

Epiphany Year B 7/1/24

Scripture: Isaiah 60:1-6; Psalm 72; Ephes 3:2-6; Matt 2:1-12

This is my personal experience. I was baptized as an infant and grew up in a Christian atmosphere – in my home and school. I liked being a Christian. But to a certain extent I took my faith for granted. I knew I was blessed by God, but did not really realize how much! Then I come to Japan. Here I met couples for marriage preparation. I asked the couple what was the central thing in their lives. Especially the men answered like this: my favorite baseball team, or others company where I work, or my hobby, one said ‘Super Mario’, another my smart phone. All these are good in their place, but they are so superficial, so transitory. And so I came to value my faith and the Christian way of living. And even these men when they articulated their central interest realized that their lives too were lived only on a body level, not soul level. So I am still in Japan!

On the night of Jesus birth, guided by an angel, the shepherds were led to meet Jesus. The shepherds were Jews who long prepared for the coming of a messenger from God to save them. The shepherds represented the Jewish people.

Then, in today’s Gospel, we see 3 wise men lead by a star, who are guided from above, to meet Jesus. These 3 were pagans, that is they were not Jews. These 3 represent us, non-Jews.

The Gospel is telling us in an interesting and concrete way that Jesus is for all nations and races. That is the meaning of Epiphany.

So you see how this is not a one time event of 2000 years ago. Each of us has been guided in different ways to Jesus, “You did not choose me. I chose you.” says God. (John 15:16) To meet Jesus is the greatest gift in the whole world. Jesus gives our daily lives hope, support, love, guidance and energy of the heart. Jesus gives us consolation in sadness and pain, Jesus gives us encouragement on our life’s journey. We are blessed.

The 3 wise men gave present to Jesus to express their gratitude.

In place of gold let us give Jesus a short time in prayers. Having met Jesus this connection is so important. Jesus walks beside us, let us talk to him. Jesus invites us; “Come to me ...” (Matt. 11:28)

In place of frankincense, let us give our daily work, study, hobby, recreation – even our TV and smartphone watching.

In place of myrrh let us give forgiveness. Do we have hurts, grudges, prejudice. Let us give Jesus even our weak points and ask Jesus to heal us.

And like the 3 wise men and shepherds let us share the great blessings

that Jesus has given us.

主の公現 B 年 2024 年1月 7 日

聖書：イザヤ 60:1-6；詩編 72；エフェソ 3:2-6；マタイ 2:1-12

「イエスよ 信仰の恵みをありがとうございます
感謝として自分自身をあなたに捧げます」



私の個人的な経験ですが、幼児洗礼を受け、家庭でも学校でもキリスト教の雰囲気の中で育った私は、クリスチャンであることが好きでした。でも、ある程度、信仰するのが当然と思っていました。自分が神から祝福されていることは知っていましたが、それがどれほどのものなのか実感はしていませんでした！それから日本にきました。結婚準備のため教会に来たカップルたちに出会った時、私は自分たちの人生の中心的なものは何かと尋ねました。特に男性は、好きな野球チームとか、勤めている会社とか、趣味とか、ある人は「スーパーマリオ」、ある人は「スマホ」と答えました。どれもそれなりにいいものですが、あまりに表面的で一過性のものでした。それで、私は自分の信仰とクリスチャンとしての生き方をより大切にするようになりました。そして、中心的な関心事を明確にすると、彼らも、魂のレベルではなく、肉体のレベルでしか生きていないことに気づいてくれました。だから私はまだ日本にいるのです！

イエス誕生の夜、天使に導かれて羊飼いたちがイエスに会いに行きました。羊飼いたちは、自分たちを救ってくれる神の使いが来ることを長い間待ち望んでいたユダヤ人たちでした。羊飼いたちはユダヤ民族を表しています。

そして今日の福音では、天に導かれ、星をたよりに 3 人の賢者がイエスに出会います。この 3 人は異教徒で、ユダヤ人ではありませんでした。この 3 人は、私たちの象徴です。

福音書が、イエスがすべての国や民族のための方であることを、興味深く具体的に語っているのです。それが主の公現の意味です。

ですから、これが 2000 年前の一回きりの出来事ではないことをお分かりいただけたと思います。イエスは「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」と言われました(ヨハネ 15:16)。イエスに出会うことは、この世で最高の贈り物です。イエスは私たちの日々の生活に希望、支え、愛、導き、心のエネルギーを与えてくださる。イエスは悲しみや苦しみの中に慰めを、人生の旅路に励ましを与えてくださいます。私たちは祝福されているのです。

3 人の賢者は、感謝の気持ちを表すため、イエスに黄金、乳香、没薬を贈りました。

黄金の代わりに、私たちはイエスに短い祈りの時間を捧げましょう。イエスに出会ったこと、このつながりはとても大切です。イエスは私たちのそばを歩いておられます。イエスは私たちを招いておられます。「すべて重荷を負って苦労している者は、私のもとに来なさい。あなたがたを休ませてあげよう」(マタイ 11:28)

乳香の代わりに、日々の仕事、勉強、趣味、娯楽、そしてテレビやスマートフォンの視聴も捧げましょう。

没薬の代わりに赦しを捧げましょう。私たちは傷ついたり、恨んだり、偏見を持ったりしていないでしょうか。私たちの弱いところもイエスに捧げ、イエスに癒していただきましょう。

そして、3人の賢者や羊飼いのように、イエスが私たちに与えてくださった大きな祝福を分かち合いましょう。

Scripture : 1Samuel 3:3-19; Psalm 40; 1Corinthian 6:13-20, John 1:35-42

In our Mass we hear: “Happy are those who are invited to the Table of Jesus.”

We approach to receive Jesus in holy Communion because it is Jesus himself who invites us. Again Jesus tells us: “You have not chosen me, I have chosen you.” (John 15:16)

In the Gospels we see Jesus giving invitations to many people. Let us not put these people just as historical figures of 2000 years ago. These invited people are actually us today.

A concrete example: Andrew in today’s gospel is each of us. Jesus asks each of us “What do you want?” Let us ponder deeply within our heart before answering. Let us ask ourselves: “What do I want most in this life?”

Andrew answers Jesus “Where do you live?” Jesus makes a most important answer by giving an invitation. “Come and See.” Let us go to meet Jesus, let us reply to this invitation by meeting Jesus in Mass and in private prayer. Meeting Jesus changed Andrew’s life. From that time his life had meaning. The same is for us too.

There are many gentle invitations by Jesus in the Gospels. Here are some. “Come to me, all who are thirsty and drink.” (John 7:37) Do we feel a thirst in our heart? For example a longing in our heart for peace; or to be loved; or for dignity; or for a relaxed ‘at home’ feeling? Only our God Jesus can truly satisfy the deep thirsts of our heart. Let us answer the invitation of Jesus and go to him.

One time Jesus’ disciples were so busy that there was no time to eat. Jesus invited them, and us: “Come with me to a quiet place.” (Mark 6:31-32) Let us in our busy lives make a quiet time to meet Jesus in prayer. Jesus will give us a gentle relaxation and stress will erase. Let’s try it! Meet Jesus.

Another invitation: “Make your home in me, as I make my home in you.” (John 15:4) Let us answer this beautiful invitation.

There are many more invitations, but finally let us consider this gentle invitation and reply. “Come to me all who are tired, and have heavy burdens of the heart. I will refresh you.” (Matt. 11:28)

Let us face ourselves honestly and ask: Do I answer the invitation of Jesus? Or has my heart’s ear become deaf because of static from this world? Do I have a thirst to meet Jesus? Do I feel a deep need to meet Jesus to get support for life’s journey? Do I give Jesus quiet time in prayer. It is here that I will hear Jesus speak, especially through the Bible. Jesus invites us each by name as God called “Samuel! Samuel!” And let us share the great

gifts of Jesus with others as Andrew did.

年間第 2 主日 B 年 2024 年 1 月 14 日

聖書朗読: サムエル記上 3:3-19; 詩篇 40; コリントの教会への手紙 6:13-20; ヨハネ 1:35-42



「イエスよ どこに泊まられておられるのですか」

私達はごミサの中で「イエスの食卓に招かれた人は幸い」という言葉を聞きます。

私達はご聖体においてイエス様を戴いて、イエス様に近づくことができます。それはイエス様ご自身が私達を招いて下さったからです。又イエス様は私達に仰っています。「あなた方が私を選んだのではなく、私があなた方を選んだのである。」(ヨハネ 15 章 16 節)

福音の中で私達はイエス様が大勢の人々にお招きを与えているのを見ます。この人々をただ 2 千年前の歴史的な人物だとして捉えるのはやめましょう。これらの招かれた人々は、実は今日の私達です。

具体的な例として、今日の福音の中のアンデレは私達一人一人です。イエス様は「あなたは何を求めているのか？」と私達一人一人にお聞きになっているのです。答えを出す前に、心の中で深く思い巡らしましょう。自分自身に問いかけましょう。「この人生において、私は一番何を求めているのだろうか？」と。

アンデレは「あなたはどこに泊まっておられるのですか？」と尋ねます。イエス様は、招きを与えながら最も大事な答えをします。「来なさい。そうすれば分かる。」私達もイエス様に会うために行きましょう。ミサの中で、又個人の祈りの中でイエス様に会い、このお招きに応えましょう。イエス様との出会いはアンデレの人生を変えました。その時から、彼の人生は意味のあるものになりました。それは私達にとっても同じです。

福音の中にはイエス様からの沢山の優しいお招きがあります。ここにもあります。「渴いている人はだれでも、わたしのところに来て飲みなさい。」(ヨハネ 7 章 37 節) 私達は心の渇きを感じていますか？例えば、心の中で平和に対して、又、愛されるものになることや尊敬されること、アットホームなくつろいだ感じにいることに強い望みを感じていますか？私達の神であるイエス様だけが、私達の心の中の深い渇きを本当に満たすことができます。私達はイエス様のお招きに答えて、イエス様のところへ行きましょう。

ある時、イエスの弟子達は非常に忙しくて食事をする時間がありませんでした。イエス様は彼らを招いて、そして私達にも仰います。「人里離れた所へ行って、しばらく休むがよい。」(マルコ 6 章 31 節) 私達も忙しい生活を送っていますが、祈りの中でイエス様に会おうと静かな時間を持ちましょう。イエスは私達に穏やかな安らぎを与えて下さり、ストレスはなくなるでしょう。やってみまし

よう！イエス様に会おうでしょう。

もう一つのお招き、「私に留まりなさい。私もあなた方の中に留まる。」(ヨハネ 15 章 4 節)この美しいお招きに応えましょう。

他にも沢山のお招きがあります。でも最後はこの優しいお招きを考え、そして応えましょう。「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 章 28 節)

自分の心に正直に向かって問いかけましょう。私はイエス様のお招きに応えているでしょうか？または、私の心の耳は、この世の雑音の為に聞こえなくなっているでしょうか？私はイエス様に会おうことを渴望しているでしょうか？イエス様に会って、毎日の生活を送る為の支えを得たいと、その深い必要性を感じているでしょうか？私はイエス様との静かな祈りの時間を持っているでしょうか？イエス様は特に聖書を通して、今もここで私達にお話しになります。イエス様は、神が「サムエル！サムエル！」と呼んだように、私達一人一人を名前と呼んで招いておられます。私達もアンデレがしたように、このイエス様からの大きな贈り物を他の人達と分かち合いましょう。

Scripture: Jonah 3:1-10; Psalm 25; 1 Corinthians 7:29-31; Mark 1:14-20

Jesus was at Lake Galilee and saw four fisherman and called them; “Come follow me. Become fishers of humans.” (Mark 1:17)

That call was given 2000 years ago. Today the Risen Jesus gives the same call to each of us. Today in Japan less than 1% of the population are Christian! Each of us is called to be at least one candle light in the darkness. As the Prayer of the Faithful says; “With strength proclaim the Good News.”

Jesus repeats the call, again and again, in our lives. This call was repeated to Peter, and to Jonah. There are stages in our lives - and at each stage Jesus says; “Come follow me – more thoroughly.” We are called to walk the path of Jesus, and to share the gifts God gives us. Let us pray in the words of today’s Responsorial Psalm 25; “O God, please show me your path, and teach me your small-path too.”

Sometimes we may forget Jesus and his path and choose our own path. Sometimes we get so busy, or distracted by our smart-phone or SNS that we put Jesus low on our list of priorities. Jesus does not punish us. Jesus calls us again and again. Jesus is patient with us weak humans.

Today’s first reading from Jonah is an example of the gentleness of God. When he calls us, in truth, the Word of God is beautiful, it is so encouraging. It shows us how much God loves us and understands how weak we humans are. Our loving God accepts us as we are – even when we forget God. God’s patience is an incentive to come back to answer his call.

Jonah is a parable in the Old Testament. It is like a play with 4 curtains. At the time Jonah was very narrow. He thought that pagans like those of Nineveh were outside the love of God.

In the 1st curtain God calls Jonah to go to the city of Nineveh in the East. Jonah does not want to answer God’s call, so he takes a ship going West. The ship is wrecked.

Curtain 2 sees Jonah in the darkness of the sea for 3 days. Jonah then reaches land.

Curtain 3: God calls Jonah again. (This is our first reading today.) Jonah at last answers God’s call not very willingly and goes to Nineveh they convert.

Curtain 4: We see Jonah still not accepting the way God works. Then Jonah starts to think. Here the parable, suddenly ends. Did Jonah accept God’s love? That is the challenge. Word of God gives us today. We have to write the last lines of Jonah with our own hearts.

“Come follow me. I will make you fishers of humans.” Do we answer that call? If we do answer, we will taste peace. Jesus tells us that we will have a hundred-fold.

年間第3主日 B年 2024年1月21日

聖書:ヨナ 3:1-10; 詩編 25; 1コリント 7:29-31; マルコ 1:14-20

「私について来なさい」
イエスよ あなたの道を示し
その小道を教えてください



イエスがガリラヤ湖にいたとき、四人の漁師を見て彼らを呼びました。「私について来なさい。人間をとる漁師にしよう。」(マルコ 1:17)

それは 2000 年前の出来事ですが、今日、復活されたイエスは私たち一人一人に同じように呼びかけています。現在、日本ではキリスト教徒は人口の 1%未満です。私たち一人一人は、暗闇の中の小さくても一つのろうそくの灯になるよう呼ばれています。共同祈願にあるように、「神の国の福音を力強く告げ知らせてください。」

イエスは私たちの生活の中で何度も何度もこの呼びかけを繰り返します。この呼びかけはペトロにもヨナにも繰り返されました。私たちの人生には段階があります。そして、それぞれの段階でイエスは言います。「どこまでも私について来なさい。」私たちはイエスの道を歩み、神様が私たちに与えてくださった賜物を分かち合うよう呼ばれています。今日の答唱詩篇 25 篇の言葉で祈りましょう。「神よ、あなたの道を示し、その小道を教えてください。」

時々、私たちはイエスとその道を忘れて、自分の道を選ぶかもしれません。私たちは時々忙しすぎたり、スマートフォンや SNS に気を取られて、イエスの優先順位を低くしてしまうこともあるでしょう。それでも、イエスは私たちを罰せず、何度も私たちに呼びかけ、私たち弱い人間に対して辛抱強く接して下さいます。

今日のヨナの第一朗読は神様の優しさの一例です。実際、神様が私たちに呼びかけるとき、その言葉は美しく、大きな励ましとなります。それは、神様が私たちをどれほど愛しているか、人間の弱さをどれほど理解しているかを示しています。愛に満ちた神様は、たとえ私たちが神様を忘れていたとしても、ありのままの私たちを受け入れて下さいます。神様の辛抱強さは、私たちがその呼びかけに応え、戻っていく動機となります。

ヨナは旧約聖書に登場するたとえ話です。4幕の演劇のようです。当時のヨナはとても心の狭い者でした。彼はニネベの人々のような異教徒は神様の愛の外にいて考えていました。

第1幕: 神様はヨナに東のニネベの街に行くよう呼びかけます。ヨナは神様の呼びかけに応じたくないの、西へ向かう船に乗ります。そして船は難破してしまいました。

第2幕: ヨナは、3日間海の暗闇(魚の腹)の中にいました。そしてヨナは陸地に到着します。

第3幕: 神様は再びヨナを呼びます。(これは今日の最初の朗読です) ヨナはやっと神様の呼びかけに(あまり積極的ではなかったが)応え、ニネベに行きます。そしてニネベの人々は回心し

ます。

第4幕:ヨナがまだ神様の業を受け入れていないことがわかります。そこでヨナは思いめぐらし始めます。ここで、このたとえ話は突然終わります。ヨナは神様の愛を受け入れたでしょうか？それが課題(チャレンジ)です。神様の言葉が今日私たちに与えられています。私たちはヨナの最後の行を自分の心で書かなければなりません。

「私について来なさい。人間をとる漁師にしよう。」私たちはその呼びかけに応えますか？もし応えれば、私たちは平安を味わうことができます。イエスは言われました「百倍のものを得る」と。

4th Sunday Year B 28/1/23

Scripture: Deut. 18:15-20; Psalm 95; Mark 1:21-28

In the first scripture reading, we see the people of the Old Testament and their attitude towards God. They thought that it was normal for Moses to meet and hear God's voice. But the ordinary people did not want to hear God's voice – it was frightening. God's voice was like a mountain fire – scary! God makes a promise that he will send a prophet who will be human, like a brother, and give them God's message of love. Jesus is the fulfilment of that prophecy.

We who have met Jesus are truly blessed. We can hear God speak to us through Jesus our God but also our human brother like us.

New Testament scripture tells us: We can approach God, the source of gifts, with confidence. God will treat us with kindness and give us help. (Hebrews 4:15-16) Let us go to Jesus in prayer. Jesus invites us: "You who are tired, loaded ...Come to me."

In the Gospel we see Jesus as the fulfilment of the prophecy in Deuteronomy. Jesus' teaching is new, it has authority. It is gentle. The teaching of Jesus tells us that God loves each one of us. God is not a punishing God. God is not frightening. God is opposite – gentle, kind, understanding of human weakness. God is compassion. The teaching of Jesus has authority because it comes from God himself. Today we hear the gentle voice of Jesus in the Gospels. Let us open our Bibles and listen to the encouraging message of Jesus. Let us ponder on the words of Jesus.

To prove that the message is from God, Jesus cures a sick man. He wears the shackles of sickness. Jesus sets him free. He is liberated.

We humans have shackles of the heart. Some examples of such shackles – a heart with grudges and do not forgive others, some have various temptations, some have addictions, alcohol, betting, smartphone, eating, some have shackles of depression or inferiority complex. Whatever our shackles, let us go to Jesus to receive freedom, liberation and peace.

We have met our God who is so gentle when we meet Jesus. Let us go to Jesus with confidence. Let us share the gifts of Jesus with others.

年間第4主日 B 年 2024 年 1 月 28 日

聖書:申命記 18:15-20; 詩編 95; マルコ 1:21-28



「イエスの教え 権威ある新しい教えだ」

今日の第一朗読を読むと、旧約聖書の時代のひとたちの神様への向き合い方がわかります。モーセが神様に会いその声を聴くことは普通のことだと考えていました。しかし、一般の人たちは、神様の声を聞きたくありませんでした。恐かったのです。神様の声は山火事のように感じおびえていました。神様は兄弟のような人間である預言者を送り、神の愛を伝えることを約束されました。イエスは預言の実現でした。

イエスに出会ったわたしたちは、本当の意味で祝福された者です。イエスを通して神様の話を聞くことができます。イエスは神でありまたわたしたちと同じ人間である兄弟です。

第二朗読の新約聖書では、自信を持ってわたしたちは恵みの源である神様へ近くことができることを教えています。神様はわたしたちを大切に接しました助けてくださいます。(ヘブライ 4:15-16) 祈りの中でイエスのところに行きましょう。イエスは、「疲れた者 重荷を負うものはわたしのところへ来なさい」とお招きになります。

福音書では、イエスは申命記の預言の実現であることがわかります。イエスの教えは新しくまた権威がありました。優しくもありました。イエスは、神様はわたしたちひとりひとりを愛してくれるということを教えてくれます。神様は罰する神ではありません。神様は恐ろしくありません。逆に、優しく、親切で、人間の弱さを理解される方です。神様は慈しみに満ちた方です。イエスの教えには権威があります。その教えは神様からきたものだからです。今日の福音書の中では、イエスの優しい声を聞くことができます。聖書を開きイエスの励ましのメッセージを聞きましょう。イエスの言葉を思いめぐらしましょう。

神様からのメッセージを証しするために、イエスは病人を癒しました。その人は病に縛られていました。イエスはその人を自由にしました。解放したのです。

わたしたち人間は心の中に様々な束縛があります。例えば、恨みや他人を赦せない心です。ある人は、様々な誘惑、アルコール、ギャンブル、スマホ、過食などへの依存、またうつや劣等感などの束縛などを持っています。束縛が何であれ、イエスのところへ行き自由、解放、平和を頂きましょう。

わたしたちはとても優しいイエスに出会いました。自信を持ってイエスのところへ行きましょう。またイエスの贈り物を他の人と分かち合いましょう。