

2nd Sunday Lent Year A 5/3/23

Scripture: Genesis 12:1-4; Psalm 33; 2 Tim. 1:8-10; Mathew 17:1-9

Have you ever been lost? In mountain bush, or in a city, or even in an underground rail station?! Then someone helped you. What were your feelings? When lost, I had a sense of confusion, emptiness and panic. When someone helped me, a great feeling of gratitude.

Once I was in France, I arrived in Lisieux by train. I wondered around, completely lost. Then I saw a nun and asked her in English: "Where is the Church of St. Thérèse?" She guided me there. What comfort!

On the road of life -especially the path that Jesus has shown us- we are all, without exception, without a sense of direction. We need guidance and support and encouragement. Today's Scripture readings give us hope and encouragement for our path of life.

In Genesis, God calls Abraham to set out on a difficult path. God promised strongly: "I will be with you. I will guide and guard you like a shield." Abraham trusted God and set out. God always keeps his promise. "The Lord is faithful." (Psalm 33)

But on the way, Abraham felt his human weakness, and his sense of direction, Abraham called on God to help him. As St. Paul says in the 2nd reading. "Rely on the power of God who calls us." (2 Tim.)

God acted this way in the past. God still acts this way for us today. We are called to walk the path of life with Jesus.

In the Gospel we see Jesus going up the mountain to pray. Jesus knew the elders planned to kill him. As a truly human person Jesus felt fear. So Jesus prays to his Father for courage and guidance as he walks the difficult path. The Father says: "You are my Son. I love you." And with this Jesus receives courage and guidance to walk his path to the end.

God worked with Abraham and Jesus in ancient times. God works the same way with us today, we too receive hope.

The Father tells us today: "Listen to Jesus." Do we listen to, and keep in contact with Jesus by meeting him every day in prayer? Do we perhaps spend too much time with our smartphone, or TV, games, SNS, hobbies? Has being busy beaten us? Let us make a new start. If we keep connected with Jesus as our fellow-traveler, we will not lose our way on the path of life. And we will have less stress, have confidence, and be full of hope. And we can help others.

四旬節第2主日 A年 2023年3月5日

聖書：創世記 12:1-4；詩編 33；2テモテ 1:8-10；マタイ 17:1-9



まことの 神であり
まことの 人間である
主イエス・キリスト

皆さんは、道に迷ったことがありますか？山の茂みの中、街中、あるいは地下鉄の駅などで、どうでしょう？！そんな中、誰かがあなたを助けてくれた時、どんな気持ちでしたか？私が迷子になった時は、混乱と虚しさ、パニックの中でしたが、誰かに助けられると、感謝の気持ちでいっぱいになりました。

フランスに行って、電車でリジュールに到着した時です。私はすっかり道に迷ってしまい、あちこち歩き回りました。そんな時、修道女を見かけたので、「聖テレジア様の教会はどこですか？」と英語で尋ねてみました。すると、そこまで案内してくれました。なんという安心感でしょう。

人生の道、特にイエス様が示してくださった道では、私たちは誰でも、方向感覚がありません。私たちには、導きと支えと励ましが必要です。私たちのこの人生の道に、今日の聖書が希望と励ましを与えてくれます。

創世記で、神様はアブラハムに困難な道を歩むよう呼びかけます。神様は「私はあなたとともにいて、あなたを導き、盾のように守る。」と強く約束しました。アブラハムは神様を信頼し、旅立ちました。神様はいつも約束を守ってくださるのです。「神は忠実である。」(詩篇 33 篇)

しかし、途中、アブラハムは自分の人間的な弱さと方向音痴に困り、神様に助けを求めました。第2朗読で聖パウロが「私たちを呼ぶ神の力に支えられ」(2テモ)とされている通りです。

神様は過去にこのように行われました。神様は今も私たちのためにこのようにしてくださるのです。私たちは、イエス様とともに人生の道を歩むよう求められているのです。福音書には、イエス様が祈るために山に登っていく様子が描かれています。イエス様は、長老たちが自分を殺すつもりであることを知っていました。真に人間であるイエス様は、恐怖を感じたのです。そこでイエス様は、困難な道を歩む勇気と導きを求めて、父に祈るのです。父は「あなたは私の子だ。私はあなたを愛している。」と言われました。この言葉から、イエス様は勇気と導きを得て、最後まで自分の道を歩むことができたのです。神様は、古代のアブラハムとイエス様に働きかけられました。神様は現代の私たちにも同じように働きかけ、私たちも希望を受け取ります。

父は今日、私たちにこう語っています。「イエスに耳を傾けよ。」私たちはイエス様に耳を傾け、毎日祈りの中でイエス様に会い、イエス様と接触し続けているのでしょうか。スマ

ートフォンやテレビ、ゲーム、SNS、趣味などに時間を取られすぎてはいないでしょうか？
忙しさに負けていませんか？さあ、新しいスタートを切りましょう。旅の同伴者であるイエス様とつながっていれば、人生の道に迷うことはありません。そして、ストレスが減り、自信を持ち、希望に満ち溢れることができます。そして、他の人を助けることができるのです。

3rd Sunday LENT Year A 12/3/23

Scripture: Exodus 17:3-7; Psalm 95; Romans 5:1-8; John 4:5-42

At Baptism, we are given a relationship with Jesus as friend and fellow - traveler. Do we have to be a good person to receive God's blessings? Do we have to be holy to have a warm and loving relationship with Jesus? No! No! No! Definitely not! Today's Scripture readings strongly tell us that! But Lent is a time that we look at that relationship. At Lent we get a call to deepen our relationship.

In the reading from Exodus we meet a people rescued from slavery in Egypt. God has helped them escape to the desert. But the people forget what God has done for them. They complain about God! They do not trust God! They say: "Is God among us – or not?" Does God punish them? No! God understands human frailty. God shows compassion. This is our God who is the same today towards us.

In the letter to the Romans, Paul emphasizes that Jesus loves us and died for us because we were sinners, not because we are good. The love of Jesus for us is unconditional.

The Gospel scene is beautiful. It tells us a lot about God's attitude to us weak humans. Jesus makes friends with a woman who has a bad reputation. She has been married 5 times and new present partner is not her husband. In the time of Jesus there was a custom of Jews not to speak to Samaritans. They were despised. Jesus is sitting at the well at midday. Jesus is tired and thirsty. (So human) The Samaritan woman approaches and Jesus starts a conversation. "May I have a drink of water, please?" The woman was surprised. She is embarrassed about her life and comes to the well at midday when no one comes. Jesus does not judge this woman. Jesus knows her failings, but accepts her as she is. It is this acceptance that leads to a conversation of two friends. At times she misunderstands what Jesus means. She thinks that Jesus is talking about ordinary water and thirst. Actually Jesus is talking to her about her thirst of the heart. We too have thirsts of the heart – for example, our thirst for peace, good relationships, security, health, meaning in life, hope for the future.

St. Teresa of Avila, the Church's Doctor of Prayer says: "Prayer is a conversation with Christ, whom we know loves us." The 'beside the well meeting' is an example of prayer for us.

Let us go to the well of prayer this Lent. Let us meet Jesus and talk to him in our own words. Jesus gives us an invitation: "Come to me."

“Is God among us or not?” Jesus says “I am with you.” Let us share the love of Jesus with others.

四旬節第3主日 A年 2023年3月12日

聖書: 出エジプト記 17:3-7; 詩編 95; ローマ人への手紙 5:1-8; ヨハネ 4:5-42

イエスはありのままの私たちを
受け入れてくださいます。
祈りを通してやさしいイエスに
会いましょう



洗礼により、わたしたちはイエスに対し、友達や人生の同伴者という関係になります。神様からの祝福を頂くために、わたしたちは良い人間にならないといけないのでしょうか。イエスと暖かく親しい関係になるには、聖人のようにならないといけないのでしょうか。とんでもない。絶対にそんなことはありません。今日の聖書朗読ははっきりとそのことを語っています。しかし、四旬節はこの親しい関係を振り返る期間です。四旬節ではこの関係を深めることが求められています。

出エジプト記では、エジプトで奴隷の状態から救い出された人たちに会います。神様は人々が逃げるのを助け、砂漠へと導きました。しかし、人々は神様がしてくれたことを忘れました。神様に不平を言いだし、また神様を信じませんでした。人々は、「主は我々のおられるのかどうか」と言いました。それに対し神様は罰したのでしょうか。いえ！神様は人間の弱さを理解しています。神様は思いやりを示しました。神様は今でもわたしたちに同じことをなさいます。

ローマ人への手紙では、聖パウロは、イエスはわたしたしを愛しわたしたちのために死んでくださったと言いました。それはわたしたちが罪びとであるためで、わたしたちが正しいからではありません。わたしたちへのイエスの愛は無条件な愛です。

福音書の場面は美しいものです。弱い人間であるわたしたちに対する神様の考えについて多く語られています。イエスは悪い評判の女性と親しくなりました。その人は5回結婚し今のパートナーとは結婚していません。イエスの時代、ユダヤ人はサマリア人とは話をしない風習でした。サマリア人を見下していたのです。イエスは正午頃井戸の横に腰掛けました。イエスは疲れてのどが渴いていたのです。(人間そのものです) サマリア人の女性が井戸に近づいて来たとき、イエスが語りかけました。「水を飲ませてください」女性は驚きました。自分の人生に後ろめたく感じており、人が来ない正午に来ていたのです。イエスはその女性を非難せず、ありのままに受け入れました。この態度が親しい会話につながっていきます。女性は、イエスが日常生活での水や渴きのことを言っていると考えていました。イエスは心の渇きについて話していたのです。わたしたちは今も同じイエスに出会います。わたしたちも心の渇きを持っています。例えば、平和、良い人間関係、安全、健康、人生の意味、将来への希望などです。

教会の祈りの博士であるアビラの聖テレサは、「祈りは、わたしたちを愛していることを知っている、イエスとの会話です」と言っています。井戸の端での出会いはわたしたちに

とって祈りの例です。

この四旬節において、祈りの井戸に行きましょう。イエスに出会い自分の言葉で語りかけましょう。イエスは招いています。「私のところに来なさい」

「主は我々の間におられるのかどうか」イエスは言います。「私はあなたと共にいる」このイエスの愛を他の人と分かち合いましょう。

4th Sunday LENT Year A 19/3/23

Scripture: 1 Samuel 16:1-13; Psalm 23; Ephesians 5:8-14; John 9:1-41

In only 3 weeks (21 days) we celebrate the Resurrection. On the feast of the Resurrection we repeat the promise that we made of our Baptism. Some make this promise for the first time when they are baptized.

Basically, what is this promise? We proclaim: "I will have a relationship with Jesus, my God, and I will walk my life's journey with Jesus."

The Scriptures of today's Mass tell us what kind of relationship. In the first reading, the prophet Samuel has been told by God that the future king of Israel will be one of Jesse's sons. Samuel is not told which son! He sees the eldest son Eliab and thinks – "This is the one God chooses." But NO, God does not choose the eldest or even the 6 younger brothers. Samuel asks: "Do you have other sons?" Jesse, the father replies: "Only the little one: He is guarding our sheep." David was the one chosen by God. God chooses the small and weak because they must rely on God for strength and guidance. We baptized are the same. We must rely on the strength and guidance of Jesus in our lives. Let us always remember the words of Jesus that he says to each of us: "You did not choose me, rather, I chose you." (John 15:16)

Psalm 23 gives the baptized great encouragement. Jesus is the fulfilment of this psalm. Jesus says: "I am the good shepherd. I know my sheep. I call each one by name." (John 10:1) Jesus guides us. In the dark valley of suffering Jesus is at our side! We need to keep in contact with Jesus in prayer. In that prayer of contact we try to discover what the Lord wants us to do. (Today's 2nd reading)

In the Gospel we see Jesus who cures a blind man. We are all afflicted with blindness of the heart. Self-centeredness makes us blind to the needs of others, prejudice blinds us to a person's or a nation's good points, pride blinds us to our own faults, being busy blinds us to the beauty of God's creation, snobbery blinds us to the dignity of the poor and those in need.

Let us acknowledge our blindness. Cry out to Jesus: "Lord that I may see." Notice that the blind man in today's Gospel has a faith that gradually increases. At first he meets the kind human Jesus. Then his faith deepens and he calls Jesus a prophet. And finally Jesus is his Lord and God. Let us too ask Jesus to give us an ever deeper faith.

We who have been united to Christ in Baptism are indeed truly blessed by God. Paul tells us today in words that are used in the Baptism ceremony. "Walk as a child of Light." (Ephesians 5:8) Let us be at least

one small candle in the darkness of the society in which we live.

四旬節第4主日 A年 2023年3月19日

聖書：サムエル記上 16：1-13；詩篇 23；エフェソの教会 5：8-14；ヨハネ 9：1-41

主よ
わたしの心の目を開いてください



私達はあと3週間（21日）でキリストの復活をお祝いします。復活祭の典礼の中で、私達は自分自身が洗礼の時にした約束を新たにします。何人かの人達は、洗礼を受ける時に、この約束を初めてすることになります。

根本的にこの約束とはなんでしょう？私達は次のように宣言します。「私はイエス様、私の神と結ばれ、そして私は生涯イエス様と共に歩みます」

今日のミサの聖書朗読は、私達にその関わりがどのようなものを告げています。第一朗読の中で、預言者サムエルは、神に、エッサイの息子の一人が将来イスラエルの王となるであろうと告げられます。サムエルはどの息子かは知らされていません。彼は長男のエリアブを見て、「彼こそが主に選ばれたものだ」と思います。しかし、違いました。神は長男ばかりか6人の弟たちも選びません。サムエルは聞きます。「他に息子はいませんか？」すると、父エッサイが答えます。「末の子が残っていますが、今、羊の番をしています。」ダビデこそが神によって選ばれたその一人でした。神は、力と導きを神に寄り頼まなければならない小さい者、弱い者を選ばれます。私達もそのように洗礼を授かったのです。私達は生涯、イエス様の力と導きに寄り頼まなければなりません。いつもイエス様が私達一人一人に言われる言葉を思い出しましょう。「あなたがたが私を選んだのではない、私があなたがたを選んだのである。」（ヨハネ 15章 16節）

詩編 23 は、洗礼を受けたことで大きな励ましが与えられていると述べています。イエス様はこの詩編の実現です。イエス様は言っておられます。「私は良い牧者である。私は自分の羊を知っている。私はそれぞれをその名前と呼ぶ。」（ヨハネ 10章 1節～）イエス様は、私達を導いて下さいます。苦難の暗い谷間にいる時も、イエス様は私達の傍におられます！私達は祈りの中でイエス様と親しい交わりをもつことが必要です。そのイエス様と繋がる祈りの中で、私達は主が自分にどうすることを望んでおられるのかを見つけるようにしましょう。（今日の第二朗読）

福音の中で、私達は目の見えない人を救うイエス様を見ます。私達は皆、誰もが心の闇に苦しんでいます。自己中心主義は、他の人が必要としていることに対して私達の目を見えなくさせ、偏見はその人や、民族の良い点を見えなくさせ、プライドは自分自身の欠点を見えなくさせ、忙しさは神の創造物の美しさを見えなくさせ、上流気取りは、貧しい人や困っている人の尊厳を見えなくさせています。

私達の盲目さを認めましょう。イエス様に大きな声で頼みましょう。「主よ、どうぞ私の

目を見えるようにしてください。」今日の福音書の目の見えない人が、次第に信仰を強めていくことに注目して下さい。最初、彼は親切な人間イエスに出会います。それから彼のイエス様に対する信頼が深まり、イエス様を預言者と呼びます。そして、最後には、イエス様は彼にとって主であり、神様になるのです。私達もイエス様に限りなく深い信仰を与えて下さるように頼みましょう。

洗礼によってキリストと結ばれている私達は、確かに本当に神様によって祝福されています。パウロは、今日洗礼式の中で使われている言葉で言っています。「光の子として歩みなさい。」（エフェソの教会への手紙 5 章 8 節）

私達が今生きている社会の暗闇の中で、自分が少しでも一つの小さなともしびになれるようにしましょう。

5th Sunday LENT Year A 26/3/23

Today's Scripture readings are preparation for those to be baptized and for us already baptized when we renew our baptism promises, at Easter. Today the Risen Jesus faces each one of us with a challenging question: "I am the Resurrection and Life. You who are alive now and believe in me will never die. Do you believe this?" This is a very important question! Do we really, really believe that at Baptism we receive new life that will continue after we die. Yes, we are been made by God to live forever in the joy of Heaven.

If we really believe Jesus' promise, what are we doing Now to arrive safely in Heaven? Do I tend to think that others die, but not me? In this way I put off preparation, and often put more emphasis on earthly, passing things. Death is not a disaster. It is a change of life and living.

At Baptism we establish a relationship with our God, Jesus. Jesus calls us his friend (John15:15). Jesus, as friend and support walks life's journey besides us. In the Gospel we see 3 people who were friends of Jesus. Jesus loved Lazarus, Martha and Mary. These three are our representatives. Jesus is the same today.

We can talk to Jesus as our best friend. We can pour our hearts to Jesus. We can thank him for the good things in our life. And also our sufferings, worries and decisions we need to make.

Jesus feels with us. Jesus has compassion. Jesus wept (John11). This is the shortest verse in the whole Bible. When Jesus was in front of the tomb of Lazarus he cried for his friend, and with Martha and Mary. These tears from the heart show how our God Jesus feels when he sees us suffer. Our prayers today rise straight to Jesus. But there is often a delay! As in today's Gospel same. Jesus may seem to be deaf, may seem to not be with us. But in our desolation Jesus says: "Fear not, I am beside you." Our prayer will be answered in the best way, in the best time.

Jesus says to us: "Do you believe this." Let us answer Jesus in the words of the father with an epileptic son: "Yes Lord. I do believe, but please help my unbelief."

Personally I have found that in sickness and crisis times I have been helped by people who gave me support. They were instruments of Jesus. Let us to be a support to those who suffer.

四旬節第5主日 A年 2023年3月26日

聖書：エゼキエルの預言 32:12-14；詩編 130；ロマ 8:8-11；ヨハネ 11:1-45

イエスは、マルタとその姉妹と
ラザロを愛しておられた。
イエスと自分との友情を
味わいましょう。



今日の聖書朗読は、洗礼を受ける人々のため、そして復活祭で新たに洗礼の約束を立てる私たちの準備のためでもあります。

復活したイエスは、今日私たち 1 人ひとりに「挑戦」とも言える質問を投げかけています。「わたしは復活であり、命である。わたしを信じる者は、死んでも生きる。生きていてわたしを信じる者はだれも、決して死ぬことはない。このことを信じるか。」これは非常に重要な問いです。私たちは、洗礼によって死んだ後も続く新しい命を受け取れることを、本当に、心から信じているのでしょうか。そうです。私たちは天国の喜びの中で永遠に生きるために神さまに創られました。

イエスのこの約束を本当に信じているのなら、天国に無事に到達するために、私たちは今、何をしましょうか？ 私たちは、他の人の「死」は当然のことと思う傾向がありますが、自分が死ぬことについては、当然とは考えないのではないのでしょうか。このように、私は死の準備を先延ばしにして、この世的な、無くなってしまうものに重点を置きがちです。死は災難ではありません。それは命とその在りかたが変わるということです。

洗礼によって神であるイエス様と私たちとの交わりが始まります。イエスは私たちを友と呼んでくださいます（ヨハネ 15:15）。イエスは、友であり、支え手であり、私たちのすぐそばで人生の旅をともに歩んでおられます。今日の福音には、イエスの友であった 3 人の人物が登場します。イエスはラザロ、マルタ、マリアを愛しておられました。この 3 名は私たちの代表です。イエスは今日もその時と同じです。

私たちはイエスに対して親友にするように話すことができ、自分の心をさらけ出すことができます。私たちの人生に善いものを与えてくださるイエスに感謝することができます。そしてその感謝には私たちの

苦しみ、心配ごと、しなければならぬ決断についての感謝も含まれます。

イエスは私たちと共に感してくさいます。イエスには慈しみの心があります。「イエスは涙を流された」（ヨハネ 11 章 35 節）。これは聖書全体の中で最も短い節です。イエスはラザロの墓の前で友のために、マルタとマリアと一緒に泣きました。この心からの涙は、私たちが苦しんでいるのを見るときに、私たちの神であるイエスがどのようにお感じになるかを表しています。今日の私たちの祈りは、真っ直ぐにイエスへと向かっています。でも、その祈りが届くのは、しばしば遅いように感じられます。今日の福音も同じです。イエスは耳が聞こえないかのように、また、私たちと一緒におられないかのように感じられ

るかもしれません。しかし、わたしたちの絶望の思いの中でイエスはこう言われます。「恐れるな、わたしはあなたとともにいる。」 私たちの祈りは、一番良い形で、一番良い時に答えが与えられるのです。

イエスは私たちに「あなたはこのことを信じるか」と言われました。 マルコ 9 章 24 節で、ひきつけを起こした息子の父親が叫んだ言葉 「信じます。信仰のないわたしをお助けください。」と同じ言葉で私たちもイエスに答えましょう。

わたし（ケنز）の個人的な経験ですが、病気や危機的な状況のとき、わたしを助けてくれたのはわたしを支えてくれた人々でした。そしてそのことに後から気付きました。その人々はイエスの道具だったのです。

私たちも同じように、苦しんでいる方の支え、イエスの道具になりましょう。