

Scripture : Ezek. 2:2-5; Psalm 123; 2Cor. 12:7-10; Mark 6:1-6

We are privileged people! We have been chosen to walk the path of life which Jesus our God has taught us.

The first step as we walk that path is to face ourselves and honestly and humbly say: "I am weak. I need help and strength to walk that beautiful path." Jesus, our God, joyfully gives that help, strength and guidance to call who honestly seek it.

But THIS IS IMPORTANT! That step must be repeated constantly through the whole of life's journey.

In the beginning of each Mass we say and pray together as brothers and sisters: "I am a sinner" In other words, I am saying with all, I am a weak human. I have missed the target Jesus in your compassion forgive me.

Ezekiel in the first reading calls himself "Son of Man! That is he is a weak human Jesus, putting aside God's glory become a true human. Jesus also calls himself 'The Son of Man'

Being weak is part of being human. Jesus too experienced human weakness and temptation – but did not sin. So Jesus as our fellow – traveler on the path of life is close to us and very approachable. In the Gospel Jesus returns to his home town, Nazareth, and is not accepted. "He is only our village carpenter." Non-acceptance hurt Jesus. They ask "Who is this Jesus?" Who is Jesus for each of us?

Poul ask himself that question. Poul's answer is: "Jesus is my strength, support and guide on life's path." Poul says he has a sharp thorn in his heart. That is Poul has a weakness, a hurt or a crushed dream. Some scripture scholars suggest that Poul's 'thorn' was doubts about his call to be a missionary to pagans. Others say various temptations, others say bodily infirmity, like malaria, poor eye-sight. But the Holy Spirit inspires of Scripture, does not tell us. Each of us has one's own 'thorn' Poul does not like his 'thorn'. He prays for God to remove it. Then Poul realizes that because of the 'thorn' or weakness, or temptation he has in fact met the gentle Jesus who says to Poul and us: "I am your strength in your weakness."

年間第 14 主日 B 年 2024 年 7 月 7 日

聖書朗読:エゼキエル 2:2-5; 詩篇 116; コリントの教会への手紙Ⅱ 12:7-10; マルコ 6:1-6



「自分が弱っている時こそ、イエスの力のおかげで強くなります。自分のとげは？」

私達は恵まれた者です！私達は選ばれて、私達の神であるイエスが教えて下さった人生の道を歩んでいます。

その道を歩む為の最初の一步は、自分自身と向き合って、正直にそして、謙虚にこう言うことです。「私は弱い者です。私はこの美しい道を歩む為に、助けと力が必要です。」イエス、私達の神様は、誠実にそれを探し求める者に、喜んで助けと力と導きを与えて下さいます。しかし、これはとても重要です！その最初の歩みは、人生の旅路の最後まで、いつも繰り返されなければなりません。

ミサのはじめに、私達は兄弟姉妹と共に、「私は罪びとです。」と祈ります。別の言葉で、私は皆さんと共に言います、私は弱い人間です。私が道を外れた時には、イエスよ、慈しみを持って私を赦して下さい。

第一朗読の中で、エゼキエルは、自分のことを「人の子」と呼んでいます。彼のように、イエスも弱い一人の人間であり、神の栄光をわきにおいて、本当の人間になりました。イエスも自身のことを又、「人の子」と呼んでいます。

弱さは人間であることの一つの要素です。イエスも人間の弱さと誘惑を経験なさいました。しかし、罪は犯さなかった。そして、人生の道における私達の同伴者としてのイエスは、私達の傍にいて、とても近づき易い方です。福音書の中で、イエスは、自分の故郷ナザレに帰って、人々に受け入れられませんでした。「彼は、ただの私達の村の大工でないか。」受け入れられないことは、イエスを傷つけます。彼らは「イエスは一体何者なのか？」と問います。私達一人一人にとって、イエスとはどういう方でしょうか？

パウロは、自分自身に同じ質問をしています。そして、パウロの答えはこのようです。「イエスは人生の道において、私の力、支え、導きです。」パウロは心の中に鋭いとげがあると言っています。というのは、パウロは弱さや傷を抱え、夢も消えてしまっていたのです。ある聖書学者たちは、パウロのとげとは異邦人への呼びかけに対して疑いがあったことだと示唆しています。又、ある学者は色々な誘惑だと言い、ある学者は、マラリアや目が悪いというような肉体的は弱さのことだと言っています。しかし、聖書の中の聖霊は、私達にはっきりと教えてはいません。私達は一人一

人自分のとげを持っています。パウロは彼のとげを嫌い、神様に、このとげを抜き取ってくださいと願いますが、パウロは段々、このとげ、弱さ、あるいは誘惑のお蔭で、優しいイエスと出会ったと気づいたのです。イエスはパウロにそして、私達に言っておられます。「あなたの弱さの中でこそ、私はあなたの力である。」

15th Sunday Year B 14/7/24

Scripture: Amos 7:12-15; Psalm 85; Ephes 1:3-14; Mark 6:7-13

Christians! Please think deeply on this. God has chosen us. Each of us has been given a great gift – we are followers of Jesus Christ. Do not get proud or self-satisfied. The Bible tells us that the people God chooses, those God calls are weak. The called seem unable to do what God asks of them, if they rely on their human efforts!

Today, Amos is an example. He was a shepherd in the southern nation of Judah. Amos was chosen and called to go as a prophet to the northern nation of Israel. The people of Israel had chosen power and prosperity instead of God. Amos says: “Repent” Amos relied on God’s help and guidance.

God has chosen and called each of us as followers of Jesus to be instruments of peace and love in our own small group-family, workplace, school, to the people we meet.

God has chosen and called each of us, not to be an elite group. God has chosen and called us to be a tiny light in darkness.

St. Paul in today’s scripture reading tells us that we have been chosen to know Jesus and walk his path with him as a fellow-traveler. God has been so kind to each of us. God asks us to share his gifts of love, acceptance, guidance and forgiveness. We are called and chosen to share.

In the Gospel we see Jesus choosing and sending out 12 disciples to share the Good News. The Good News is that God loves every person. The 12, like Amos, call on the people to reply to that love. Remember that these 12 are mostly fishermen. The 12 seem unsuitable to be instrument of the peace of Jesus. Jesus tells them that a staff is OK – but do not take food or a backpack, or money or spare clothes. Putting these instructions in the context of the times, Jesus is saying to the 12: “Do not rely on yourself or on material things – rely on the strength, guidance and words given by God.

Let each of us in Japan be instrument of the love, peace and strength of Jesus. We are not called to be a very big light. We are called to be the light of one candle in darkness. Jesus says to us : “You did not choose me, I choose you.” Strength in Weakness.

年間第 15 主日 B 年 2024 年 7 月 14 日

聖書:アモス 7:12-15; 詩編 85; エフェソ 1:3-14; マルコ 6:7-13



「わたしは あなたを 日本の社会の中につかわす」

皆さん！次のことをよく考えてください。神様はわたしたちをお選びになりました。わたしたちは皆、イエス・キリストに従う者という大きな贈り物を頂きました。このことで自慢したり、自己満足しないでください。神様を選ぶ者は皆弱いと聖書に書いてあります。選ばれた者は、人間だけの力に頼ろうとすると、神様から頼まれた事を行うことはできないようです。

今日の第一朗読のアモスがその例です。アモスはユダ(南王国)出身の羊飼いでした。アモスは神様から選ばれ、北イスラエル王国へ預言者として行くことを命じられました。当時のイスラエルの人々は、神様よりも権力とお金を選んでいました。「悔い改めよ」と呼びかけました。アモスは神様からの助けと導きに頼りました。

神様はわたしたちをお選びになり、わたしたち一人一人に家庭、職場、学校などで出会う人に対し、平和と愛の道具としてイエスに従う者となるように命じられました。

神様はわたしたちを選ばれましたが、排他的な集団にならないようにお命じになっています。暗闇の中の小さな光となるように命じられています。

第二朗読で聖パウロは、イエスを知り、人生の同伴者であるイエスと共にイエスの道を歩むために、わたしたちは選ばれたことを述べています。愛、ありのままに受け入れること、導き、許しというイエスの贈り物を他の人と分かち合うように求めています。わたしたちは分かち合いのために呼ばれそして選ばれているのです。

福音書では、良い知らせを伝えるために 12 人の弟子が選ばれ派遣されています。良い知らせとは、神様はすべての人を愛しているということです。アモスと同じようにこの 12 人は、神様の愛に応えるよう人々に呼びかけました。思い出してください。12 人はほとんどが漁師でした。イエスの平和の道具としては適切でないようにも思えます。イエスは彼らに、杖は良いが、パン、袋、お金、替えの服は持って行くなと命じられました。当時の社会情勢を踏まえこの指示を解釈すると、「自分や物に頼ってはいけない。神様からの力、導き、言葉に自分をゆだねよ。」と 12 人にイエスが言われたのでしょう。

日本にいるわたしたちもイエスの愛、平和、力の道具になりましょう。わたしたちは大きな光とな

るように呼ばれていません。暗闇を照らす1本のろうそくの光となるように呼ばれています。イエスは、「あなたがたが私を選んだのではない。わたしがあなたを選んだのだ。」と言われます。弱さの中に力あり。

16th Sunday Year B 21/7/24

Scripture: Jer. 23:1-6; Psalm 23; Ephes. 2:13-18; Mark 6:30-34

Shepherds and Sheep are rare in Yokohama. However, in the Bible, both old and new Testaments, they are often used to concretely portray the close love and care of God.

Let us make an effort and go into the culture and way of thinking of the people at the time of Jesus. Use our imagination, to see the scene, but more important ponder the message behind the scene. That is God loves, protects and guides each one of us.

Today we read a prophecy from the prophet Jeremiah. "The Lord God says this: 'I will send a shepherd to care for my flock.'" Jesus, our shepherd, is the fulfillment of that consoling prophecy.

Jesus says: "I am the good shepherd. I call each of my sheep by name. I lay down my life for my sheep."

In the time of Jesus, the shepherd was very gentle with his sheep. He guarded them, night and day. When a lamb was born the shepherd would give the lamb a name. The lamb gradually recognized its own name and would run to the shepherd when called. They feel safe. The natural enemy of sheep was a wolf. The shepherd had a special stick to defend his sheep. The sheep always felt safe when they were close to their shepherd. Each day the shepherd would guide his sheep to food and water.

Using this scene let us pray to Jesus our shepherd to guide, protect and defend us who are his much loved sheep.

Read and pray Psalm 23. Even if we go into a dark valley, with pain and suffering, Jesus, our Shepherd is close to us. Jesus guides and walks with us on the path of life.

In the Gospel we see our good shepherd in action. The 12 apostles are tired, so Jesus gives them quiet time in a boat. But on landing Jesus sees a big crowd. Jesus is so sensitive. Jesus sees and feels very, very, deeply for their troubled hearts. The people feel lost and without a leader. They have a deep yearning for peace. Jesus has very deep compassion. Our Jesus now Risen, is the same today. Jesus says: Come to me.

年間第16主日 B 年 2024年7月21日

聖書：エレミヤ 23:1-6；詩編 23；エフェソ 2:13-18；マルコ 6:30-34



「よい牧者 イエスは、羊の私たちをいつも見守ってくださいます」

羊飼いや羊は、横浜ではめったに見られません。でも、聖書では、旧約聖書でも新約聖書でも、神の親密な愛と配慮を具体的に描くために、羊飼いや羊がしばしば用いられます。

少し時間を使って、イエスの時代の人々の文化や考え方の中に入れてみましょう。想像力を働かせて、その情景を見ることも大切ですが、それ以上に重要なのは、その場面の背後にあるメッセージについて考えることです。そのメッセージは、神が私たち一人ひとりを愛し、守り、導いてくださるということです。

今日の朗読聖書に、エレミヤの預言があります。「主なる神はこう言われる：私は羊飼いを遣わして、私の群れの世話をさせる。」私たちの羊飼いであるイエスは、この慰めに満ちた預言を実現させたのです。

イエスの言葉です：「私は良い羊飼いである。私はそれぞれの羊を名前と呼ぶ。私は羊のために自分の命を捨てる。」

イエスの時代、羊飼いは羊にとっても優しくしました。夜も昼も羊を守っていました。子羊が生まれると、羊飼いはその子羊に名前をつけました。子羊は次第に自分の名前がわかるようになり、呼ばれると羊飼いのもとへ走っていくのでした。羊は安心していただけました。オオカミが羊の天敵でした。羊飼いは羊を守るための特別な杖を持っていました。羊は羊飼いの近くにいると、いつも安心できました。羊飼いは毎日、羊を食べ物と水のあるところに導いていました。

この場面を使って、私たちの羊飼いであるイエスに、私たちを導き、守り、守ってくださるよう祈りましょう。私たちは彼の愛する羊なのです。

詩篇 23 を読み、祈りましょう。たとえ私たちが、痛みや苦しみの暗い谷間に入ったとしても、私たちの羊飼いであるイエスは私たちの近くにいてくださいます。イエスは私たちを導き、人生の道を共に歩んでくださるのです。

福音書には、私たちの良き羊飼いが行動している姿が描かれています。12 人の弟子たちは疲れていたのも、イエスは彼らに舟の中で静かな時間を与えました。しかし、船着き場では大群衆

がイエスを待ち構えていました。イエスはとても敏感です。彼らの悩める心を、イエスは、とても、とても、深く感じられるのです。人々には指導者がおらず、心はさまよっていました。彼らは平安を深く望んでいたのです。イエスはとても深い憐れみを持った方です。復活された私たちのイエスは、今も同じです。イエスは今も言われています：私のもとに来なさい。

17th Sunday Year B 28/7/24

Scripture: 2 Kings 4:42-44; Psalm 145; Ephesians 4:1-6; John 6:1-15

From today, for 4 Sundays, we read and pray, chapter 6 of St. John's Gospel. The theme is Holy Communion. Let us consider Holy Communion from its various aspects. In our Liturgy we use words such as: Jesus, our God has deep compassion, and is 'full of gifts, we say: O God you are generous with your gifts'. God is very generous to us. Let us thank him. In ordinary life when we receive a gift we say 'thank you'. Let us thank God for his kindness.

In the first reading from the Old Testament, we see the prophet Elisha as the representative of God multiply a small amount of food to feed 100 men. There was some left over.

In the Gospel, Jesus, as God himself multiplies 5 loaves and feeds 5000+ and there were 12 full baskets left over. This is the Bible way of saying that God is generous. God pours his gifts over us.

Jesus, as God, had power over nature, power over things and happenings. Jesus, in Gospel scene, multiplies food. Jesus as God walked on water, quietens the waves and wind. Jesus, with God's power changed water into wine. Jesus gave life to some who had died-Lazarus, the daughter of Jairus. At the Last Supper which were the first Mass, Jesus took bread, prayed over it and said: "This bread is my Body". "Body" in the time of Jesus had the meaning of "the whole person". So, Jesus is saying to us: "This is my very self".

After Jesus said these very important words he said: "Do this in memory of me". Today's Mass is in memory of Jesus. Jesus is very generous. Jesus gives us himself as spiritual food to gives us strength and encouragement to walk his Path.

Our Mass 4 weeks let us ponder the beauty, generosity and love of Jesus who gives us his very self in Holy Communion.
Happy are we who are called to his Supper.

年間第17主日 B 年 2024 年 7 月 28 日

聖書:列王記下 4:42-44; 詩編 145; エフェソ 4:1-6; ヨハネ 6:1-15



「イエスよ あなたのみ手にわたしのすべてを委ねる」

今日の日曜日から 4 週にわたり、ヨハネ福音書の第 6 章を読み祈ります。テーマはご聖体です。ご聖体をいろいろな面から考えてみましょう。私たちの典礼では、次のような言葉を使います。「私たちの神であるイエスは、いつくしみ深く、恵みに満ちた方です。」「ああ、神よ、あなたは寛大で、憐れみ深い。神に感謝します。」私たちは普段の生活の中で贈り物をもらったとき、「ありがとう」と言います。神の優しさに感謝しましょう。

第一朗読は、旧約聖書の一場面です。神の代理人として預言者エリシャが少量の食糧を 100 人に与える場面が描かれています。主の言葉通り、彼らは食べきれずに残しました。

福音書では、イエスは神として自ら 5 つのパンを 5,000 人以上に食べさせ、12 籠いっぱいに残りました。これは神の寛大さを表す聖書的表現です。神は豊かに贈り物を注いでくださいます。

イエスは神として、自然を超えた力、物事や出来事を超えた力を持っていました。福音書の中でいくつかのシーンが描かれています。イエスは食物を増やします。水の上を歩き、波と風を静めます。神の力でイエスは水をワインに変えました。イエスは死んでいたラザロ、ヤイロの娘に命を与えました。

最初の御ミサである最後の晩餐で、イエスはパンを取り、賛美の祈りを唱えて、「このパンは私の体である」と言われました。イエスの時代、「体」とは「その人自身」を意味していました。つまり、イエスは「これは私自身です」と言っているのです。

イエスは、これらの非常に重要な言葉を語った後、「わたしの記念としてこのように行いなさい」と言いました。今日の御ミサはイエスを記念するものです。イエスは非常に寛大です。イエスは私たちに、心の糧としてご自身を与え、人生の道を歩む力と励ましを与えてくださいます。

今日から 4 週の御ミサの間、ご聖体で私たちにご自身を捧げてくださるイエスの美しさ、寛大さ、愛について深く考えましょう。

イエスの食卓に招かれた人は幸い。