

6th Sunday Easter Year B 5/5/24

Scripture: Acts 10:25-48; Psalm 98; 1 John 4:7-10; John 15:9-17

The Entrance hymn of today's Mass is "Our Friend Jesus of deep compassion (catholic hymn collection #657).

Today let us ponder on the wonderful gift that Jesus gives us. What is it? HIS FRIENDSHIP Jesus says to each of us: "You are my friend." (John 15:15) Let each of ask ourselves: "Do I have the warm relationship with Jesus as a friend?" As a friend Jesus calls each of us by name. (Isaiah 43 & John 10:3)

As a concrete example of being a friend of Jesus in the Gospel, we see Lazarus, Martha and Mary as friends he loved. This family lived in town called Bethany, outside Jerusalem.

Jesus would call in and talk to these 3 and have a meal with them. For Jesus, it was a change of atmosphere. When Lazarus died, Jesus wept in sadness with the 2 sisters. That is deep friendship!

Jesus offers us the same deep and compassionate friendship to each of us.

In my homilies, I have often spoken of this friendship with Jesus. I firmly believe that an appreciation of this warm relationship can help us to pray. The Doctor of Prayer, St. Teresa of Avila writes: "Prayer is a conversation with Jesus, our friend, whom we know loves us."

Jesus uses the word 'friend' with a background of Scripture. Abraham was a friend of God. Moses was a friend of God and both talked to God as a friend.

Again, in the same Old Testament which of course Jesus knew we read in Sirah chapter 6 "A loyal friend is safe shelter. Find such a friend, and you have found a treasure. Nothing is more valuable." Jesus is such a loyal friend.

We can pour out our heart to a loyal friend like Jesus. We can tell Jesus our worries, our pain, our problems, our stress and tiredness. Maybe we might feel empty, even not feel God's love – we can tell Jesus that with daring.

If one has a loyal friend in this life, thank Jesus for that gift. If maybe someone has no very close friend, or maybe has been betrayed by a friend meet Jesus in prayer.

We do not choose Jesus as a friend. Jesus chooses us. Jesus invites us to reply to that friendship and asks us to share the warmth with others.

At the Last Supper as a friend word, Jesus says to the disciples and to us today. "There is no greater love than someone who gives up life for a friend. You are my friend."

復活節第 6 主日 B 年 2024 年 5 月 5 日

聖書: 使徒言行録 10:25-48; 詩篇 98; 一ヨハネ 4:7-10; ヨハネによる福音書 15:9-17



わたしは あなたを 友と呼ぶ

今日のミサの入祭の歌は「慈しみ深き友なるイエス（カトリック聖歌集 #657）」です。

今日は、イエスが私たちに与えてくれる素晴らしい贈りものについて考えてみましょう。それは何でしょうか？友情です。イエスは私たち一人一人に言います。「あなたは私の友である。」（ヨハネ 15:15）私たち一人一人自問してみましょう。「私はイエスと友人としての温かい関係を持っているのでしょうか？」友人として、イエスは私たち一人一人に名前呼びかけます。（イザヤ 43 & ヨハネ 10:3）

福音書におけるイエスの友人である具体例として、愛された友人であるラザロ、マルタ、マリアの家族があります。この家族はエルサレムの外れにあるベタニアという町に住んでいました。

イエスはこの三人を訪ね、語り、食事を共にしました。イエスにとって、それは気分転換でした。ラザロが亡くなったとき、イエスは二人の姉妹と一緒に悲しみに暮れました。これが深い友情です！

イエスは私たち一人一人に、同じような深く思いやりのある友情を示してくれます。

私はこれまでお説教の中で、イエスとの友情について何度も話しをしました。この温かい関係を理解することは、私たちの祈りに役立つと私は固く信じています。祈りの博士・アビラの聖テレジアは次のように書いています。「祈りは友であるイエスとの会話です。私たちはイエスから愛されていることを知っています。」

イエスは、聖書の基本的な考えである「友」という言葉を使います。アブラハムは神様の友でした。モーセも神様の友であり、二人は神様に対し友として語りました。

また、イエスも知っていた旧約聖書のシラ書第 6 章では、「忠実な友は安全な隠れ場です。そのような友を見つけると、宝を見つけたことになる。これ以上価値のあるものはない。」と書かれています。イエスはそのような忠実な友です。

私たちは、イエスのような忠実な友に心をさらけ出すことができます。心配事、痛み、問題、ストレス、疲れをイエスに伝えることができます。もしかすると、私たちは心に空白があったり、神の愛を感じないかもしれません。そんなことでも大胆にイエスに伝える

ことができます。

もし人生で忠実な友を持っているなら、その贈り物に感謝しましょう。親しい友がいなか、あるいは友に裏切られた経験があるなら、祈りの中でイエスに出会いましょう。

私たちはイエスを友として選ぶではありません。イエスが私たちを選びます。イエスは私たちにその友情に応えることを望み、他の人々とその温かさを分かち合うように求めています。

最後の晩餐で、友としての言葉を用い、イエスは弟子たちそして今日の私たちにも言います。「友のために命を捧げること以上の愛はない。あなたは私の友である。」

Scripture : Acts 1:1-11; Psalm 47; Ephes1:17-23 Marc16:15-20

We are all disciples of Jesus Christ. Jesus himself chose us. We did not choose Jesus just by ourselves. We replied to the invitation of Jesus. Jesus asks us; as he did the disciples long ago: "Proclaim the Good News that God loves every person. I give you that mission. To accomplish this mission I will work with you."

The final words in today's Gospel are: "Jesus was working with the disciples." That is an encouraging message because Jesus works with us today. Jesus says: "I am always with you."

Jesus climbed up to Heaven, and sits at the right hand of the Father. This is the Bible way of saying that Jesus is God, in unity with the Father and Holy Spirit. The Risen Jesus was not only in Israel with the disciples, 2000 years ago, Jesus is with us all over the world. Jesus as the representative of all humans, prays for us and sends the Holy Spirit to strengthen guide, encourage and console us here on earth.

When we proclaim the Good News that God loves us, we are never alone. As Pope Francis tells us: "Christ is alive and always beside us. Christ enlightens, strengthen and free us."

Every one of us without exception are called to be witnesses of Jesus in our own small society, according to our capabilities. When the disciples heard Jesus tell them their mission, their reaction was: "We cannot fulfill that mission. We are only fishermen, we have no confidence, we have not the right words, and we do not know how to proclaim the Good News that God is love."

Jesus tells them, and us. : "Fear not. I am with you. I will work with you."

Each us is asked by Jesus to be instruments of his peace, his love, his forgiveness, hope, and encouragement. We are the instruments of Jesus in our church, home, work place, school and to all we meet. We are the disciple of Jesus as fathers, mothers, a class mate, among fellow workers. Even someone confined to an institution or own home can pray for people.

We can proclaim the Good News that God is love both by word and my example. In the concrete we can be kind and thoughtful to other, we can forgive people who hurt us, we can say "well done" and "thank you". We can give a smile to people. We can proclaim the Good News in many little, ordinary - day ways.

Let us never say: "I can do nothing."!

Christ is working. Let us work with Christ.

主の昇天 B 年 2024 年 5 月 12 日

聖書：使徒たちの宣教 1:1-11; 詩篇 47; エフェソの教会への手紙 1:17-23; マルコ 16:15-20



行け・行け地の果てまで

私達は皆、イエスキリストの弟子です。イエスご自身が私達をお選びになりました。私達が自分でイエスを選んだわけではありません。私達はイエスの招きに応えました。イエスは、昔の弟子達に言われたのと同じように、このように言われています。「神様が全ての人を愛しておられるという喜ばしい知らせを、宣言しなさい。私は、あなた方にこの使命を与えます。この使命を果たすために、私はあなた方と共に働く。」

今日の福音の最後に、「イエスは弟子達と共に働いておられた。」とあります。それは非常に励ましに満ちたメッセージです。何故なら、イエスは私達と今も一緒に働いておられるということだからです。イエスは言っておられます。「私はいつもあなたと共にいる。」

イエスは天に昇られ、そして父なる神の右の座に座しておられます。イエスは父と聖霊と一致した神である、というのが聖書の言い方です。復活したイエスは 2000 年前のイスラエルで弟子達と共にいただけではなく、イエスは全世界で今も私達と共におられます。イエスは人間の代表者として、私達のために祈り、聖霊を送って下さいます。その聖霊は導きを強め、この地上で私達を励まし、慰めを与えてくれます。

神は愛であるという喜ばしい知らせを宣言する時には、私達は決して独りぼっちではありません。教皇フランシスコはこのように言っておられます。「キリストは生きて、いつも私達の傍におられます。キリストは光を照らして、力づけ、解放して下さい。」

私達は一人残らず全ての人が、それぞれの自分の小さな社会の中で、出来る限り、イエス様の証人になるようにと呼ばれています。イエス様が弟子達に彼らの使命を告げた時、彼らの反応はこのようなものでした。「私達にはそのような使命を果たすことは出来ません。私達はただの漁師です。私達には自信もないし、適格な言葉を言うこともできません。神が愛であるという喜ばしい知らせをどのように宣べ伝えていけばいいのか分かりません。」

イエスは彼らに、そして私達に言っておられます。「恐れてはならない。私はあなたと共にいる。わたしはあなたと一緒に働く。」

私達はそれぞれがイエス様によって、彼の平和、彼の愛、赦し、希望、そして、励ましの道具になるようにと求められています。私達は教会で、家で、仕事場で、学校で、出会う全ての人に対し

て、イエス様の平和の道具となりましょう。私達は、お父さんとして、お母さんとして、同級生として、また同僚の間でも、イエス様の弟子です。施設に入っている人、また寝たきりの人でも、人々のために祈ることが出来ます。

私達は神様が愛であるという良い知らせを言葉でも、又、自分が模範としても宣言することができます。具体的には、私達は人に対する親切や思いやりを示すこと、また傷つけられても、その人を赦すことが出来ます。また、私達は「良くやったね」とか、「有難う」ということが出来ます。ある時は人々にほほ笑みを通して伝えることも出来ます。私達は喜ばしい知らせを、沢山の小さな出来事を通して、日々の平凡な出来事を通して宣言することが出来ます。

決して、私は何もできないと言わないで下さい。

キリストは働いていらっしゃる。私達もキリストと一緒に働きましょう。

Scripture: Acts 2:1-11; Psalm 104; Galatians 5:16-25; John 15:26-27, 16:12-15

When we read the Gospels, let us not think that all these events happened 2000 years ago, in the distant past. Jesus himself and his words are alive today. Yes, we cannot see miracles – they were necessary for the founding of the Church. But we can today taste the compassion of Jesus behind these miracles. Jesus pours out his compassion on us today.

However, Jesus gave us a request! Jesus requests us: “Go out into your world and be my witness in your home, workplace, school, relatives and friends, and to all you meet. Be my instrument of peace, love and forgiveness and acceptance of others”.

When the disciples heard Jesus tell them; ‘Go into the whole world’ they were filled with confusion. As fishermen they felt inadequate, they had no confidence. And they could not remember all that Jesus taught. The disciples ①ACKNOWLEDGED THEIR WEAKNESS. So with Mary they ②PRAYED FOR THE STRENGTH AND GUIDANCE OF THE PROMISED HOLY SPIRIT.

When the Holy Spirit came, they were changed men and women. Peter who had been so cowardly, became brave and spoke about Jesus to the crowd. Handed on word tells us that Mary Magdalen went to Marseille in France. The Holy Spirit guided and strengthened them.

The same Holy Spirit guides and strengthens us today.

Let each of ask ourselves: “To walk the path of Jesus, do I rely on my own strength or do I rely on the strength that the Holy Spirit gives us so generously”.

①Admit weakness and inability.

②Pray to Holy Spirit for strength, guidance and the right words.

“Go, be my witness” says Jesus to us. Sometime that witness is words, but always by example.

In today’s Scripture and Sequence, we are told that the Holy Spirit gives us guidance and strength on the path of life and also consolation in time of suffering. The Holy Spirit teaches us how to pray (Romans 8:26), teaches us to call our gentle Father God ‘Abba’ (Galatians 4:6), and teaches us to call to mind the teachings of Jesus (John 14:26). In our 2nd reading today

Paul tells us that the gifts given us by the Holy Spirit are; love, joy, peace, patience, kindness, goodness, truthfulness, gentleness and self-control. 'How wonderful!'

"Come Holy Spirit, come".

聖霊降臨の主日 B 年 2024 年 5 月 19 日

聖書:使徒言行録 2:1-11; 詩編 104; ガラテヤ 5:16-25; ヨハネ 15:26-27, 16:12-15



助け主である聖霊よ、弱いわたしたちを強めてください

福音書を読むとき、これらすべての出来事が 2000 年前、遠い過去に起こったこととは考えないようにしましょう。イエスご自身と彼の言葉は今も生きています。確かに、私たちは奇跡を見ることはできませんが、奇跡は教会の設立には必要でした。しかし今日、私たちは奇跡の背後にあるイエスの憐れみを味わうことができます。イエスは今日、私たちに憐れみを注いでくださいます。

しかし、イエスは私たちに一つの使命を与えてくださいました。イエスは私たちにこう求めておられます。「全世界へ行って、あなたの家、職場、学校、親戚や友人、そして出会うすべての人たちに私の証人となってください。私の平和、愛、許し、そして他者を受け入れるための道具となってください。」

弟子たちは、「全世界へ行きなさい」というイエスの話を聞いたとき、戸惑いました。彼らは一介の漁師に過ぎず、イエスの使命を行う自信を持てませんでした。まだ彼らはイエスの教えを、完全に理解できていませんでした。弟子たちは、①自分たちの弱さを認めました。そしてマリアとともに、②約束された聖霊の力と導きを求めて心から祈ったのです。

聖霊が降臨すると、彼らは男も女も変わりました。あれほど臆病だったペテロは、勇気を出して群衆の前でイエスのことを語りました。マグダラのマリアは、フランスのマルセイユに行きイエスの言葉を伝えました。聖霊は彼らを導き、強めてくださいました。

同じ聖霊が今日私たちを導き、強めてくださいます。

「イエスの道を歩むには、自分の力に頼るべきでしょうか、それとも聖霊が惜しみなく与えてくださる力に頼るべきでしょうか」、一人一人が自問してみましょう。

①弱さや出来ないことを認めましょう。

②力と導きと正しい言葉を聖霊に祈りましょう。

「行って、私の証人となりなさい」とイエスは私たちに語り掛けています。言葉と模範的な行いによって証しましょう。

今日の聖書と続唱では、聖霊が私たちに人生の道に導きと力を与え、また苦しい時には慰

めを与えてくださると語られています。聖霊は私たちに祈り方を教え(ローマ人への手紙 8:26)、優しい父なる神を「アッバ」と呼ぶように教え(ガラテヤ人への手紙 4:6)、イエスの教えを思い起こすように教えてくれます(ヨハネ 14:26)。今日の第二朗読でパウロは語ります。聖霊によって私たちに与えられる恵みは、愛、喜び、平和、寛容、親切、善意、誠実、柔和、節制。「なんと素晴らしい！」

「聖霊よ、来てください。」

Trinity Sunday Year B 26/5/24

Scripture: Deut.4:32-40; Psalm 33; Rom 8:14-17; Matt. 28:16-20

15 years ago I had this experience. We were 7 priests on a 3day retreat and sharing at the Carmelite Retreat House, Kaminoge, Tokyo. For prayer alone we all used the scripture readings for Trinity Sunday. After praying we had a sharing. 6 of the 7 had done post-graduate studies. One, left school at 15, worked at the post office and later became a Morse code operator for telegrams. At 18 he joined the Navy. At 25 he entered the seminary. He found studies hard. But this was what he shared. "The Trinity is a mystery of love. So I enter into the great love of Father, Son and Holy Spirit. I taste the love there and enjoy the warmth and peace." 6 of us heard this, and there was silence! Not a silence of dissent but a silence of total agreement. Of course- this is the prayer of mystery. He added: I "delight in the mysteries of faith" This retreat changed how I look at the Trinity. I used to think the Trinity was so complicated that I ran away from it. Now, the Trinity is my delight too.

We strongly believe that there is only ONE GOD. But within the inner life of the one God, there is Father, Son and Holy Spirit. The inner life of God cannot be grasped by us humans.

At Baptism we enter into the love of the Trinity. When we think 'TRINITY', let us think 'LOVE'. We recall the name of the Trinity each time we make the sign of the cross.

The Doctors of the church to help us appreciate the Trinity, have assigned to each a special work. They say however that each part takes or shares in that work. There is only one God.

God the Father is the creator, and we are his children whom he loves deeply. The Father as creator knows how weak we humans are, so he sent his Son to save us. The Son, Jesus, taught us to call the Father 'ABBA'. This word is from the language of Jesus himself. It means 'my dear, loving, understanding Father'. 'ABBA' is a special word that calls on us to trust the Father. (Today's second Scripture reading)

God the Son put aside the glory of Heaven and came among us as a true human. This makes our God very close to us. When we read the Gospel and see how gentle, kind, understanding of human weakness, and so ready to forgive, we can say "This is the heart of God." This is the kind treatment and care that God gives us.

God, the Son became human like us. Jesus by his kind human actions shows us what the heart of God is like. Jesus is the self-portrait of the

Father.

God the Holy Sprit is sent us because he asks the Father. The Holy Spirit gives us strength, guidance and hope for our journey of life. The Holy Spirit gives us consolation and warmth when we suffer.

This is my custom. Each morning after awakening I sit on my heel and make this short prayer, "Father thank you for another day. Jesus walk with me today. Holy Spirit please guide me today."

三位一体の主日 B 年 2024 年 5 月 26 日

聖書：申命記 4:32-40；詩編 33；ローマ 8:14-17；マタイ 28:16-20



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

15 年前、私はこんな経験をしました。私たち 7 人の司祭は、東京の上野毛にあるカルメル会修道院で 3 日間の黙想と分かち合いをしていました。祈りで、三位一体の主日の聖句を用いました。祈りの後、分かち合いをしました。7 人のうち 6 人は大学院で学んだ経験がありました。一人は 15 歳で学校を離れて郵便局で働き、後に電報のモールス信号のオペレーターになりました。18 歳で海軍に入隊、25 歳で神学校に入り、勉強が難しいと感じていました。しかし、その彼がこう言ったのです。「三位一体は愛の神秘です。だから私は父と子と聖霊の偉大な愛の中に入っていきます。そこで私は愛を味わい、温かさで平和に浸ります。」これを聞いた私たち 6 人は沈黙しました！反対の沈黙ではなく、完全な同意の沈黙でした。本当に、これは神秘の祈りでした。この黙想会で、三位一体に対する見方が変わりました。以前は、三位一体はとても複雑なものと思っていたので、そこから逃げていました。今は、三位一体は私にとっても喜びです。

私たちは、唯一の神が存在すると強く信じています。しかし、唯一の神の内的生活の中に、父と子と聖霊がいるのです。神の内的生命は私たち人間には把握できません。

洗礼によって、私たちは三位一体の愛に入るのです。三位一体を考えると、「愛」を考えましょう。私たちは十字架の印を結ぶたびに、三位一体の御名を思い起こすのです。

教会の博士たちは、私たちが三位一体を理解するのを助けるために、それぞれに特別な働きを割り当てています。それぞれがその働きを担っている、あるいは分かち合っていると博士たちは述べています。しかし、神は唯一です。

父なる神は創造主であり、私たちは父なる神が深く愛する子です。創造主である父は、私たち人間がいかに弱いかを知っておられるので、私たちを救うために御子を遣わされました。御子イエスは、私たちに御父を「アッバ」と呼ぶように教えられました。この言葉はイエス自身の言葉からきています。私の愛する、愛に満ちた、理解ある父という意味です。「アッバ」は、御父を信頼するよう私たちに呼びかける特別な言葉です。（第二朗読の聖句）

御子なる神は天の栄光を捨て、真の人間として私たちの間に来られました。これによって、私

たちの神は私たちのすぐ近くにおられます。福音書を読み、いかに優しく、親切で、人間の弱さを理解し、赦す用意があるかを見て、私たちは「これが神の心だ」と言えるのです。これこそ神が私たちに与えてくださる親切な扱いであり、配慮です。

御子である神は、私たちと同じ人間となりました。イエスはその優しい人間としての行動によって、神の心がどのようなものであるかを私たちに示しています。イエスは御父の自画像です。

聖霊なる神は、イエスの御父への願いで、私たちに遣わされます。聖霊によって私たちの人生の旅路に、力、導き、そして希望がもたらされます。聖霊は私たちが苦しむとき、慰めと温かさを与えてくださるのです。

私には次のような習慣があります。毎朝、目を覚ますと、ひざまずいて、短く、こう祈ります：「父よ、新しい一日をありがとうございます。イエスよ、今日も私と共に歩んでください。聖霊よ、今日も私を導いてください。」