

# 四旬節 2019

被造物は、神の子たちの現れるのを  
切に待ち望んでいます。

(ローマ 8・19)

カリタス ジャパン<sup>®</sup>  
 **Caritas**  
Japan<sup>®</sup>

中面がカレンダーになっています

シリア・アレppo ©Patrick Nicholson/Caritas

## 2019年四旬節 教皇メッセージ

「被造物は、神の子たちの現れるのを切に待ち望んでいます」(ローマ8・19)



親愛なる兄弟姉妹の皆さん

神は母なる教会を通して、「信じる人々が復活の神秘を喜びのうちに待ち望み、年ごとに心を清めて迎えるよう導かれます。こうしてわたしたちは……新しいいのちの秘跡にともにあずかり、神の子

の豊かな恵みに満たされます」(「叙唱」四旬節一)。ですからわたしたちは、キリストの過越の神秘によってすでに与えられている救いの完成に向けて、復活祭から復活祭へと歩むことができます。「わたしたちは、このような希望によって救われているのです」(ローマ8・24)。地上の生活においてわたしたちの中ですでに働いているこの救いの神秘は、歴史と全被造物をも含む動的なプロセスです。聖パウロが述べているように、「被造物は、神の子たちの現れるのを切に待ち望んでいます」(ローマ8・19)。こうした観点から、来る四旬節における回心の旅に伴う黙想の手がかりをいくつか示したいと思います。

## 1. 被造物のあがない

典礼暦の頂点であるキリストの受難と死と復活を記念する聖なる過越の三日間は、御子の姿に似た者となること(ローマ8・29参照)は神のあわれみのはかり知れないたまものであることを自覚して、備えの道を旅するようつねに招いています。

人は、神の子として生きるならば、聖霊の導きのもとに(ローマ8・14参照)あがなわれた者として生きるならば、さらには自分自

福 マルコ 10・17-27

4  
Mon

福 マルコ 10・28-31

5  
Tue

福 マタイ 6・1-6, 16-18

灰の水曜日〔大斎・小斎〕

6  
Wed

福 ルカ 9・22-25

7  
Thu

福 マタイ 9・14-15

8  
Fri

福 ルカ 5・27-32

9  
Sat

福 ルカ 4・1-13

四旬節第1主日

10  
Sun

福 マタイ 25・31-46

11  
Mon

福 マタイ 6・7-15

12  
Tue

福 ルカ 11・29-32

13  
Wed

福 マタイ 7・7-12

14  
Thu

福 マタイ 5・20-26

15  
Fri

福 マタイ 5・43-48

16  
Sat

身の心と自然界に刻まれたおきてを始めとする神のおきてを理解し、実践できるならば、被造物のあがないに協力することを通して、「被造物のためにも役立つことができます」。だからこそ、聖パウロが述べているように、被造物は神の子たちが現れるのを切に待ち望んでいるのです。別のことばで言えば、イエスの過越の神秘の恵みにあずかる人は、人間のからだのあがないの成就という実りを、十分に味わいます。聖人たちは、キリストの愛によっていのち——霊、魂、からだ——を変えられ、神を賛美します。そして、アシジの聖フランシスコの賛歌「太陽の歌」に素晴らしいかたちで表れているように、彼らは祈り、観想、芸術を通して、被造物をも巻き込みながら神を賛美します（回勅『ラウダート・シ』87参照）。しかし、あがないによって生まれたこの世界の調和は、罪と死という負の力によって絶えず脅かされ続けています。

## 2. 破壊をもたらす罪の力

実際、神の子として生きていなければ、わたしたちはたびたび隣人や他の被造物に対して——自分自身にさえ——破壊的な態度をとり、すべてを自分の意のままに利用できるという考えを、多かれ少なかれ抱いてしまいます。それにより、節度のない行いが横行し、

人間の条件と自然を尊ぶことからくる制約を逸脱した生活様式が現れ、歯止めの利かない欲望に従うようになります。「知恵の書」によれば、その欲望は神を信じない者、つまり自分の行いについても、未来への希望についても神をよりどころとしない者たちのものです（2・1－11参照）。もしわたしたちが絶えず復活祭へと、主の復活の地平へと向かわなければ、「すべてを今、欲しい」「つねにもっと欲しい」といった考え方がますますはびこることは明らかです。

罪はあらゆる悪の根源であり、原初に現れたときから、神、他者、被造物とわたしたちとの交わり、何よりもまず人間のからだを通してのつながりであるその交わりを阻害してきたことはいうまでもありません。神との交わりが絶たれば、園が荒れ野と化したように（創世記3・17－18参照）、人間と、そこで生きるよう人々が招かれている環境との間の調和的な関係も傷つけられます。罪は、人間に自分のことを被造物の神、絶対的な君主であるという考えを抱かせ、たとえ他者や被造物を傷つけても、創造主のみ旨のためではなく自分の利益のために被造物を利用するよう人間を仕向けます。

神のおきて、愛のおきてを捨て去るなら、弱肉強食の法則を肯定するようになります。人間の心に潜む罪（マルコ7・20－23参照）

福 ルカ 9・28b-36

3/17 Sun

四旬節第2主日

福 ルカ 6・36-38

18 Mon

福 マタイ 1・16,18-21,24a  
△ルカ 2・41-51a

聖ヨセフ

19 Tue

福 マタイ 20・17-28

20 Wed

福 ルカ 16・19-31

春分の日  
21 Thu

福 マタイ 21・33-43, 45-46

性虐待被害者のための祈りと償いの日

22 Fri

福 ルカ 15・1-3, 11-32

23 Sat

福 ルカ 13・1-9

四旬節第3主日

24 Sun

福 ルカ 1・26-38

神のお告げ

25 Mon

福 マタイ 18・21-35

26 Tue

福 マタイ 5・17-19

27 Wed

福 ルカ 11・14-23

28 Thu

福 マルコ 12・28b-34

29 Fri

福 ルカ 18・9-14

30 Sat

——それはどん欲であること、過剰な幸せを求めること、他者の幸せに対して、そしてしばしば自分の幸せにさえ無関心であることとして表れます——は、被造物、人間、環境からの搾取をもたらします。その搾取は、あらゆる欲望を権利としてとらえ、最終的には手中にしているものすら破壊してしまう、飽くなき欲望によるものです。

### 3. 悔い改めとゆるしがもつ、いやす力

ですから被造物は、「新しく創造された者」となった神の子たちが、今まさに現れることを切望しています。「キリストと結ばれる人はだれでも、新しく創造された者なのです。古いものは過ぎ去り、新しいものが生じた」(二コリント5・17)。実に、神の子たちが現れば、被造物も新しい天と新しい地に向けて自らを開け放ち(黙示録21・1参照)、「過越を祝える」ようになります。復活祭への歩みは、過越の神秘の恵みの豊かさを余すことなく享受するために、悔い改め、回心、ゆるしを通してキリスト者としての顔と心を取り戻すようわたしたちを招いています。

被造物のこの「切望」、この期待は、神の子たちが現れるとき、すなわちキリスト者とすべての人が、回心に伴う「労苦」に決意を

もって踏み出すときになえられます。すべての被造物はわたしたちとともに、「いつか滅びへの隷属から解放されて、神の子どもたちの栄光に輝く自由にあずか」(ローマ8・21)るために出向いて行くよう招かれています。四旬節はこの回心の秘跡的なしるしです。四旬節は、とりわけ断食と祈り、施しを通して、個人、家庭、社会生活のなかで、さらなる熱心さと具体性をもって過越の神秘を体現するようキリスト者を招いています。

「断食」とは、他者と被造物に対する姿勢を変えるすべを身につけることです。それは、自分の強欲を満たすために何もかも「むさぼりたい」という欲望から離れて、心の空白を満たしてくれる愛のために苦しむことのできる状態へと変わることです。「祈り」は、偶像崇拜や、自力で何でもできるという考えを捨てるために、また、自分には主と、主のいつくしみが必要であることを宣言するためにささげます。「施し」は、未来は自分たちのものではないにもかかわらず、その未来を手に入れられると錯覚し、自分自身のためにすべてを蓄えて生きようという愚かな考えを捨てるために行います。こうしてわたしたちは、兄弟姉妹と全世界を愛し、その愛のうちに真の幸せを見いだすという、被造物とわたしたちの心に神が用意してくださった計画がもたらす喜びを実感するのです。

福 ヨハネ 4・43-54

4/1 Mon

福 ヨハネ 5・1-3a, 5-16

2 Tue

福 ヨハネ 5・17-30

3 Wed

福 ヨハネ 5・31-47

4 Thu

福 ヨハネ 7・1-2, 10, 25-30

5 Fri

福 ヨハネ 7・40-53

6 Sat

福 ヨハネ 8・1-11

7 Sun

福 ヨハネ 8・12-20

8 Mon

福 ヨハネ 8・21-30

9 Tue

福 ヨハネ 8・31-42

10 Wed

福 ヨハネ 8・51-59

11 Thu

福 ヨハネ 10・31-42

12 Fri

福 ヨハネ 11・45-56

13 Sat

福 ルカ 23・1-49  
△22・14～23・56

受難の主日 (枝の主日)  
世界青年の日

4 / 14 Sun

親愛なる兄弟姉妹の皆さん、神の御子の「40日間」は、神と結ばれた原罪以前の「園」の状態へと戻すために、被造物の「荒れ野」に入ることでした (マルコ 1・12 - 13、イザヤ 51・3 参照)。キリストの希望が被造物にももたらされ、「いつか滅びへの隷属から解放されて、神の子どもたちの栄光に輝く自由にあずかれる」(ローマ 8・21) よう、わたしたちの四旬節が同じ道をたどりますように。この有益な時間を無駄に過ごしてはなりません。真の回心の道を進めよう、神に助けを求めましょう。自分だけを見つめる利己主義を捨て、イエスの過越に目を向けましょう。困窮している兄弟姉妹に寄り添い、霊的、物的な財を彼らと分かち合しましょう。罪と死に対するキリストの勝利をこのように実生活で具体的に受けとめ、その変革の力を被造物にも届けましょう。

バチカンにて  
2018年10月4日  
アシジの聖フランシスコの記念日



福 ヨハネ 12・1-11

15 Mon

福 ヨハネ 13・21-33, 36-38

16 Tue

福 マタイ 26・14-25

17 Wed

福 ヨハネ 13・1-15

聖木曜日 (主の晩さん)

18 Thu

福 ヨハネ 18・1～19・42

聖金曜日 (主の受難) (大斎・小斎)  
聖地のための献金

19 Fri

聖土曜日

20 Sat

福 ヨハネ 20・1-9

復活の主日

21 Sun

福 マタイ 28・8-15

22 Mon

福 ヨハネ 20・11-18

23 Tue

福 ルカ 24・13-35

24 Wed

福 ルカ 24・35-48

25 Thu

福 ヨハネ 21・1-14

26 Fri

福 マルコ 16・9-15

27 Sat

# 2018年四旬節献金 支援先



インド

## 年間一括援助

少数民族やダリット（被抑圧層）などカースト制度外で尊厳を奪われ、貧しい生活を余儀なくされている人々、特に女性が権利を回復し、家族や地域の生活向上に主体的に関わって経済的に自立しています。

## インドからの帰還者支援

30年近く続いた国内紛争（2009年に終結）では、25万世帯以上が国外へ避難したといわれています。そのうちインドからの帰還を希望する人は多いものの、スリランカ国内の受け入れ体制に課題があり、それらに働きかけていくための試験的プロジェクトが今年始まりました。



スリランカ



## プランテーション地域女性の地位向上支援

紅茶プランテーション地域で暮らす多くの女性たちが移住労働へ向き、人身売買に巻き込まれるケースが深刻化しています。女性の地位向上のための啓発プログラムを実施し、リスクから身を守るための情報を提供しています。



## 諸宗教対話による 平和構築支援

宗教的少数派に対する緊張が続く中、諸宗教のリーダーや若者たちが宗教を超えて互いに対話する機会を提供し、平和教育、平和構築を進めています。

## パキスタン

### 災害リスク軽減による コミュニティ強化支援

自然災害が多い同国では、国家事業の一環として、住民主導型の災害軽減プログラムを実施し、次の災害に備える知恵を伝授するとともに、被災した人々が起き上がる力を後押ししています。



## キルギス



## 北部対象の生涯教育事業

若者を対象に、野外活動などの生涯教育を通してリーダーシップトレーニングを実施しています。これらの若者がリーダーとなり、コミュニティが活性化していくことが期待されています。



### 人身取引防止と連携した 生活生計事業

人身取引問題に取り組む中、解決策の一つとして「コミュニティで生計を立てるための新しい農業」研修を実施し、幅広い世代の住民が地元で生きていける道づくりに着手しました。

## ミャンマー

### 安全な移住労働と 人身売買防止対策支援

同国の中で最も人身取引問題が深刻な地域を対象に、コミュニティでの啓発活動を通して、安全な移住労働のための情報を提供しています。また、移住労働先で深刻な被害にあった帰還者のケースをネットワーク機関へつなげ、課題解決に向けて取り組んでいます。



## パレスチナ

### 医療支援

政府の医療サービスが受けられない人々に対する保険制度への加入補助など、困窮した人々の生活支援に取り組んでいます。また、連携して活動する医療施設を対象に環境整備支援や薬品の提供も行っています。



## モンゴル

### カリタスマンゴル組織強化支援

カリタスマンゴルは2011年に国際カリタスの正式メンバーとなった若い組織であるため、組織運営を強化していくための支援を行っています。



## ヨルダン

### 女性移住労働者支援

経済的に困窮した女性移住労働者の生活全般を支える活動に取り組んでいます。医療、教育、居住環境、起業などの支援を通して、さまざまな形で少しずつ女性たちの生活が向上しています。

## 国内



### 北関東医療相談会

外国籍の特に困窮者への無料健康診断や医療相談事業を行っています。



### イラク難民とヨルダン人困窮者支援

イラク難民と、彼らを受け入れているヨルダン人困窮世帯の生活が向上するよう、様々な側面から支援しています。

## 四旬節「愛の献金」趣意書

この世界は、意味もなく無秩序のうちに存在しているものではありません。私たちの信仰は、神がご自分の秩序のうちに世界を創造されたことを教えています。そして私たちのいのちにも、神はご自分の似姿としての尊厳を与え、それぞれの使命を与えられました。

残念ながら、私たちは神が望まれた秩序を実現していませんし、多くのいのちが、その尊厳を奪われ、与えられた使命を十分に果たすことが適わない状況に置かれています。時としてそういった状況は、人間自身の過信と、欲望によってゆがめられた世界が生み出しています。

教皇様は、今年四旬節のメッセージで、人間と被造物との関係を見直し、人間の強欲さに身をゆだねるのではなく、謙遜のうちに互いを生かし合う関係を生み出すように呼びかけられます。私たちは、互いに競い合うのではなく、互いに助け合うようにと、神の法、愛の掟に生きる道を選び取りたいと思います。

四旬節は、こうした行動へと新たな一歩を踏み出す時でもあります。そのためには、私たちの信仰における絶えざる回心が不可欠です。信仰の原点に立ち返る時が必要です。私たちは福音の光を、すべての人にもたやすための努力を忠実に続けているのでしょうか。

教会の欠くべからざる本質的な要素の一つは愛の奉仕です。私たちにとって、愛の奉仕の業に励むことは、単に優しくな

ることを意味しているのではなく、信仰の本質を生きることそのものでもあります。その意味で、神からのたまものであるいのちを守るための様々な業は、まさしく愛の奉仕の業でもあります。

教会の伝統は私たちに、四旬節において「祈りと節制と愛の業」という三点をもって、信仰を見つめ直すように求めています。四旬節の献金は、犠牲としてささげる心をもって行う愛の業に他なりません。この四十日の間、犠牲の心をもって献金にご協力くださり、教会の愛の業とともに参加してください。一緒に神からのたまものであるいのちを守りましょう。

緊急災害援助にとどまらず、国内外において危険にさらされている多くの「いのち」を守る活動のため、また途上国での少数民族の子どもたちの教育支援や女性の自立支援など、長い時間をかけて実施されるプログラム支援のためにも、四旬節に寄せられる献金は不可欠です。カリタスジャパンが行う支援は、もちろん皆様の募金に支えられていますが、その三分の一は四旬節献金によって支えられております。

今年四旬節にも、あなたの節制の心をもってわかちあう愛の心が、世界の多くの人に届きますように、どうか四旬節献金にご協力ください。

2019年3月6日 灰の水曜日  
カリタスジャパン責任司教 タルチシオ 菊地 功

## 2018年四旬節キャンペーン報告

### 四旬節献金総額 68,211,396 円

#### 主な援助先

		(円)
インド	年間一括援助 2018/19	5,632,500
スリランカ	インドからの帰還者支援	2,272,400
	プランテーション地域女性の地位向上支援 3/3 年目	2,389,629
パキスタン	諸宗教対話による平和構築支援 3/3 年目	3,932,400
	災害リスク軽減によるコミュニティ強化支援 3/3 年目	2,580,178
キルギス	北部対象の生涯教育事業	536,813
ミャンマー	人身取引防止と連携した生活生計事業	1,729,864
	安全な移住労働と人身売買防止対策支援	3,976,700
パレスチナ	医療支援 2018	1,729,198
モンゴル	カリタスモンゴル組織強化支援	2,777,750
ヨルダン	女性移住労働者支援 2018	1,087,500
	イラク難民とヨルダン人困窮者支援 2018	2,175,000
国内	北関東医療相談会	1,000,000

(2018年12月末日現在)

事前に当協議会事務局に連絡することを条件に、通常の印刷物を読めない、視覚障がい者その他の人のために、録音または拡大による複製を許諾する。ただし、営利を目的とするものは除く。なお、点字による複製は著作権法第37条第1項によりいっさい自由である。

この小冊子は点訳・録音テープの作成をロゴス点字図書館にお願いしています。2010年1月1日より著作権法が改正され、これまで視覚障がい者のみに貸し出されていた点字図書館の録音図書（テープ・CD）が高齢、病気などの理由で活字の本を読むことが困難な人にも貸し出されることになりました。ご希望の方はロゴス点字図書館（電話：03-5632-4428）までお問い合わせ下さい。

## 四旬節キャンペーン小冊子 2019年

---

2019年3月6日 発行                      © カトリック中央協議会 2019年

編集 カリタスジャパン

発行 カトリック中央協議会

〒135-8585 東京都江東区潮見2-10-10

日本カトリック会館内 電話 03-5632-4411

カリタスジャパン 電話 03-5632-4439（直通） FAX 03-5632-4464

E-mail [info@caritas.jp](mailto:info@caritas.jp) URL <https://www.caritas.jp/>

---

印刷 精興社