と言うこともできるし、もし彼らがこの世にいる間に何か足りなかったことが

あれば、今「ごめんなさい」と言うこともできます。

葬儀ミサの教会典礼に「死は私たちと死者との関係を断ち切るものではない」とあります。これは古くからの信仰宣言に述べられており、私たちは「聖徒の交わり」を信じています。この「聖徒」とは、生きている人と死んだ人がつながっていることを表しています。聖書には、「死者のために祈ることは、立派で高尚な行い」と書かれています(2 マカバイ 12:43)。日本の司教団も「日本人の死者に対する儀式の多くは、祖先に対する愛と尊敬の念から生まれたものですから、カトリック教会が昔から行ってきた『死者の記念』との共通点が多い」と述べています。良き羊飼いであるイエス様が、すべての魂を天国の永遠の群れへと導いてくださることを祈ります。



## 21st Sunday year B 22/8/21

Scripture : Joshua24:1-18; Psalm:34; Ephesus5:21-32; John6:60-69

Today's Bible readings give a challenge: "Make the important choice as to how you will live your life."

After 40 years of difficult living in the desert, the People had already settled in the Promised Land. They had become relatively prosperous. In difficult circumstances of the desert the People were faithful to the One True God. But in prosperity they tended to forget God: They now turned to the pagan god Baal who was a god who was supposed to give material goods. Joshua calls the 12 tribes together and gives this challenge: Make your choice! Do you choose Baal or the One True God? One or the other! They answered: We choose the one true God, the Lord.

Jesus at Carphanaum tells the Jews that He, Jesus, as God, will be alive and present in a particle of bread. Some followers said: That is impossible. We cannot accept and cannot believe that. So they left Jesus. Then Jesus turns to the 12 apostles and says: "Are you going to leave too? You need to make the choice."

Peter, as representative of the 12, answers: "Lord, to whom shall we go? You have the message of eternal life. We choose you."

Let us today ponder the mystery of Holy Communion. In a particle of bread, Jesus, the Risen Christ, our God is truly alive and present. Do we really, really believe this? Jesus tells Peter, and us today, that even to believe this, we need to ask God, the Father, for his light to enlighten our hearts. Faith is a gift from God. Ask for faith. Co-operate with the light God, our Father, so gladly gives us.

Jesus tells us: "I am with you always." In Holy Communion, within that bread, Jesus is with us as spiritual food, energy and strength to walk the path of life which leads to eternal happiness in Heaven. Let us pray: "Jesus Lord God, I choose you. I believe, please help me, strengthen my faith."

Happy are we who are called to his supper.

Especially in this lonely corona-era let us share our happiness with others.



「主よ あなたは永遠の命の糧  
あなたをおいて誰のところに行きましょう」

聖書：ヨシュア記 24：1-18 詩篇 34 エフェソの教会への手紙 5：21-32 ヨハネ 6：60-69

今日の聖書朗読は、「人生をどのように生きるかという大事な選択をするように」と呼びかけています。

荒れ野での 40 年にわたる困難な生活の後、民は約束された地で定住していました。彼らは比較的栄えていました。困難な荒れ野という環境の中で、民は唯一なる真の神を信頼していました。しかし繁栄するうちに、彼らは神を忘れがちになっていきました。彼らは異教の神、物質的な豊かさを与えると信じられている神、バール神を崇めるようになっていました。ヨシュアは、12 部族を一同に集めてこのように呼びかけました。「選びなさい！ あなた方はバール神を選ぶのか、それとも唯一真の神を選ぶのか？ 唯一の神かそれとも他の神なのか？」彼らは答えました。「私たちは、唯一真の神、主を選びます。」

イエス様はカファルナウムでユダヤの民に、彼、神であるイエスが、一片のパンの中に生き続け、いつもその人の内にいると言いました。弟子たちの多くのものは言いました。「そのようなことはあり得ない。私たちはそのようなことを受け入れ、信じることは出来ません。」そうして、彼らはイエス様のもとを去って行きました。そこでイエス様は 12 人の弟子たちに向かって言いました。「あなた方も離れて行きたいか？ あなた方は選択しなければならぬ。」

12 人の弟子たちの代表者であるペテロが答えました。「主よ、私たちは誰のところへ行きましょうか？ あなたは永遠の命の言葉をもっておられます。私たちはあなたを選びます。」

今日、私たちはご聖体の奥義を深く考えましょう。一片のご聖体の中に、イエス様、復活したキリスト、私たちの神様が、確かに生きておられ現存しています。私たちはこのことを本当に、本当に信じているのでしょうか？ イエス様はペテロに、そして今日私たちに、このことを信じるだけでなく、父である神に私たちの心を照らしてくださる光を願うことが必要だと語りかけています。信仰は神様からの恵みです。信仰を願いましょう。私たちの父である光の神と力を合わせましょう。神様は喜んで私たちを助けてくださるでしょう。

イエス様は私たちに、「私はあなたといつも共にいる」とおっしゃっています。ご聖体において、あのパンの中でイエス様は、天国での永遠の幸福に導く人生の道を歩むための聖なる食物として、力とエネルギーとして私たちと共にいてくださるのです。「イエスよ、主よ、神よ、私はあなたを選び信じます。どうぞ私を助け、私の信仰を強めてください。」と祈りましょう。

「イエスの食卓に招かれた者は幸い。」

特にこのコロナ禍の寂しさの中で、私たちの幸いを他の方々と分かち合いましょう。

## 22nd Sunday year B 29/8/21

Scripture: Deut. 4:1-8; Psalm 15; James 1:17-24; Mark 7:1-8

“God is near.” (Deut.4:7) These words are important for our everyday life. Our God is not a far distant God, way up in the sky. Jesus repeats this message for us today when he says: “Fear not. I am with you.” That small word is full of meaning. Pope Francis says the same message in his usual clear way: “Christ loves us. He gave his life to save us. And now he is living at our side every day to enlighten, strengthen and free us.” (Ev. Guadivn #164) Jesus being ‘at our side’, makes our God very close indeed!

The Risen Christ is close to us. But are we close to the Risen Jesus? “God is close to all who call upon his name.” That means those who pray come to the wonderful realization of God being close. There are 2 types of prayer:

①There are ‘prayers’ formulated by another. Written sentences. Even by Christ, The Our Father; also our Mass and other prayers. They are most valuable. We use them especially when we pray together.

②There is conversational prayer, when we talk to Jesus in our own words as our friend. Jesus himself says to each one of us “I call you friend.” (John 15:13) Jesus is a friend who as God knows everything about us and still loves and accepts us as we are. So in this type of prayer let us not try to decorate ourselves, but go to Jesus boldly as we are. Jesus warns us in today’s Gospel against hypocrisy and praying only with our mouths, not our hearts. In this prayer we thank Jesus and pour out all our worries and sinfulness. Jesus says: “Come to me you who are tired and loaded with pain. I will refresh you.” (Matt 11:28)

Let us share the strength and encouragement with others.



「御父は、御心のままに、真理の言葉によってわたしたちを  
生んでくださいました」 ヤコブ 1:8

聖書：申命記 4:1-8；詩篇 15；ヤコブの手紙 1:17-24；マルコ 7:1-8

「近くにおられる わたしたちの神」（申命記 4:7）この言葉は、わたしたちの日常生活でとても大切な言葉です。わたしたちの神様は、空の上の離れたところにおられる方ではありません。イエスは、このメッセージを繰り返しわたしたちに伝えています。「怖れるな わたしはあなたと共にいる」この「共に」という言葉は意味深いものです。教皇フランシスコは、同じメッセージをはっきりとした書き方によって語っています。「イエス・キリストはあなたを愛し、あなたを救うためにいのちをささげました。キリストは今なお生きておられ、日々あなたのそばであなたを照らし、力づけ、解放してくださいます。」（福音の喜び#164）イエスが共におられることは、神様の存在をととても近いものにしてくれます。

復活されたキリストは近くにおられます。わたしたちは、復活されたイエスを身近に感じているのでしょうか。「神様は、その名を呼び求めるすべての人のそばにいます。」祈る人にとっては、神様は近くにおられるという素晴らしい事実を理解するようになります。

祈りには二種類あります。

①第一に決まった文章の祈りがあります。イエスからは、主の祈りを教えられました。またミサやその他決められた祈りがあります。とても大切な祈りです。特に皆で集まり祈るときに唱えます。

②二番目は対話の祈りです。友であるイエスに対し自分の言葉で語りかけます。イエス自らわたしたち一人ひとりに対し、「わたしはあなたを友と呼ぶ」と言われました。（ヨハネ 15:15）イエスはわたしたちの友であり、また神様としてわたしたちの全てを知り、ありのままのわたしたちを愛し、受け入れてくださいます。ですからこのような祈りをする際は、着飾らないように心がけましょう。そしてありのままの姿で大胆にイエスのところに行きましょう。イエスは今日の福音書の中で、偽善と心を込めず口先だけの祈りをする 것이ないように注意しています。対話の祈りでは、感謝し全ての心配事や罪をイエスにさらけ出しましょう。イエスは語ります。「疲れた者、重荷を負う者は、だれでもわたしのもとに来なさい。休ませてあげよう。」（マタイ 11:28）

イエスの力と励ましを他の人と分かち合いましょう。