



祈りま  
しょう

LET US  
PRAY  
*OREMUS*

祈りの*e-book*ご紹介 | *A New Catholic e-book*

第2回 日本カトリックカンファレンス 2020

*The 2nd (Online) 2020* CATHOLIC JAPAN  
NATIONAL CATHOLIC AWARENESS CONFERENCE



**National Catholic Awareness Conference Japan  
Remembering the Visit of Pope Francis to Japan  
Sharing the Joy of the Gospel  
on the 471<sup>st</sup> Anniversary of Christianity in Japan**

**Rosary Booklet Working Document**

[The Rosary](#)

[The History of the Rosary](#)

[Rosary Indulgence](#)

[The Fifteen Promises Granted to Those Who Recite the Rosary](#)

[How to Pray the Rosary](#)

[The Sign of the Cross](#)

[Signum Crucis](#)

[Apostles Creed](#)

[Symbolum Apostolorum](#)

[Our Father](#)

[Pater Noster](#)

[Play the Pater Noster](#)

[Hail Mary](#)

[Áve María](#)

[Glory be](#)

[Gloria](#)

[Fatima Prayer](#)

[Oratio Fatima](#)

[Hail, Holy Queen](#)

[Salve Regina](#)

[Final Prayer](#)

[Final Prayer](#)

[The Mysteries of the Holy Rosary](#)

[Joyful Mysteries \(Monday, Saturday\)](#)

[Sorrowful Mysteries \(Tuesday, Friday\)](#)

[Glorious Mysteries \(Wednesday, Sunday\)](#)

[Luminous Mysteries \(Thursday\)](#)

## Meditationes Rosarii

I. Mysteria Gaudiosa

II. Mysteria Luminosa

III. Mysteria dolorosa

IV. Mysteria gloriosa

## ロザリオの祈り

歴史

ロザリオの祈りと免償

聖母マリアからロザリオを祈る人々への15の約束

祈り

十字架のしるし

使徒信条（信仰宣言）

主の祈り

アヴェ・マリアの祈り

栄唱

ファティマの祈り

元后 あわれみの母

## ロザリオの神秘

喜びの神秘（月と土）

光の神秘（木）

苦しみの神秘（火と金）

栄えの神秘（水と日）

## More Marian Prayers

The Sub Tuum Praesidium

(Under Your Patronage)

The Sub Tuum Praesidium

聖母への祈り

The Memorare (REMEMBER)

The Memorare

聖母の御保護を求むる祈り

The Angelus

The Angelus

お告げの祈り

The Cantic of Mary (Lk 1:46-55)

マリアの賛歌

Mother of the Redeemer

Alma Redemptoris

救い主を育てた母 (Alma Redemptoris Mater)

Hail, Queen of Heaven

Ave, Regina Caelorum

天の元后 天の女王 (Ave Regina Caelorum)

[Queen of Heaven](#)

[Regina Caeli](#)

[天の元后 喜びたまえ \(Regina Caeli\)](#)

[The Litany of Loreto](#)

[Litaniae Lauretanae](#)

[聖マリアの連願](#)

[Fatima Prayers](#)

## [OTHER PRAYERS](#)

[Prayer to St. Michael the Archangel](#)

[Sáncte Micháel Archángele](#)

[大天使聖ミカエルへの祈り](#)

[Suscipe \(English\)](#)

[Suscipe](#)

[自分を捧げる祈り \(聖イグナチオ\)](#)

[Anima Christi \(English\)](#)

[Anima Christi \(Latin\)](#)

[アニマ・クリステイ](#)

[Eucharistic Prayer of Akita](#)

[聖体奉仕会の祈り](#)

## [Devotion to Divine Mercy](#)

[Elements of the devotion to Divine Mercy](#)

[The Chaplet](#)

[The 3:00 o'clock hour](#)

[The Novena](#)

[The Feast](#)

[The Image](#)

[Chaplet of Divine Mercy](#)

[Glory Be](#)

[Our Father](#)

[Hail Mary](#)

[Apostles Creed](#)

[One Time:](#)

[Ten Times:](#)

[Three Times:](#)

[Optional Closing Prayer:](#)

## [神のいつくしみ](#)

[神のいつくしみへの信心](#)

[神のいつくしみへの信心の要となるもの](#)

[チャプレット \(祈りの花束\)](#)

[三時に、わたしの慈しみを懇願しなさい](#)

[ノヴェナ](#)

[神のいつくしみの祭日](#)



[神のいつくしみの御絵の啓示](#)  
[神のいつくしみのチャプレット](#)  
[はじめに](#)  
[主の祈り、アヴェ・マリアの祈り、使徒信条](#)  
[大珠で](#)  
[小珠で、10回](#)  
[以上を5連唱えたら、締めくくりに3回](#)

#### [Franciscan Prayers](#)

[Peace Prayer of St. Francis](#)  
[平和を願う祈り](#)  
[\(アッシジの聖フランシスコ\)](#)  
[The Canticle of Creatures](#)  
[太陽の賛歌](#)

#### [St Francis Xavier](#)

[My God](#)  
[十字架上のキリストへの祈り](#)

#### [St. Maximilian Kolbe](#)

[NOVENA PRAYER SEEKING THE INTERCESSION OF ST. MAXIMILIAN KOLBE](#)  
[RESPONSORY IN HONOR OF ST. MAXIMILIAN KOLBE](#)  
[PRAYER TO ST. MAXIMILIAN KOLBE](#)  
[“LOVE ALONE CREATE” PRAYER](#)  
[FOR ARDENT LOVE](#)  
[PRAYER FOR FAMILIES](#)  
[FAMILY AND FRIENDS PRAYER FOR THE ADDICTED](#)  
[A PRISONER’S PRAYER](#)  
[PRAYER TO END ABORTION](#)  
[KOLBEAN PRAYER TO MARY, MOTHER OF THE CHURCH](#)  
[KOLBEAN PRAYER FOR THE GRACE TO BE AN INSTRUMENT](#)

#### [More Prayers](#)

[The Prayer of Abandonment](#)  
[父なる神に身を託す祈り](#)  
[Prayer for Life\\*](#)  
[Prayer of Trust\\*](#)  
[Lorica of Saint Patrick](#)  
[聖パトリックの胸当て](#)  
[Chaplet of St. Michael:](#)  
[聖ミカエルのチャプレット](#)  
[Chaplet of the Seven Dolors of Our Lady](#)  
[天主の御母の七つの御悲しみ](#)  
[1. シメオンの預言](#)  
[2. エジプトへの避難](#)

- [3.イエズスは神殿におられ、御子を見失う](#)
  - [4.十字架の道にてイエズス、マリアに出会う](#)
  - [5.十字架上の御死去](#)
  - [6.イエズスの御体が十字架より降ろされる](#)
  - [7.イエズスの御葬り](#)
- [祈願](#)

[Prayer Before & After Personal Meditation](#)

[Before:](#)

[After:](#)

[Te Deum \(English\)](#)

[Te Deum \(Latin\)](#)

[感謝のうた \(Te Deum\) 口語](#)

[The Canticle of Zechariah](#)

[ザカリヤの歌](#)

[The Canticle of Simeon](#)

[シメオンの賛歌](#)

[Act of Faith](#)

[Actus Fidei](#)

[信仰の祈り](#)

[Act of Hope](#)

[Actus Spei](#)

[希望の祈り](#)

[Act of Charity](#)

[Actus Caritatis](#)

[愛徳の祈り](#)

[Act of Contrition](#)

[Actus Contritionis](#)

[悔い改める人の祈り](#)

[Psalm 50 – The Miserere](#)

[Miserere](#)

[Prayer for the World Suffering from the New Coronavirus Pandemic](#)

[新型コロナウイルス感染症に苦しむ世界のための祈り](#)

[An Act of Spiritual Communion](#)

[靈的聖体拝領の祈り](#)

[病人のための祈り](#)

[死者のための祈り](#)

[死者のための祈り \(レクイエム\)](#)

[ご聖体前の祈り](#)

[Tantum Ergo \(English\)](#)

[Tantum Ergo \(Latin\)](#)

[Tantum Ergo \(日本語\)](#)

[Eucharistic Exposition](#)

[Pange, Lingua \(English\)](#)

[Pange, Lingua \(Latin\)](#)

[聖体拝領](#)

[Divine Praises](#)

[Laudes Divinae](#)

[Laudate \(English\)](#)

[Laudate \(Latin\)](#)

[主を褒め称えよ](#)

[聖体降福式の時の讚美](#)

[Come Holy Spirit](#)

[Veni Creator Spiritus](#)

[Veni Creator Spiritus](#)

[Catholic Life and Moral Teachings](#)

[The Ten Commandments](#)

[十戒](#)

[The First Commandment our Lord gave](#)

[The Great Commandments of Love](#)

[愛の戒め](#)

[The Beatitudes](#)

[真福八端](#)

[THE GIFTS AND FRUITS OF THE HOLY SPIRIT](#)

[聖霊の七つの「実」](#)

[聖霊の十二の「実」](#)

[The Five Precepts of the Church](#)

[教会の五つの「おきて」](#)

[The Seven Corporal Works of Mercy](#)

[七つの「身体的な慈善のわざ」](#)

[The Seven Spiritual Works of Mercy](#)

[七つの「精神的な慈善のわざ」](#)

[The Four Last Things](#)

[Death](#)

[Judgment](#)

[Heaven](#)

[Hell](#)

[四終](#)

[1. 死](#)

[2. 審判](#)

[3. 地獄](#)

[4. 天国](#)

[The Virtues](#)

[The Cardinal Virtues](#)

[Prudence](#)

[Justice](#)

Fortitude

Temperance

四つの「枢要徳」

1. 賢明

2. 正義

3. 勇氣

4. 節制

The Theological Virtues

Faith

Hope

Charity

三つの「対神徳」

1. 信仰

2. 希望

3. 愛

The Seven Capital Sins

Pride

Greed

Jealousy

Anger

Lust

Gluttony

Sloth

七つの罪源

高慢

物欲

ねたみ

憤怒

色欲

どん食

怠惰

# The Rosary

As sailors are guided by a star to the port, so are Christians guided to Heaven by Mary.

*Saint Thomas Aquinas*

## The History of the Rosary

The use of beads or knotted rope to assist in prayer dates back at least to the Desert Fathers of the 3<sup>rd</sup> and 4<sup>th</sup> centuries.

According to tradition, the Rosary was given to Saint Dominic in 1221 during an apparition of the Blessed Mother to assist in combatting the heresy of Albigensianism. The Blessed Mother told Saint Dominic to teach people this devotion and promised that his apostolic efforts would be blessed with much success if he did. The religious order Dominic founded (the Dominicans) clearly played a major role in promoting the rosary throughout the world in the early years of this devotion.

In the medieval period, as a parallel to the monastic reading of the 150 psalms, the practice developed among the laity of praying the Our Father 150 times throughout the day, in a devotion that came to be known as “the poor man’s breviary.” With the eventual appearance in the Middle Ages of the Hail Mary (Ave Maria) prayer we know today, some laity began to recite these words in the manner of the Our Father—150 times, while counting their prayers on beads. By the fifteenth century, the 150 Hail Marys had been divided into sets of ten, known as “decades,” with an Our Father at the beginning of each.

In the sixteenth century, the sets of five Joyful, five Sorrowful, and five Glorious Mysteries as we know them today began to emerge. Also, the vocal prayers of the rosary were finalized and the Glory Be was added to the end of every decade. In 1569, Pope Saint Pius V officially approved the rosary in this form: fifteen decades of Hail Marys introduced by the Our Father and concluded with the Glory Be. In 2002, Pope John Paul II introduced the Luminous Mysteries with his Apostolic Letter on the Most Holy Rosary “*Rosarium Virginis Mariae*” completing the modern Rosary as we know it today. <sup>1</sup>

All Scripture quotes in this booklet are taken from the Douay-Rheims 1899 version. References to the Psalms are in accordance with the Greek

---

<sup>1</sup> Adapted from “The Origins of the Rosary” by Edward Siri at <https://blog.franciscanmedia.org/franciscan-spirit/the-origins-of-the-rosary>

numbering found in the Septuagint/Vulgate and derivative translations. For example, the Miserere is referred to as Psalm 50 in this booklet rather than Psalm 51 as it is numbered in translations based on the Hebrew/Masoretic numbering system.

## Rosary Indulgence

An indulgence is the remission of the temporal punishment (e.g. purgatory) associated with sin that has been confessed and forgiven. The Holy See maintains a record of all granted indulgences called the *Enchiridion Indulgentiarum*.

Indulgences can be plenary, remitting all temporal punishment, or partial, remitting only some portion of temporal punishment. A plenary indulgence has been granted by the Church for pious recitation of the Rosary if performed in accordance with the circumstances described below. Other examples of indulgences include visiting a graveyard on All Souls Day and at least 30 minutes of prayer in the presence of the Blessed Sacrament. From the *Enchiridion Indulgentiarum*:

“In all but the plenary indulgence of *In Articulo Mortis*, at the moment of death, a plenary indulgence mentioned below must be accompanied by the three prerequisites of a plenary indulgence.

1. Sacramental Confession,
2. Communion, and
3. Prayer for the intention of the Holy Father, all to be performed within days of each other if not at the same time.”<sup>2 3</sup>

“A plenary indulgence is granted, if the rosary is recited in a church or public oratory or in a family group, a religious community or pious association; a partial indulgence is granted in other circumstances. Now the rosary is a certain formula of prayer, which is made up of fifteen decades of 'Hail Marys' with an 'Our Father' before each decade, and in which the recitation of each decade is accompanied by pious meditation on a particular mystery of our Redemption. The name 'Rosary,' however, is

---

<sup>2</sup> From the *Enchiridion Indulgentiarum* as quoted at: <https://www.catholic.org/prayers/indulgw.php>

<sup>3</sup> Author's Note: It is commonly held that “within days” means within one week before or after the indulgenced act.



commonly used in reference to only a third of the fifteen decades. "The gaining of the plenary indulgence is regulated by the following norms:

A. The recitation of a third part only of the Rosary suffices; but the five decades must be recited continuously.

B. The vocal recitation must be accompanied by pious meditation on the mysteries."

C. In public recitation the mysteries must be announced in the manner customary in the place; for private recitation, however, it suffices if the vocal recitation is accompanied by meditation on the mysteries.

D. For those belonging to the Oriental rites, amongst whom this devotion is not practiced, the Patriarchs can determine some other prayers in honor of the Blessed Virgin Mary (for those of the Byzantine rite, for example, the Hymn 'Akathistos' or the Office 'Paraclisis'); to the prayers thus determined are accorded the same indulgences as for the Rosary."<sup>4</sup>

## **The Fifteen Promises Granted to Those Who Recite the Rosary**

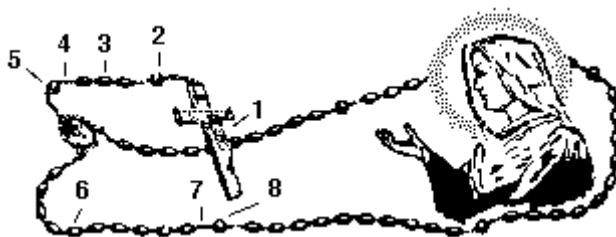
1. Whoever shall faithfully serve me by the recitation of the Rosary, shall receive signal graces.
2. I promise my special protection and the greatest graces to all those who shall recite the Rosary.
3. The Rosary shall be a powerful armor against hell, it will destroy vice, decrease sin, and defeat heresies.
4. The Rosary will cause virtue and good works to flourish; it will obtain for souls the abundant mercy of God; it will withdraw the hearts of men from the love of the world and its vanities and will lift them to the desire for eternal things. Oh, that souls would sanctify themselves by this means.
5. The soul which recommends itself to me by the recitation of the Rosary shall not perish.

---

<sup>4</sup> From the *Enchiridion Indulgentiarum* as quoted at: <https://www.catholic.org/prayers/indulgw.php>

6. Those who recite the Rosary devoutly, applying themselves to the consideration of its sacred mysteries shall never be conquered by misfortune. God will not chastise them in His justice, they shall not perish by an unprovided death; if they be just they shall remain in the grace of God and become worthy of eternal life.
7. Whoever shall have a true devotion for the Rosary shall not die without the sacraments of the Church.
8. Those who are faithful to recite the Rosary shall have during their life and at their death the light of God and the plenitude of His graces; at the moment of death they shall participate in the merits of the saints in paradise.
9. I shall deliver from Purgatory those who have been devoted to the Rosary.
10. The faithful children of the Rosary shall merit a high degree of glory in Heaven.
11. You shall obtain all you ask of me by the recitation of the Rosary.
12. All those who propagate the Holy Rosary shall be aided by me in their necessities.
13. I have obtained from my Divine Son that all the advocates of the Rosary shall have for intercessors the entire celestial court during their life and at the hour of death.
14. All who recite the Rosary are my sons and daughters, and brothers and sisters of my only Son Jesus Christ.
15. Devotion to my Rosary is a great sign of predestination.

## How to Pray the Rosary<sup>5</sup>



The steps to praying the Rosary are:

1. Make the Sign of the Cross and say the “Apostles’ Creed”
2. Say the “Our Father”
3. Say three “Hail Marys” for Faith, Hope, and Charity
4. Say the “Glory Be”

---

<sup>5</sup> Adapted from “How to Pray the Rosary” <https://www.rosarycenter.org/homepage-2/rosary/how-to-pray-the-rosary/>

5. Announce the First Mystery and then say the “Our Father”
6. Say ten “Hail Marys” while meditating on the Mystery
7. Say the “Glory Be” and the “O My Jesus” prayer requested by Mary at Fatima.
8. Announce the Next Mystery; then say the “Our Father” and repeat these steps (6 through 8) as you continue through the remaining Mysteries.
9. Say the closing prayers: the “Hail Holy Queen” and “Final Prayer” and the “Prayer of St. Michael.
10. Make the “Sign of the Cross”



[Rebecca Gorzynska chants Salve Regina](#)

## **The Sign of the Cross**

In the Name of the Father, the Son and of the Holy Spirit. Amen.

## **Signum Crucis**

In nomine Patris, et Filii, et Spiritus Sancti. Amen.

## **Apostles Creed**

I believe in God, the Father almighty, creator of heaven and earth, and in Jesus Christ, His only Son, our Lord, who was conceived by the Holy Spirit, born of the Virgin Mary, suffered under Pontius Pilate, was crucified, died, and was buried; He descended into hell; on the third day He rose again from the dead; He ascended into heaven and is seated at the right hand of God the Father almighty; from there He will come again to judge the living and the dead.

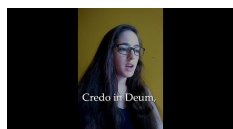
I believe in the Holy Spirit, the holy catholic Church, the communion of saints, the forgiveness of sins, the resurrection of the body, and life everlasting. Amen.

## **Symbolum Apostolorum**

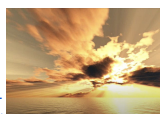
Crédo in Déum, Pátrém omnipoténtem, Creatórem cáeli et térræ. Et in Jésum Chrístum, Fílium éjus unícum, Dóminum nóstrum, qui concéptus est de Spírítu Sáncto, nátus ex María Vírgine, pássus sub Póntio Piláto, crucifíxus, mórtuus, et sepúltus. Descéndit ad íferos: tértia díe resurréxit a mórtuis: ascéndit ad cáelos: sédet ad délixteram Déi Pátris omnipoténtis: índe ventúrus est judicáre vívos et mórtuos.

Crédo in Spírítum Sánctum, sánctam Ecclésiám Cathólicam, Sanctórum communióne, remissionem peccatórum, cárnis resurrecciónem, vítam ætérrnam. Amen.

[Play the Credo](#)



[Play Creed I by John Michael Talbot](#)



### **Our Father**

Our Father, who art in heaven, hallowed be Thy name. Thy kingdom come, Thy will be done on earth as it is in heaven.

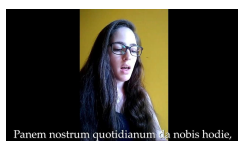
Give us this day our daily bread and forgive us our trespasses as we forgive those who trespass against us. And lead us not into temptation but deliver us from evil. Amen

### **Pater Noster**

Páter nóster, qui es in cáelis, sanctificétur nómen túum. Advéniat régnum túum. Fíat volúntas túa, sicut in cáelo et in térra.

Pánem nóstrum quotidiánum da nóbis hódie, et dimítte nóbis débíta nóstra, sicut et nos dimíttimus debitóribus nóstris. Et ne nos indúcas in tentatiónem: sed líbera nos a málo. Amen.

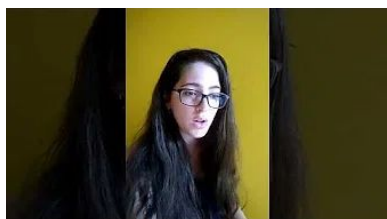
[Play the Pater Noster](#)



### **Hail Mary**

Hail Mary, full of grace, the Lord is with Thee. Blessed art Thou among women and blessed is the fruit of thy womb Jesus.

Holy Mary, Mother of God, pray for us sinners, now, and in the hour of our death. Amen.



[Rebecca Gorzynska chants The Ave Maria](#)

## Áve María

Áve María, grátia pléna, Dóminus técum; benedícta tu in muliéribus, et benedíctus frúctus véntris túi, Jésus.

Sáncta María, Máter Déi, óra pro nóbis peccatóribus, nunc et in hóra mórtis nóstræ.

Amen.

## Glory be

Glory be to the Father, and to the Son, and to the Holy Spirit. As it was in the beginning, is now, and ever shall be, world without end. Amen.

## Gloria

Glória Pátri, et Fílio, et Spirítui Sáncto. Sícut érat in princípío et nunc et sémper et in sáecula sæculórum. Amen.



[Rebecca Gorzyska chants the Gloria](#)

## Fatima Prayer

O my Jesus, forgive us our sins and save us from the fires of Hell. Lead all souls to heaven, especially those in most need of Thy mercy. Amen.

## Oratio Fatima

O mi Jesu, dimítte nobis debita nostra, salva nos ab igne inférni, perduc in cælum omnes ánimas, præsértim eas quæ misericórdiæ tuæ máxime indigent. Amen.



## Hail, Holy Queen

Hail holy Queen, Mother of mercy, our life, our sweetness, and our hope. To thee do we cry, poor banished children of Eve. To thee do we send up our sighs, mourning and weeping in this valley of tears. Turn then, most gracious Advocate, thine eyes of mercy toward us. And after this our exile show unto us the blessed fruit of thy womb, Jesus. O clement, O loving, O sweet Virgin Mary.

V. Pray for us, O holy Mother of God,

R. That we may be made worthy of the promises of Christ.

## Salve Regina

Sálve Regína, máter misericórdiæ: víta, dulcédo, et spes nóstra, sálve. Ad te clamámus, exsúles filii Hérvæ. Ad te suspirámus, geméntes et fléntes in hac lacrimárum vállle. Éja érgo, Advocáta nóstra, illos túos misericórdes óculos ad nos convérte. Et Jésum, benedíctum frúctum véntris túi, nóbis post hoc exsílum osténde O Clemens. O pia: O dulcis Virgo Maria.

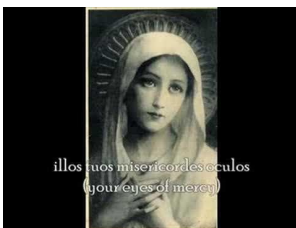
V. Óra pro nóbis sáncta Déi Génitrix

R. Ut dígni efficiámur promissionibus Chrísti.

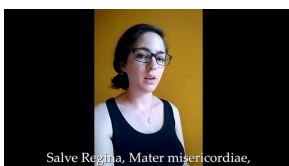


[Play the Salve Regina by Monastic Choir of the Abbey of Notre-Dame Fontgombault](#)

---



[Play Salve Regina \(chanted\)](#)



[Rebecca Gorzynska chants Salve Regina](#)

## Final Prayer

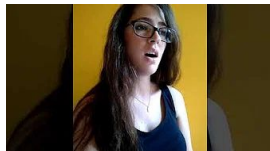
Let us pray:

O God, Who by the life death and resurrection of Thy only-begotten Son, hath purchased for us the rewards of eternal salvation, grant, we beseech Thee, that while meditating on these sacred mysteries of the most holy Rosary of the Blessed Virgin Mary, we may imitate what they contain and obtain what they promise, through the same Christ our Lord. Amen.

## Final Prayer

Orémus:

Déus, cújus Unigénitus per vítam, mórtem et resurrectionem súam nóbis salútis ætérnæ præmia comparávit: concéde, quæsumus: ut hæc mystéria sacratíssimo beátæ Maríæ Vírginis Rosário recoléntes, et imitémur quod cóntinent, et quod promíttunt, assequámur. Per eúndem Chrístum Dóminum nóstrum. Amen.



[Rebecca Gorzyska chants Five Decades of the rosary with subtitles](#)

# THE JOYFUL MYSTERIES



## The Mysteries of the Holy Rosary

### Joyful Mysteries (Monday, Saturday)

1. **The Annunciation** “The angel said to her: Fear not, Mary, for thou hast found grace with God. Behold thou shalt conceive in thy womb, and shalt bring forth a son; and thou shalt call his name Jesus.” (Luke 1:30-31) (Fruit: Humility)
2. **The Visitation** “And Mary rising up in those days, went into the hill country with haste into a city of Judah. And she entered into the house of Zachary, and saluted Elizabeth.” (Luke 1:39-40) (Fruit: Love of neighbor)
3. **The Nativity** “And she brought forth her firstborn son, and wrapped him up in swaddling clothes, and laid him in a manger; because there was no room for them in the inn.” (Luke 2:7) (Fruit: Poverty)
4. **The Presentation in the Temple** “And after the days of her purification, according to the law of Moses, were accomplished, they carried him to Jerusalem, to present him to the Lord.” (Luke 2:22) (Fruit: Obedience)
5. **Finding Jesus in the Temple** “And he said to them: How is it that you sought me? did you not know, that I must be about my father's business?” (Luke 2:49) (Fruit: Joy in finding Jesus)

<b>Monday:</b>	<b>Joyful</b>
<b>Tuesday:</b>	<b>Sorrowful</b>
<b>Wednesday:</b>	<b>Glorious</b>
<b>Thursday:</b>	<b>Luminous</b>
<b>Friday:</b>	<b>Sorrowful</b>
<b>Saturday:</b>	<b>Joyful</b>
<b>Sunday:</b>	<b>Glorious</b>

# THE SORROWFUL MYSTERIES



*The Agony in the Garden*

*The Scourging at the Pillar*

*The Crowning with Thorns*

*Jesus Carries the Cross*

*The Crucifixion*

## Sorrowful Mysteries (Tuesday, Friday)

1. **The Agony in the Garden** “And he saith: Abba, Father, all things are possible to thee: remove this chalice from me; but not what I will, but what thou wilt.” (Mark 14:36) (Fruit: Sorrow for Sin)
2. **The Scourging at the Pillar** “Then therefore, Pilate took Jesus, and scourged him.” (John 19:1) (Fruit: Purity)
3. **The Crowning with Thorns** “And plating a crown of thorns, they put it upon his head, and a reed in his right hand. And bowing the knee before him, they mocked him, saying: Hail, king of the Jews.” (Matthew 27:29) (Fruit: Courage)
4. **Jesus Carries the Cross** “Then therefore he delivered him to them to be crucified. And they took Jesus and led him forth. And bearing his own cross, he went forth to that place which is called Calvary, but in Hebrew Golgotha.” (John 19:16-17) (Fruit: Patience)
5. **The Crucifixion** “And he said to Jesus: Lord, remember me when thou shalt come into thy kingdom. And Jesus said to him: Amen I say to thee, this day thou shalt be with me in paradise.” (Luke 23:42-43) (Fruit: Perseverance)



# THE GLORIOUS MYSTERIES



*The Resurrection*

*The Ascension*

*The Descent of the Holy Spirit*

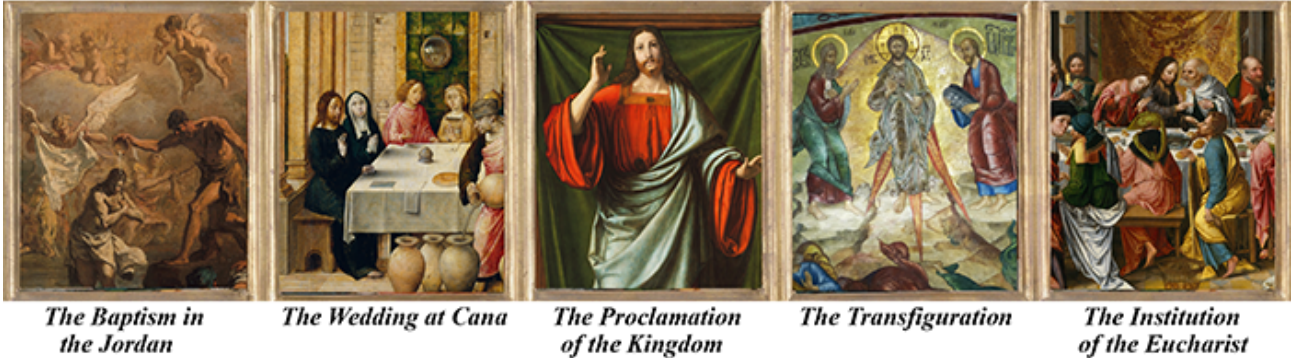
*The Assumption*

*The Coronation of Mary*

## Glorious Mysteries (Wednesday, Sunday)

1. **The Resurrection** “And the angel answering, said to the women: Fear not you; for I know that you seek Jesus who was crucified. He is not here, for he is risen, as he said. Come, and see the place where the Lord was laid.” (Matthew 28:5-6) (Fruit: Faith)
2. **The Ascension** “And it came to pass, whilst he blessed them, he departed from them, and was carried up to heaven. And they adoring went back into Jerusalem with great joy.” (Luke 24:51-52) (Fruit: Hope)
3. **The Descent of the Holy Spirit** “And when the days of the Pentecost were accomplished, they were all together in one place. And suddenly there came a sound from heaven, as of a mighty wind coming, and it filled the whole house where they were sitting.” (Acts 2:1-2) (Fruit: Love of God)
4. **The Assumption** “Because he hath regarded the humility of his handmaid; for behold from henceforth all generations shall call me blessed. Because he that is mighty, hath done great things to me; and holy is his name.” (Luke 1:48-49) (Fruit: Grace of a Happy Death)
5. **The Coronation of Mary** “And a great sign appeared in heaven: A woman clothed with the sun, and the moon under her feet, and on her head a crown of twelve stars.” (Rev 12:1) (Fruit: Trust in the intercession of Mary)

# THE LUMINOUS MYSTERIES



## Luminous Mysteries (Thursday)

1. **The Baptism in the Jordan** “I indeed baptize you in the water unto penance, but he that shall come after me, is mightier than I, whose shoes I am not worthy to bear; he shall baptize you in the Holy Ghost and fire.” (Matthew 3:11) (Fruit: Openness to the Holy Spirit)
2. **The Wedding at Cana** “And the wine failing, the mother of Jesus saith to him: They have no wine.” (John 2:3) (Fruit: To Jesus Through Mary)
3. **The Proclamation of the Kingdom** “And after that John was delivered up, Jesus came into Galilee, preaching the gospel of the kingdom of God, and saying: The time is accomplished, and the kingdom of God is at hand: repent, and believe the gospel. (Mark 1:14-15) (Fruit: Repentance, Trust in God)
4. **The Transfiguration** “And he was transfigured before them. And his face did shine as the sun: and his garments became white as snow.” (Matthew 17:2) (Fruit: Desire for Holiness)
5. **The Institution of the Eucharist** “And he said to them: With desire I have desired to eat this pasch with you, before I suffer.” (Luke 22:15) (Fruit: Eucharistic Adoration)



# Meditationes Rosarii

## I. Mysteria Gaudiosa

(In feria secunda et sabbato)

1. Quem, Virgo, concepisti. [Mt 1:18, Lc 1:26-38]
2. Quem visitando Elisabeth portasti. [Lc 1:39-45]
3. Quem, Virgo, genuisti. [Lc 2:6-12]
4. Quem in templo praesentasti. [Lc 2:25-32]
5. Quem in templo invenisti. [Lc 2:41-50]

## II. Mysteria Luminosa

(In feria quinta)

1. Qui apud Iordanem baptizatus est. [Mt 3:13, Mc 1:9, Jn 1:29]
2. Qui ipsum revelavit apud Canense matrimonium. [In 2:1-11]
3. Qui Regnum Dei annuntiavit. [Mc 1:15, Lc 10:8-11]
4. Qui transfiguratus est. [Mt 17:1-8, Mc 9:2-9]
5. Qui Eucharistiam instituit. [In 6:27-59, Mt 26:26-29, Mc 14:22-24, Lc 22:15-20]

## III. Mysteria dolorosa

(In feria tertia et feria sexta)

1. Qui pro nobis sanguinem sudavit. [Lc 22:39-46]
2. Qui pro nobis flagellatus est. [Mt 27:26, Mc 15:6-15, In 19:1]
3. Qui pro nobis spinis coronatus est. [In 19:1-8]
4. Qui pro nobis crucem baiulavit. [In 19:16-22]
5. Qui pro nobis crucifixus est. [In 19:25-30]

## IV. Mysteria gloriosa

In feria quarta et Dominica

1. Qui resurrexit a mortuis. [Mc 16:1-7]
2. Qui in caelum ascendit. [Lc 24:46-53]
3. Qui Spiritum Sanctum misit. [Acta 2:1-7]
4. Qui te assumpsit. [Ps 16:10]
5. Qui te in caelis coronavit. [Apoc 12:1]



[Play the rosary in Gregorian Chant](#)



# ロザリオの祈り

## 歴史

キリスト教の伝統の中で、アヴェ・マリアの祈りは初代教会から始まっていたと考えられている。ドミニコ会の創設者である聖ドミニコがアルビの聖堂で祈っている時に、聖母マリアからロザリオを授けられたと言われている（1214年）。15世紀にブルターニュのドミニコ会士アラヌス・デ・ルーペが、現在の形に「ロザリオの祈り」をまとめ普及させた<sup>[3]</sup>。最初の頃は、マリアの主な5つの喜びの黙想だけだったが、やがてイエス・キリストの誕生から始まって受難、復活、昇天という神秘の生涯を包括する黙想の形をとり、それによってマリアに対する愛と信心とともに救い主キリストに対する信仰を深めるための、素朴で誰でも近づきやすい方法の一つとして、普及していった。

1569年、ドミニコ会教皇ピウス5世は、教皇勅書によってカトリック教会の祈りとしてのロザリオの祈りを公式に確立した。さらに、10月7日に祝われる勝利の聖母の祝日（後にロザリオの聖母に変更）を制定することにより、ロザリオを教会暦と関連付けた。

16世紀から20世紀初頭まで、ロザリオの構造は基本的に変更されていなかった。15の神秘があり、15の神秘にそれぞれ10個の珠があった。20世紀に、各10個の珠の終わりにファチマの祈りを追加することがより一般的になった。ヨハネパウロ2世が光の神秘を制定した2002年まで、他の変更はなかった。

「ロザリオの教皇」として知られる教皇レオ13世は、ロザリオに関する12の回勅と5つの使徒的書簡を発行し、最も聖なるロザリオの元后をロレトの連

禱に追加した。教皇ピオ12世と彼の後継者たちは、ルルドとファチマで聖母の崇拝を積極的に推進し、これは、カトリック教会内のロザリオの新たな復活であると信じられている。

教皇ヨハネパウロ2世は、キリストの生涯についての黙想としてロザリオの、キリスト本位の性質を強調した使徒的書簡Rosarium Virginis Mariaeを発行した。教皇は「ロザリオを通して、信者は贖い主の母の手によって豊かな恵みを受ける」と書いた。

日本には16世紀にイエズス会宣教師によって初めてロザリオが伝えられた。

## ロザリオの祈りと免償

ロザリオの祈りを唱えると全免償を得ることができる。全免償は、有限の罰のすべてを免除する。

免償を受けたい人は、次の3つの基本的な条件を満たしていなければならない。その条件とは、

1. 免償を受けたいという心をもっていること。
2. 大罪がゆるされていること。
3. 免償を受けるために教会が定めているわざの、どれか一つを果たすこと。

全免償を受けるには、上にあげた3つの基本的な条件のほかに、次の条件も満たさなくてはならない。

1. 全免償を受けるために、教会によって定められているわざを果たす前後の数日～数週間のうちに、ゆるしの秘跡を受けること。
2. 同じ期間のうちに、聖体拝領をすること。
3. 教皇様の意向のために、「主の祈り」「アヴェ・マリアの祈り」「信仰宣言」などの祈りをする事。

Pauline 女子パウロ会より



## 聖母マリアからロザリオを祈る 人々への15の約束



聖母マリア様は、聖ドミニコと福者アランにロザリオを祈る人に次の15の約束をされました。

1 ロザリオを熱心に唱えた全ての人に、私は特別な保護と豊かな恵みを約束します。

2 ロザリオを忍耐強く、繰り返し唱える人は顕著な恵みを受けるでしょう。

3 ロザリオは地獄に対する力強い武器になるでしょう。ロザリオは悪をくだき、罪から救い異端を追い払うでしょう。

4 ロザリオは徳と善業を行わせ、最も豊かな神の慈しみを注ぎ、世を愛するよりも神を愛させ、天国の永遠の富を望むよう魂を高めるでしょう。ああ、それらの魂がロザリオによって、自分を聖化しますように！

5 ロザリオを通して、私に自分をゆだ

ねる人は滅びないでしょう。

6 それぞれの神秘を黙想しながら、ロザリオを信心深く唱える人は、不幸に打ち負かされる事も、不幸な死を迎える事もないでしょう。罪人は回心し、正しい人は恵みのうちに成長し、永遠の生命にふさわしい者となるでしょう。

7 ロザリオの信心に熱心な人は、教会による慰めや恵みなしに死ぬ事はないでしょう。

8 ロザリオを唱える人は生きていても、死に臨んでも、神の光、神の恵みに満たされ、祝福された者の功德にあやかる者となるでしょう。

9 私はロザリオの信心に熱心な靈魂を煉獄から速やかに救うでしょう。

10 私のロザリオによって、本当の子供となった人は、天国ですばらしい栄光を受けるでしょう。

11 ロザリオを通して、あなたが願う事をあなたはきっと得るでしょう。

12 ロザリオを広める人々は、自分が必要とするあらゆる時に、私を通して助けを得るでしょう。

13 ロザリオによって結ばれた仲間が、生きていても死んだ時も、天国の聖人と親しい交わりを持つ事が出来る様に、私は我が子イエズスを通して恵みをいただきました。

14 ロザリオを信心深く唱える人は、すべて私の愛しい子供たちで、イエズス・キリストの兄弟、姉妹なのです。

15 ロザリオの信心は、天の国に入る約束の特別なしるしなのです。

# 祈り

## 十字架のしるし

父と子と聖霊のみ名によって。

アーメン。

## 使徒信条（信仰宣言）

天地の創造主、

全能の父である神を信じます。

父のひとり子、わたしたちの主

イエス・キリストを信じます。

主は聖霊によってやどり、

おとめマリアから生まれ、

ポンティオ・ピラトのもとで苦しみを受け、

十字架につけられて死に、

葬られ、陰府に下り、

三日目に死者のうちから復活し、

天に昇って、

全能の父である神の右の座に着き、



生者と死者を裁くために来られます。

聖霊を信じ、

聖なる普遍の教会、聖徒の交わり、

罪のゆるし、

からだの復活、

永遠のいのちを信じます。

アーメン。

### 主の祈り

天におられるわたしたちたちの父よ。

み名が聖とされますように。

み国が来ますように。

みこころが天に行われるとおり、

地にも行われますように。

わたしたちの日ごとの糧を

今日もお与えください。

わたしたちの罪をおゆるしてください。

私たちも人をゆるします。

私たちを誘惑におちいらせず、

悪からお救いください。

アーメン。

### アヴェ・マリアの祈り

アヴェ・マリア、恵みに満ちた方、

主はあなたとともにおられます。

あなたは女のうちに祝福され、

ご胎内の御子イエスも祝福されています。

神の母聖マリア、私たち罪びとのために、

今も、死を迎えるときも、お祈りください。

アーメン。

### 栄唱

栄光は父と子と聖霊に。

初めのように、

今もいつも世々に。

アーメン。

## ファティマの祈り

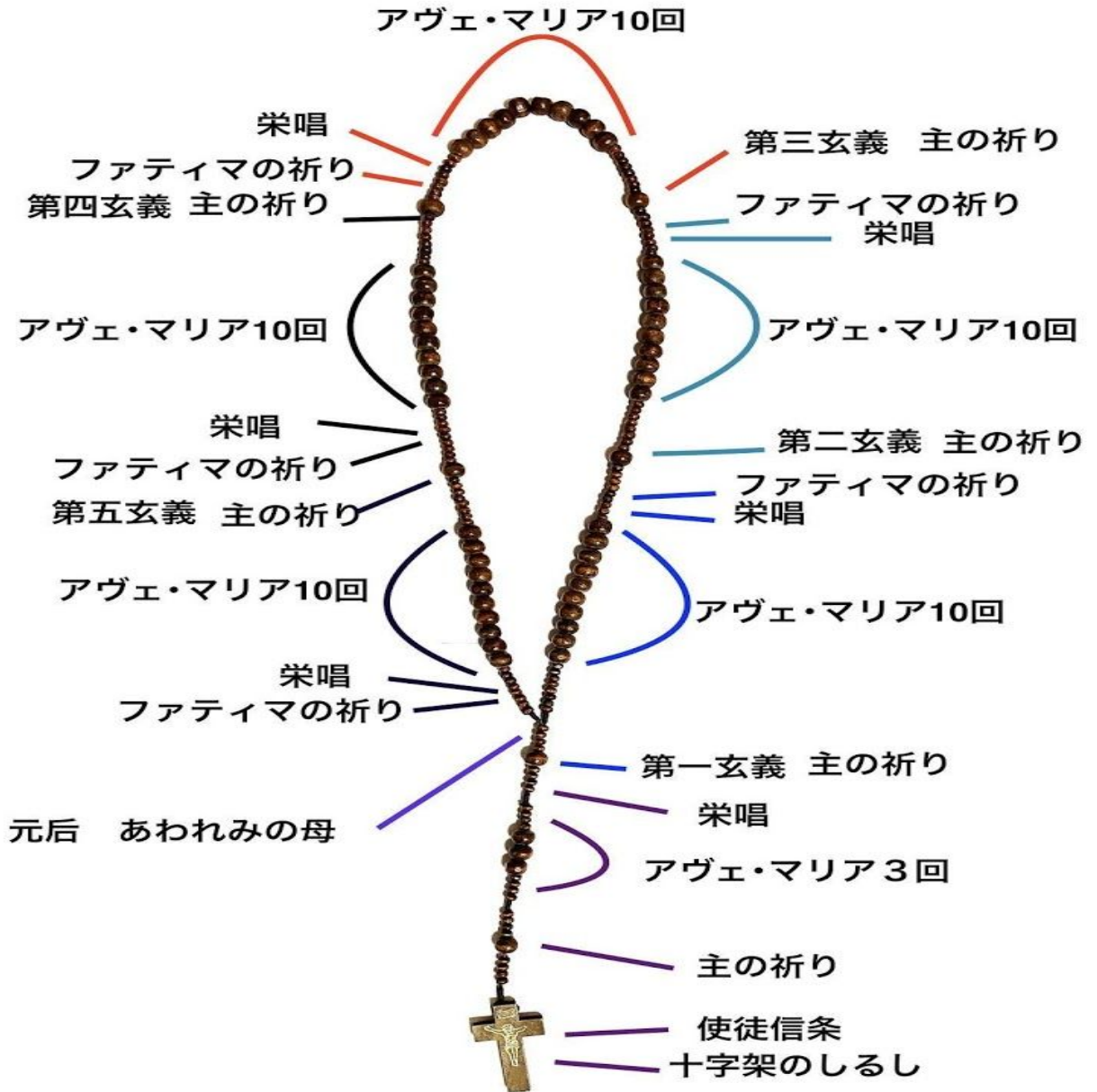
主イエス・キリスト、わたしたちの罪をゆるしてください。  
わたしたちを滅びから救い、すべての人々、  
ことにおんあわれみをもっとも必要としている人々を  
天国に導いてください。  
アーメン。

\*1973年6月29日に天使はシスター笹川にこの祈りを教え、ロザリオの各連の後に付けるように、と指導した。

## 元后 あわれみの母

元后 あわれみの母  
われらのいのち 喜び 希望。  
旅路からあなたに叫ぶエバの子  
なげきながら泣きながらも  
涙の谷にあなたを慕う  
われらのためにとりなすかた  
あわれみの目をわれらに注ぎ  
尊いあなたの子イエスを  
旅路の果てに示してください。  
おお、いつくしみ、恵みあふれる  
喜びのおとめマリア

# ロザリオの祈りの唱え方



# ロザリオの神秘

## 喜びの神秘 (月と土)



**第1 神秘 天使はイエスの誕生を告げる** (ルカ 1 : 26~38)  
マリアは大天使ガブリエルの受胎告知に、「私は主のはしたため、お言葉の通りなりますように」と答え、聖霊によって御子受肉の神秘の実現を見る。この一連をささげて、神に対する信頼の心を強めていただくように、聖母マリアの取次ぎを求めましょう。



**第2 神秘 マリアはエリザベトを訪問される** (ルカ 1 : 39~47)  
マリアは大天使から、親戚のエリザベトが神の恵みによって子を宿したことを知り、ユダの山地にエリザベトを訪問する。この一連をささげて、自分のことよりも、いつも喜んで他人に奉仕する愛の心を深めることが出来るように、聖母マリアの取次ぎを求めましょう。



**第3 神秘 イエスはマリアからお生まれになる** (ルカ 2 : 1~7)  
聖霊の力によってマリアに宿られた神の御一人子は、月満ちて、みどり児となってこの世に誕生し、ベトレヘムの馬小屋のまぐさ桶の中におかれる。この一連をささげて、神の御子が示した清貧の模範にならい、この世の富への執着から解放されるように、聖母マリアの取次ぎを求めましょう。



**第4 神秘 イエスは神殿にささげられる** (ルカ 2:21~24)  
イエスの誕生後、おきてに従って、マリアの清めと初子の奉獻のため、マリアとヨゼフは御子を抱いて神殿にのぼる。この一連をささげて、聖家族がモーセの律法の中に神の御旨を見出したように、日々の出来事を通して示される神の御旨を正しく見出すことが出来るように、聖母マリアの取り次ぎを求めましょう。



**第5 神秘 両親はイエスを神殿で見つける** (ルカ 2:41~50)  
12歳のイエスは、両親から離れてひとり神殿に残られた。マリアとヨゼフは御子を探し求めて三日目に、神殿の中におられるのを見出す。この一連をささげて、真の幸せはイ

エスと共にしかないことを悟る恵みを得ることが出来ますように、聖母マリアの取り次ぎを求めましょう。

## 光の神秘（木）

**第1 神秘 イエス、ヨルダン川で洗礼を受ける**（マルコ 1：9-12） イエスがヨルダン川で洗礼を受けられると、聖霊がくだり、「あなたはわたしの愛する子」という御父の声が聞こえました。この一連をささげて、洗礼の恵みを神に感謝し、聖霊に導かれて、神の子として生きることができるよう聖母の取り次ぎによって願いましょう。



**第2 神秘 イエス、カナの婚礼で最初のしるしを行う**（ヨハネ 2：1-12） イエスは、母マリアのとりなしに答え、カナの婚礼で水をぶどう酒に変えて、弟子たちの信じる心を開いてくださいました。この一連をささげて、イエスへの信仰を深めることができるよう聖母の取り次ぎによって願いましょう。



**第3 神秘 イエス、神の国の到来を告げ、人々を回心に招く**（ルカ 4：14-21；マル 1：15） イエスは、神の国の到来を告げ、人々を回心に招き、神のいつくしみを現してくださいました。この一連をささげて、イエスの招きに応え、心から悔い改めて、福音を信じる事ができるよう聖母の取り次ぎによって願いましょう。



**第4 神秘 イエス、タボル山で栄光の姿を現す**（マルコ 9：2-13） イエスは、タボル山で三人の弟子たちに栄光の姿を現し、困難を乗り越える希望の光を示してくださいました。この一連をささげて、主の変容を心に刻み、イエスに聞き従うことができるよう聖母の取り次ぎによって願いましょう。



**第5 神秘 イエス、最後の晩さんで聖体の秘跡を制定する**（マルコ 14：22-26） イエスは、最後の晩さんで、救いのいけにえ、永遠のいのちの糧として、パンとぶどう酒を用いて聖体の秘跡を定め、人類に対する愛の記念を残してくださいました。この一連をささげて、すべてを与え尽くされたイエスの愛に日々ならうことができるよう聖母の取り

次ぎによって願いましょう。



## 苦しみの神秘 (火と金)



**第一神秘 イエスはゲッセマネで苦しまれる**（ルカ 22:39～46）ゲッセマネの園でイエスは、迫り来る受難の前に血の汗を流すほどに苦しむが、あくまで父のみ旨の成就を祈る。この一連をささげて、イエスのみ心をこれほどまでに苦しめた私たちの罪の深さを悟ることができるように、聖母マリアの取り次ぎを求めましょう。

**第二神秘 イエスはむちで打たれる**（ヨハネ 18:13～14）イエスはポンシオ・ピラトの宮廷で残酷に鞭打たれたが、人々の救いのために。黙々と耐え忍ぶ。この一連をささげて、私たちが受けねばならない苦しみを、罪の償いとして、ささげる勇気を与えられるように、聖母マリアの取り次ぎを求めましょう。

**第三神秘 イエスはいばらの冠を受ける**（ヨハネ 19:1-3）兵士たちは、イエスをあざ笑っていばらの冠を、おしかぶせた。イエスは終始黙々として、この恐ろしい侮辱に耐える。この一連をささげて、信仰のためには人々からの侮辱を恐れない勇気を与えられるように、聖母マリアの取り次ぎを求めましょう。

**第四神秘 イエスは十字架をになって歩まれる**（マルコ 15:20～27）イエスは自ら十字架を担って、ゴルゴダを目指して歩み行く。この一連をささげて、私たちの日々の十字架を、イエスと共に担う力が与えられるように、聖母マリアの取り次ぎを求めましょう。

**第五神秘 イエスは十字架の上で亡くなられる**（マルコ 15:29～32）イエスは、私たちの罪のために、ご自分のいのちを御父にささげる。この一連をささげて、私たちのために死んで下さったイエスのいけにえが、私たちにとって無駄にならず、救いの恵みに与るように、聖母マリアの取り次ぎを求めましょう。

## 栄えの神秘（水と日）

**第一神秘 イエスは死から復活される**（マルコ 16:1～7）イエスはしに打ち勝って復活し、わたしたちのために永遠の生命への道を開く。この一連をささげて、わたしたちが、イエスの死にあやかることによって、その復活にもあやかることができるように、聖母マリアの取り次ぎを求めましょう。

**第二神秘 イエスは父のもとにのぼられる**（使徒行録 1:6～11）復活した主は、四十日目に弟子たちの前で天に昇り、父の右の座につく。この一連をささげて、わたしたちが、この世において神の国につらなるものとして生きることができるように、聖母マリアの取り次ぎを求めましょう。

**第三神秘 イエスは父のもとから聖霊を送られる**（使徒行録 2:1～4、32～41）主の昇天後十日目、祈っていた使徒たちの上に、約束された聖霊がくだって、使徒たちを照らし、力づける。この一連をささげて、弱い私たちが聖霊によって力づけられ、キリストの証人となることができるように、聖母マリアの取り次ぎを求めましょう。

**第四神秘 マリアは身も心も天にあげられる** 神は、御ひとり子の母マリアをこの地上に棄ておかず、その体を霊とともに、ご自分のもとに引き上げる。この一連をささげて、わたしたちも、母マリアのように、この世のいのちを全うして、天に迎えられるように、マリアの取り次ぎを求めましょう。

**第五神秘 マリアはイエスの栄光にあずかられる** 天に上げられた母マリアを、神は天使と人類との元后として立てる。この一連をささげて、わたしたちの母マリアに対して、子としての愛と尊敬を深め、ますますマリアに似たものとなることができるように、マリアの取り次ぎを求めましょう。

\*Used with the permission of <http://lumen-christi.com/>



# More Marian Prayers

## The Sub Tuum Praesidium

### (Under Your Patronage)

WE fly to your patronage,  
*O Holy Mother of God,*  
Despise not our petitions in our necessities,  
*But deliver us from all danger,*  
O ever glorious and blessed Virgin. Amen.

## The Sub Tuum Praesidium

SUB tuum praesidium confugimus, Sancta Dei Genetrix.  
Nostras deprecationes ne despicias in necessitatibus,  
sed a periculis cunctis libera nos semper,  
Virgo gloriosa et benedicta. Amen.

## 聖母への祈り

あなたの庇護のもとに、わたしたちは身を寄せます、  
神の聖なる御母よ。  
試練にあるわたしたちの願いを、さげすまないでください。  
わたしたちをすべての危険から、お救いください、  
栄光ある、祝福されたおとめよ。

## The Memorare (REMEMBER)

REMEMBER, O most gracious Virgin Mary, that never was it known that anyone who fled to thy protection, implored thy help, or sought thy intercession was left unaided.

*Inspired by this confidence, I fly unto thee, O Virgin of virgins, my Mother; to thee do I come; before thee I stand, sinful and sorrowful.*

O Mother of the Word Incarnate, despise not my petitions, but in thy mercy hear and answer me. Amen.

## The Memorare

MEMORARE, O piissima Virgo Maria, non esse auditum a saeculo, quemquam ad tua currentem praesidia, tua implorantem auxilia, tua petentem suffragia, esse derelictum.

Ego tali animatus confidentia, ad te, Virgo Virginum, Mater, curro, ad te venio, coram te gemens peccator assisto. Noli,

Mater Verbi, verba mea despiciere; sed audi propitia et exaudi. Amen.

### 聖母の御保護を求むる祈り

おとめマリアよ、あなたの御保護のもとにかけより、あなたの助けを祈り求め、あなたの御保護を願った人が、あなたから見離されたということは誰も聞いたためしがなかったことを想起してください。

母であり、おとめの中のおとめであるマリアよ、それゆえ、わたしはあなたへの信頼に勇気づけられ、

みもとにかけより、罪を悔い改めつつわたし自身をあなたにゆだねます。

み母よ、わたしのこの祈りを受け入れ、この願いを聞き入れてください。

アーメン。

## The Angelus

V: The Angel of the Lord declared unto Mary.

R: *And she conceived of the Holy Ghost.*

All: Hail Mary, full of Grace...

V: Behold the handmaid of the Lord.

R: *Be it done unto me according to thy word.*

All: Hail Mary, full of Grace...

V: And the Word was made Flesh.

R: *And dwelt among us.*

All: Hail Mary, full of Grace...

V: Pray for us, O Holy Mother of God.

R: *That we may be made worthy of the promises of Christ.*

V: Let us pray. Pour forth, we beseech Thee, O Lord, Thy grace into our hearts; that, we to whom the Incarnation of Christ, Thy Son, was made known by the message of an Angel, may by His Passion and Cross, be brought to the glory of His Resurrection. Through the same Christ our Lord. Amen.



[Pray the angelus \(spoken\)](#)

[Play the Angelus sung by the Daughters of Mary in Latin](#)

## The Angelus

V: Angelus Domini nuntiavit Mariae;

R: *Et concepit de Spiritu Sancto.*

All: Ave Maria, gratia plena...

V: Ecce ancilla Domini.

R: *Fiat mihi secundum verbum tuum.*

All: Ave Maria, gratia plena...

V: Et Verbum caro factum est.

R: *Et habitavit in nobis.*

All: Ave Maria, gratia plena...

V: Ora pro nobis, sancta Dei Genetrix.

R: *Ut digni efficiamur promissionibus Christi.*

V: Oremus. Gratiam tuam, quaesumus, Domine, mentibus nostris infunde; ut qui, Angelo nuntiante, Christi Filii tui incarnationem cognovimus, per passionem eius et crucem, ad resurrectionis gloriam perducamur. Per eundem Christum Dominum nostrum. Amen.

## お告げの祈り

先 主のみ使いのお告げを受けて、  
一同 マリアは聖霊によって神の御子を宿された。

アヴェ、マリア、恵みに満ちた方、  
主はあなたとともにおられます。  
あなたは女のうちに祝福され、  
ご胎内の御子イエスも祝福されています。  
神の母聖マリア、  
私たち罪びとのために、  
今も、死を迎える時も、お祈りください。  
アーメン。

先 私は主のはしため、  
一同 おことばどおりになりますように。

アヴェ、マリア、恵みに...

先 みことばは人となり、  
一同 私たちのうちに住まわれた。

アヴェ、マリア、恵みに...

先 神の母聖マリア、私たちのために祈ってください。  
一同 キリストの約束にかなうものとなりますように。

先 祈りましょう、神よ、  
一同 み使いのお告げによって、  
御子が人となられたことを知った私たちが、  
キリストの受難と十字架をとおして、  
復活の栄光に達することができるよう、  
恵みを注いでください。  
私たちの主イエス・キリストによって。アーメン。

## The Canticle of Mary (Lk 1:46-55)

My soul proclaims the greatness of the Lord,  
my Spirit rejoices in God my Saviour  
for He has looked with favor on His lowly servant.  
From this day all generations will call me blessed:  
The Almighty has done great things for me,  
and holy is His Name.  
He has mercy on those who fear Him in every generation.  
He has shown the strength of His arm,  
He has scattered the proud in their conceit.  
He has cast down the mighty from their thrones and has lifted up the lowly.  
He has filled the hungry with good things,  
and the rich He has sent away empty.  
He has come to the help of His servant Israel  
for He has remembered His promise of mercy, the promise He made to our fathers,  
to Abraham and his children forever.

## マリアの賛歌

わたしの魂は主をあがめ、  
わたしの霊は救い主である神を喜びたたえます。  
身分の低い、この主のはしためにも  
目を留めてくださったからです。  
今から後、いつの世の人も  
わたしを幸いな者と言うでしょう、  
力ある方が、  
わたしに偉大なことをなさいましたから。  
その御名は尊く、  
その憐れみは代々に限りなく、  
主を畏れる者に及びます。  
主はその腕で力を振るい、  
思い上がる者を打ち散らし、  
権力ある者をその座から引き降ろし、  
身分の低い者を高く上げ、  
飢えた人を良い物で満たし、  
富める者を空腹のまま追い返されます。  
その僕イスラエルを受け入れて、  
憐れみをお忘れになりません、  
私たちの先祖におっしゃったとおり、  
アブラハムとその子孫に対してとこしえに。



## Mother of the Redeemer

Suitable with the Joyful Mysteries

Loving mother of the Redeemer,

*Gate of heaven, star of the sea,*

Assist your people who have fallen yet strive to rise again.

*To the wonderment of nature you bore your Creator,*

yet remained a virgin after as before. *You who received Gabriel's joyful greeting,*

Have pity on us poor sinners.

## Alma Redemptoris

ALMA Redemptoris Mater, quae pervia caeli, Porta manes, et stella maris, succurre cadenti, Surgere qui curat, populo: tu quae genuisti,

Natura mirante, tuum sanctum Genitorem Virgo prius ac posterius,

Gabrielis ab ore Sumens illud Ave, peccatorum miserere.

## 救い主を育てた母 (Alma Redemptoris Mater)

救い主を育てた母

開かれた天の門

光輝く海の星

倒れる者に走り寄り

力づけてくださるかた

すべてのものが讃える中で

造り主を生んだ方

ガブリエルからことばを受けた

とわのおとめよ 祈りたまえ

われらのために祈りたまえ

## **Hail, Queen of Heaven**

Suitable with the Sorrowful Mysteries

Hail, Queen of heaven,

*Hail Lady of the angels.*

Hail root and gate

*From which the Light of the world was born.*

Rejoice glorious Virgin

*Fairest of all.*

Fare thee well, most beautiful

*And pray for us to Christ.*

V. Allow me to praise thee, holy Virgin.

R. Give me strength against thy enemies.

Let us pray,

*Grant, O merciful God, to our weak natures Thy protection, that we who commemorate the holy Mother of God may, by the help of her intercession, arise from our iniquities. Through the same Christ our Lord. Amen.*

## **Ave, Regina Caelorum**

AVE, Regina caelorum,

Ave, Domina Angelorum:

Salve, radix, salve, porta,

Ex qua mundo lux est orta:

Gaude, Virgo gloriosa,

Super omnes speciosa,

Vale, o valde decora

Et pro nobis Christum exora.

V. Dignare me laudare te, Virgo sacrata.

R. Da mihi virtutem contra hostes tuos.

Oremus,

Concede, misericors Deus, fragilitati nostrae praesidium; ut, qui sanctae Dei Genetricis memoriam agimus; intercessionis eius auxilio, a nostris iniquitatibus resurgamus. Per eundem Christum Dominum nostrum. Amen.



## 天の元后 天の女王 (Ave Regina Caelorum)

天の元后 天の女王  
世に光を生み出した  
命の泉 天の門  
喜べ おとめ 輝くおとめ  
すべてに優る とうといおとめ  
われらのためにキリストに  
祈りたまえ 祈りたまえ

## Queen of Heaven

O Queen of Heaven, rejoice, alleluia.

*For He whom you did merit to bear, alleluia,  
Has risen as He said, alleluia:  
Pray for us to God, alleluia.*

V. Rejoice and be glad, O Virgin Mary, alleluia.

R. *Because the Lord has truly risen, alleluia.*

Let us pray.

O God, You were pleased to give joy to the world through the resurrection of Your Son, our Lord Jesus Christ; grant, we beseech You, that through His mother, the Virgin Mary, we may obtain the joys of everlasting life.

Through the same Christ our Lord. Amen.

## **Regina Caeli**

REGINA, caeli, laetare, alleluia:

Quia quem meruisti portare, alleluia,

Resurrexit sicut dixit, alleluia.

Ora pro nobis Deum, alleluia.

V. Gaude et laetare, Virgo Maria, alleluia,

R. Quia surrexit Dominus vere, alleluia

Oremus

Deus, qui per resurrectionem Filii tui, Domini nostri Iesu Christi, mundum laetificare dignatus es: praesta, quaesumus; ut, per eius Genetricem Virginem Mariam, perpetuae capiamus gaudia vitae.

Per eundem Christum Dominum nostrum. Amen.



## 天の元后 喜びたまえ (Regina Caeli)

天の元后 喜びたまえ アレルヤ  
あなたに宿られた方は アレルヤ  
仰せのとおり復活された アレルヤ  
われらのために祈りたまえ アレルヤ



## The Litany of Loreto

Lord, have mercy on us.	<i>Lord, have mercy on us.</i>
Christ have mercy on us.	<i>Christ, have mercy on us</i>
Lord, have mercy on us.	<i>Lord, have mercy on us.</i>
Christ, hear us.	<i>Christ graciously hear us.</i>
God, the Father of heaven,	<i>have mercy on us.</i>
God the Son, Redeemer of the world,	<i>have mercy on us.</i>
God the Holy Ghost,	<i>have mercy on us.</i>
Holy Trinity, one God,	<i>have mercy on us.</i>
Holy Mary,	<i>pray for us.</i>
Holy Mother of God,	<i>pray for us.</i>
Holy Virgin of virgins,	<i>pray for us.</i>
Mother of Christ,	<i>pray for us.</i>
Mother of the Church,	<i>pray for us.</i>
Mother of divine grace,	<i>pray for us.</i>
Mother most pure,	<i>pray for us.</i>
Mother most chaste,	<i>pray for us.</i>
Mother inviolate,	<i>pray for us.</i>
Mother undefiled,	<i>pray for us.</i>
Mother most amiable,	<i>pray for us.</i>
Mother most admirable,	<i>pray for us.</i>
Mother of good counsel,	<i>pray for us.</i>
Mother of our Creator,	<i>pray for us.</i>
Mother of our Savior,	<i>pray for us.</i>
Virgin most prudent,	<i>pray for us.</i>
Virgin most venerable,	<i>pray for us.</i>
Virgin most reknowned,	<i>pray for us.</i>
Virgin most powerful,	<i>pray for us.</i>
Virgin most merciful,	<i>pray for us.</i>
Virgin most faithful,	<i>pray for us.</i>
Mirror of justice,	<i>pray for us.</i>
Seat of wisdom,	<i>pray for us.</i>
Cause of our joy,	<i>pray for us.</i>
Spiritual vessel,	<i>pray for us.</i>
Vessel of honor,	<i>pray for us.</i>
Singular vessel of devotion,	<i>pray for us.</i>
Mystical rose,	<i>pray for us.</i>
Tower of David,	<i>pray for us.</i>
Tower of ivory,	<i>pray for us.</i>
House of gold,	<i>pray for us.</i>
Ark of the covenant,	<i>pray for us.</i>
Gate of heaven,	<i>pray for us.</i>



Morning star,	<i>pray for us.</i>	
Health of the sick,	<i>pray for us.</i>	
Refuge of sinners,	<i>pray for us.</i>	
Comforter of the afflicted,	<i>pray for us.</i>	
Help of Christians,	<i>pray for us.</i>	
Queen of Angels,	<i>pray for us.</i>	
Queen of Patriarchs,	<i>pray for us.</i>	
Queen of Prophets,	<i>pray for us.</i>	
Queen of Apostles,	<i>pray for us.</i>	
Queen of Martyrs,	<i>pray for us.</i>	
Queen of Confessors,	<i>pray for us.</i>	
Queen of Virgins,	<i>pray for us.</i>	
Queen of all Saints,	<i>pray for us.</i>	
Queen conceived without original sin,	<i>pray for us.</i>	
Queen assumed into heaven,	<i>pray for us.</i>	
Queen of the most Holy Rosary,	<i>pray for us.</i>	
Queen of the family,	<i>pray for us.</i>	
Queen of Peace,	<i>pray for us.</i>	
Lamb of God, who takest away the sins of the world,		<i>spare us, O Lord.</i>
Lamb of God, who takest away the sins of the world,		<i>graciously hear us O Lord.</i>
Lamb of God, who takest away the sins of the world,		<i>have mercy on us.</i>

V. Pray for us, O holy Mother of God.

R. *That we may be made worthy of the promises of Christ.*

### **Litaniae Lauretanae**

Kyrie, eleison.	<i>Kyrie, eleison.</i>
Christe, eleison.	<i>Christe, eleison.</i>
Kyrie, eleison.	<i>Kyrie, eleison.</i>
Christe, audi nos.	<i>Christe, exaudi nos.</i>
Pater de caelis, Deus,	<i>miserere nobis.</i>
Fili, Redemptor mundi, Deus,	<i>miserere nobis.</i>

Spiritus Sancte Deus, <i>miserere nobis.</i>	
Sancta Trinitas, unus Deus, <i>miserere nobis.</i>	
Sancta Maria,	<i>ora pro nobis.</i>
Sancta Dei Genetrix,	<i>ora pro nobis.</i>
Sancta Virgo virginum,	<i>ora pro nobis.</i>
Mater Christi,	<i>ora pro nobis.</i>

Mater Ecclesiae,	<i>ora pro nobis.</i>
Mater Divinae gratiae,	<i>ora pro nobis.</i>
Mater purissima,	<i>ora pro nobis.</i>
Mater castissima,	<i>ora pro nobis.</i>
Mater inviolata,	<i>ora pro nobis.</i>
Mater intemerata,	<i>ora pro nobis.</i>
Mater amabilis,	<i>ora pro nobis.</i>
Mater admirabilis,	<i>ora pro nobis.</i>
Mater boni Consilii,	<i>ora pro nobis.</i>
Mater Creatoris,	<i>ora pro nobis.</i>
Mater Salvatoris,	<i>ora pro nobis.</i>
Virgo prudentissima,	<i>ora pro nobis.</i>
Virgo veneranda,	<i>ora pro nobis.</i>
Virgo praedicanda,	<i>ora pro nobis.</i>
Virgo potens,	<i>ora pro nobis.</i>
Virgo clemens,	<i>ora pro nobis.</i>
Virgo fidelis,	<i>ora pro nobis.</i>
Speculum iustitiae,	<i>ora pro nobis.</i>
Sedes sapientiae,	<i>ora pro nobis.</i>
Causa nostrae laetitiae,	<i>ora pro nobis.</i>
Vas spirituale,	<i>ora pro nobis.</i>
Vas honorabile,	<i>ora pro nobis.</i>
Vas insigne devotionis,	<i>ora pro nobis.</i>
Rosa mystica,	<i>ora pro nobis.</i>
Turris Davidica,	<i>ora pro nobis.</i>
Turris eburnea,	<i>ora pro nobis.</i>
Domus aurea,	<i>ora pro nobis.</i>
Foederis arca,	<i>ora pro nobis.</i>
Ianua caeli,	<i>ora pro nobis.</i>
Stella matutina,	<i>ora pro nobis.</i>
Salus infirmorum,	<i>ora pro nobis.</i>
Refugium peccatorum,	<i>ora pro nobis.</i>
Consolatrix afflictorum,	<i>ora pro nobis.</i>
Auxilium Christianorum,	<i>ora pro nobis.</i>
Regina Angelorum,	<i>ora pro nobis.</i>
Regina Patriarcharum,	<i>ora pro nobis.</i>
Regina Prophetarum,	<i>ora pro nobis.</i>
Regina Apostolorum,	<i>ora pro nobis.</i>
Regina Martyrum,	<i>ora pro nobis.</i>
Regina Confessorum,	<i>ora pro nobis.</i>
Regina Virginum,	<i>ora pro nobis.</i>
Regina Sanctorum omnium,	<i>ora pro nobis.</i>
Regina sine labe originali concepta,	<i>ora pro nobis.</i>
Regina in caelum assumpta,	<i>ora pro nobis.</i>
Regina Sanctissimi Rosarii,	<i>ora pro nobis.</i>

Regina familiae, *ora pro nobis.*  
Regina pacis, *ora pro nobis.*  
Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, *parce nobis, Domine.*  
Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, *exaudi nobis, Domine.*  
Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, *miserere nobis.*  
V. Ora pro nobis, Sancta Dei Genetrix  
R. *Ut digni efficiamur promissionibus Christi.*

## 聖マリアの連願

主よ、あわれんでください。  
主よ、あわれんでください。  
キリスト、あわれんでください。  
キリスト、あわれんでください。  
主よ、あわれんでください。  
主よ、あわれんでください。  
神の母聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
救い主の母聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
無原罪の聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
世の救いの協力者聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
使徒の女王、天の栄光に上げられた聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
恵みあふれる聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
人類の母聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
教会の母聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
使徒たちの母聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
殉教者の母聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
諸聖人の母聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
宣教者の母聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
平和の守護者聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
尊いロザリオの聖マリア

私たちのために祈ってください。  
キリシタン発見の聖マリア  
私たちのために祈ってください。  
尊敬すべきおとめ  
私たちのために祈ってください。  
忠実なおとめ  
私たちのために祈ってください。  
柔和、謙遜なおとめ  
私たちのために祈ってください。  
幼子をいつくしむおとめ  
私たちのために祈ってください。  
明けの明星  
私たちのために祈ってください。  
喜びの泉  
私たちのために祈ってください。  
純潔のかがみ  
私たちのために祈ってください。  
仕える者の模範  
私たちのために祈ってください。  
家庭生活の喜び  
私たちのために祈ってください。  
召命の保護者  
私たちのために祈ってください。  
キリスト信者の助け  
私たちのために祈ってください。  
悩み苦しむ者の慰め  
私たちのために祈ってください。  
病人の希望  
私たちのために祈ってください。  
やみの中の道しるべ  
私たちのために祈ってください。  
罪びとのよりどころ  
私たちのために祈ってください。  
弱く貧しい者の友  
私たちのために祈ってください。  
心の支え  
私たちのために祈ってください。  
臨終の時ともにいてくださるかた  
私たちのために祈ってください。  
世の罪を除かれる神の子羊  
私たちをゆるしてください。  
世の罪を除かれる神の子羊  
私たちの祈りを聞き入れてください。  
世の罪を除かれる神の子羊  
私たちをあわれんでください。

いつくしみ深い神よ、  
私たちにいつも信仰に生きる力をお与えください。  
聖母マリアの取り次ぎによって、今の悲しみから解放され、  
永遠の喜びを味わうことができますように。  
私たちの主イエス・キリストによって。アーメン。

## **Fatima Prayers**

My God, I believe, I adore, I hope and I love you! I beg pardon of you for those who do not believe, do not adore, do not hope, and do not love you.

Most Holy Trinity, Father, Son, and Holy Spirit, I adore you profoundly and offer you the most precious Body, Blood, Soul and Divinity of Jesus Christ present in all the tabernacles of the world, in reparation for the outrages, sacrileges, and indifferences with which he is offended.

And through the infinite merits of his most Sacred Heart and the Immaculate Heart of Mary, I beg of you the conversion of poor sinners.



## OTHER PRAYERS

### Prayer to St. Michael the Archangel

Saint Michael the Archangel, defend us in battle, be our protection against the wickedness and snares of the Devil. May God rebuke him, we humbly pray: and do thou, O prince of the heavenly host, by the power of God, cast into Hell Satan and all the evil spirits who prowl about the world seeking the ruin of souls. Amen.

### Sáncte Micháel Archángele

Sáncte Micháel Archángele, defénde nos in proélio; contra nequítiam et insídias diáboli esto praesídium. Impéret illi Deus, súpplícés deprecámur: tuque, Prínceps militíae caeléstis, Sátanam aliósque spíritus malignos, qui ad perditiónem animárum pervagántur in mundo, divína virtúte in inférnum detrúde. Amen.

## 大天使聖ミカエルへの祈り

大天使聖ミカエルよ、  
戦いにおいて私たちを護り  
悪魔の邪悪とわなに対して盾となってください。  
神が彼を抑えつけるように、私たちは謹んで願い求めます。  
そして、天軍の指揮者であるあなたは、  
霊魂を破滅しようと、  
世界中に走り回るサタンとその他の悪霊を  
神の力によって地獄に突き落としてください。アーメン。



## Suscipe (English)

*by St. Ignatius of Loyola*

Take, Lord, and receive all my liberty, my memory, my understanding, and my entire will, All I have and call my own.

You have given all to me. *To you, Lord, I return it.*

*Everything is yours; do with it what you will. Give me only your love and your grace, that is enough for me.*

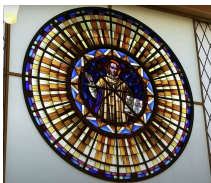
## Suscipe

Suscipe, Domine, omnem meam libertatem. Accipe memoriam, intellectum atque voluntatem omnem. Quicquid habeo vel possideo, mihi largitus es: id totum restituo, ac tuae prorsus voluntati trado gubernandum. Amorem tui solum cum gratia tua mihi dones, et dives sum satis, nec aliud quicquam ultra posco.

## 自分を捧げる祈り（聖イグナチオ）

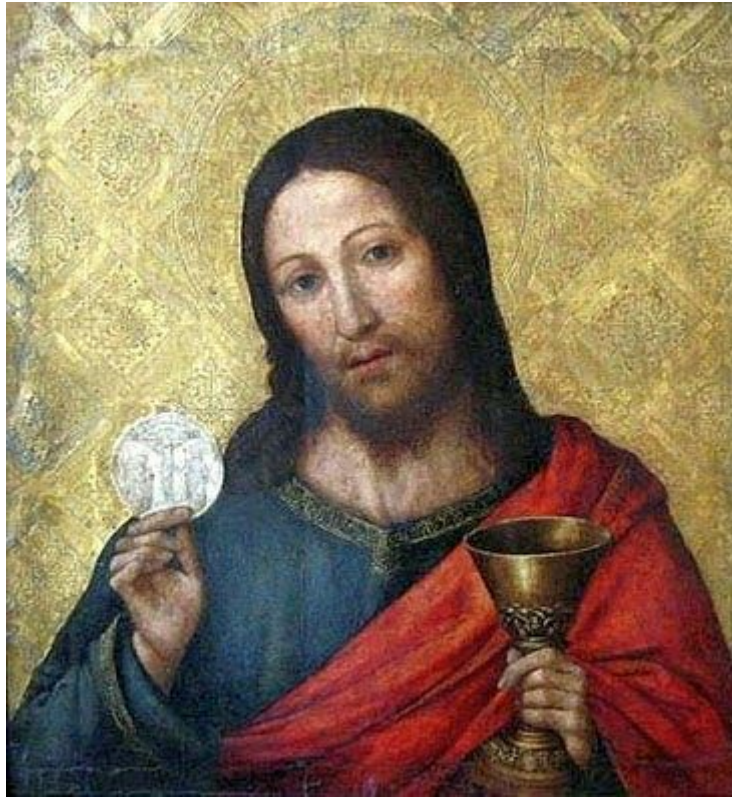
主よ、

わたしの自由をあなたにささげます。わたしの記憶、知恵、意志をみな受け入れてください。わたしのものはすべて、あなたからのものです。今、すべてをあなたにささげ、み旨に委ねます。わたしに、あなたの愛と恵みを与えてください。わたしはそれだけで満たされます。それ以上何も望みません。  
聖イグナチオ・デ・ロヨラ



[浅井寛子：自分を捧げる祈り Hiroko C. Asai: Suscipe](#)





## Anima Christi (English)

(May be fruitful in conjunction with praying the Luminous Mysteries)

Soul of Christ, *sanctify me.*  
Body of Christ, *save me.*  
Blood of Christ, *inebriate me.*  
Water from the side of Christ, *wash me.*  
Passion of Christ, *strengthen me.*  
O Good Jesus, *hear me.*  
Within your wounds *hide me.*  
Permit me not to be separated from you.  
From the wicked foe, *defend me.*  
At the hour of my death, *call me and bid me come to you.*  
That with your saints I may praise you  
*For ever and ever. Amen.*

[Play the Anima Christi](#) 



## Anima Christi (Latin)

ANIMA Christi, sanctifica me.  
Corpus Christi, salva me.  
Sanguis Christi, inebria me.  
Aqua lateris Christi, lava me.  
Passio Christi, conforta me.  
O bone Iesu, exaudi me.  
Intra tua vulnera absconde me.  
Ne permittas me separari a te.  
Ab hoste maligno defende me.  
In hora mortis meae voca me.  
Et iube me venire ad te,  
Ut cum Sanctis tuis laudem te  
in saecula saeculorum. Amen.

## アニマ・クリステイ

(ロヨラの聖イグナチオの祈り)

キリストの魂、  
わたしを聖化してください。  
キリストの御体、  
わたしを救ってください。  
キリストの御血、  
わたしを酔わせてください。  
キリストの脇腹から流れ出た水、  
わたしを清めてください。  
キリストの受難、  
わたしを強めてください。  
慈しみ深いイエス、  
わたしの願いを聴き入れてください。  
あなたの傷のうちにわたしをつつみ、  
あなたから離れることのないようにしてください。  
悪い敵から、  
わたしを守ってください。

臨終のときに、  
わたしを呼びよせてください。  
あなたのもとに近づけるように、  
わたしにゆるしを与えてください。  
すべての聖人とともにいつまでも、  
あなたを賛美することができますように。  
アーメン。



[Play the Anima Christi Con Myriam Manca e la seconda voce di Regina Muscat](#)





SICDAMNOME / CC BY-SA (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>)

[https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/3/33/Virgin\\_Mary\\_of\\_Akita\\_Japan.jpg/512px-Virgin\\_Mary\\_of\\_Akita\\_Japan.jpg](https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/3/33/Virgin_Mary_of_Akita_Japan.jpg/512px-Virgin_Mary_of_Akita_Japan.jpg)

## Eucharistic Prayer of Akita

Most Sacred Heart of Jesus, TRULY present in the Holy Eucharist, I consecrate my body and soul to be entirely one with Your Heart, being sacrificed at every instant on all the altars of the world and giving praise to the Father, pleading for the coming of His Kingdom.

Please receive this humble offering of myself. Use me as You will for the glory of the Father and the salvation of souls.

Most Holy Mother of God, never let me be separated from Your Divine Son. Please defend and protect me as Your special child. Amen.

## 聖体奉仕会の祈り

御聖体のうちにまことにおられるイエスの聖心  
みこころよ、

一瞬の休みもなく全世界の祭壇の上にいけにえとなられ、  
御父おんちちを賛美し、み国が来ますようにとこい願う

至聖なる聖心みこころに心を合わせ、  
身も心もまったくあなたにお捧げいたします。

この貧しい捧げを受け取り、御父おんちち  
の光栄と靈魂の救いのために、み旨のままにお使いただきますように。幸  
いな御母おんははよ、

あなたの御子おんこ  
より引き離されることのないよう、  
あなたのものとしてお守りください。  
アーメン。



# Devotion to Divine Mercy

Our Lord appeared to a young, uneducated nun in a convent of the Congregation of Sisters of Our Lady of Mercy in Poland between 1931 and 1938. He spoke to her of His mercy and love for mankind and instructed her to write down what He told her. Those notes, we now know as the Diary of St Faustina Kowalska. St Faustina was canonized in 2000. In 2015, the Marian Fathers and the National Shrine to Divine Mercy in Stockbridge, MA launched a petition drive requesting St Faustina be named a Doctor of the Church.

## Elements of the devotion to Divine Mercy

### The Chaplet

A prayer initially revealed interiorly to St Faustina that our Lord instructed her to promulgate.

“Eternal Father, I offer You the Body and Blood, Soul and Divinity of Your dearly beloved Son, Our Lord Jesus Christ, in atonement for our sins and those of the whole world; for the sake of His sorrowful Passion, have mercy on us and on the whole world.” (*Diary of St Faustina*, 475+476)

**Encourage souls to say the Chaplet which I have given you (1541). Whoever will recite it will receive great mercy at the hour of death (687). When they say this Chaplet in the presence of the dying, I will stand between My Father and the dying person, not as the just Judge but as the Merciful Savior (1541). Priests will recommend it to sinners as their last hope of salvation. Even if there were a sinner most hardened, if he were to recite this Chaplet only once, he would receive grace from My infinite mercy (687). I desire to grant unimaginable**

**graces to those souls who trust in My mercy (687). Through the Chaplet you will obtain everything, if what you ask for is compatible with My will. (1731)**



**[Click to play The Chaplet of Divine Mercy in Song \(complete\)](#)**

### **The 3:00 o'clock hour**

**At three o'clock, implore My mercy, especially for sinners; and, if only for a brief moment, immerse yourself in My Passion, particularly in My abandonment at the moment of agony. This is the hour of great mercy. In this hour, I will refuse nothing to the soul that makes a request of Me in virtue of My Passion (Diary, 1320).**

**As often as you hear the clock strike the third hour, immerse yourself completely in My mercy, adoring and glorifying it; invoke its omnipotence for the whole world, and particularly for poor sinners; for at that moment mercy was opened wide for every soul. In this hour you can obtain everything for yourself and for others for the asking; it was the hour of grace for the whole world — mercy triumphed over justice. (1572)**

**My daughter, try your best to make the Stations of the Cross in this hour, provided that your duties permit it; and if you are not able to make the Stations of the Cross, then at least step into the chapel for a moment and adore, in the Most Blessed Sacrament, My Heart, which is full of mercy; and should you be unable to step into the chapel, immerse yourself in prayer there where you happen to be, if only for a very brief instant. (1572)**



## **The Novena**

The Lord gave St Faustina a list of intentions to pray for over 9 days.

## **The Feast**

The first Sunday after Easter is the Feast of Divine Mercy. It was named as the feast on April 30, 2000 by Pope Saint John Paul II. It is a day of truly extraordinary graces.

**My daughter, tell the whole world about My inconceivable mercy. I desire that the Feast of Mercy be a refuge and a shelter for all souls, and especially for poor sinners. On that day the very depths of My tender mercy are open. I pour out a whole ocean of graces upon those souls who approach the fount of My mercy. The soul that will go to Confession and receive Holy Communion shall obtain complete forgiveness of sins and punishment. On that day are opened all the divine floodgates through which graces flow. Let no soul fear to draw near to Me, even though its sins be as scarlet. My mercy is so great that no mind, be it of man or of angel, will be able to fathom it throughout all eternity. Everything that exists has come from the very depths of My most tender mercy. Every soul**

**in its relation to Me will contemplate My love and mercy throughout eternity. The Feast of Mercy emerged from My very depths of tenderness. It is My desire that it be solemnly celebrated on the first Sunday after Easter. Mankind will not have peace until it turns to the Fount of My mercy. (699)**

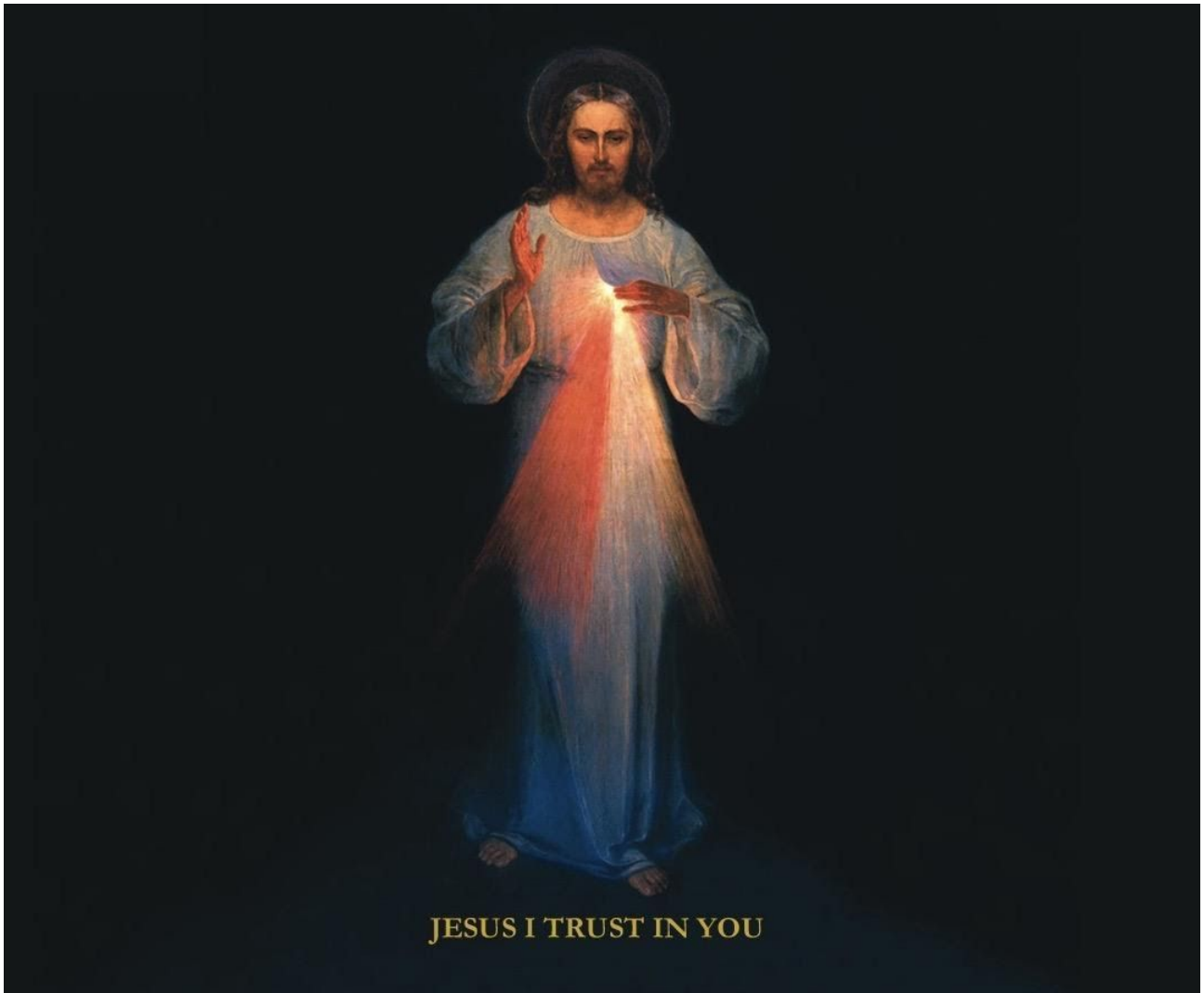
## **The Image**

Our Lord appeared to Faustina in 1931 and He told her to commission a painting of what she saw.

**Paint an image according to the pattern you see, with the signature: Jesus, I trust in You. I promise that the soul that will venerate this image will not perish. I also promise victory over [its] enemies already here on earth, especially at the hour of death. I Myself will defend it as My own glory (*Diary*, 47, 48). I am offering people a vessel with which they are to keep coming for graces to the fountain of mercy. That vessel is this image with the signature: Jesus, I trust in You (327). I desire that this image be venerated, first in your chapel, and [then] throughout the world (47).**

Later, she asked Jesus to explain what she saw.

**The two rays denote Blood and Water. The pale ray stands for the Water which makes souls righteous. The red ray stands for the Blood which is the life of souls. These two rays issued forth from the depths of My tender mercy when My agonized Heart was opened by a lance on the Cross. Happy is the one who will dwell in their shelter, for the just hand of God shall not lay hold of him (299). By means of this image I shall grant many graces to souls. It is to be a reminder of the demands of My mercy, because even the strongest faith is of no avail without works (742).**



## **Chaplet of Divine Mercy**

The Chaplet of Divine Mercy is said on ordinary Rosary beads of 5 decades. Following the introductory prayers and Apostles' Creed say "Eternal Father..." on the "Our Father" beads followed by one "For the sake of His sorrowful passion..." on each of the "Hail Mary" beads. Each decade consists of one "Eternal Father..." followed by ten "For the sake of..." After 5 decades continue with the "Holy God..." three times and then the closing prayer.

### **Glory Be**

You expired, Jesus, but the source of life gushed forth for souls, and the ocean of mercy opened up for the whole world.

*O Fount of Life, unfathomable Divine Mercy, envelop the whole world and empty Yourself out upon us.*

*O Blood and Water, which gushed forth from the Heart of Jesus as a fountain of Mercy for us, I trust in You! (Three Times)*

## **Our Father**

## **Hail Mary**

## **Apostles Creed**

### **One Time:**

Eternal Father, I offer you the Body and Blood, Soul and Divinity of Your Dearly Beloved Son, Our Lord, Jesus Christ, *in atonement for our sins and those of the whole world.*

### **Ten Times:**

For the sake of His sorrowful Passion, *have mercy on us and on the whole world.*

### **Three Times:**

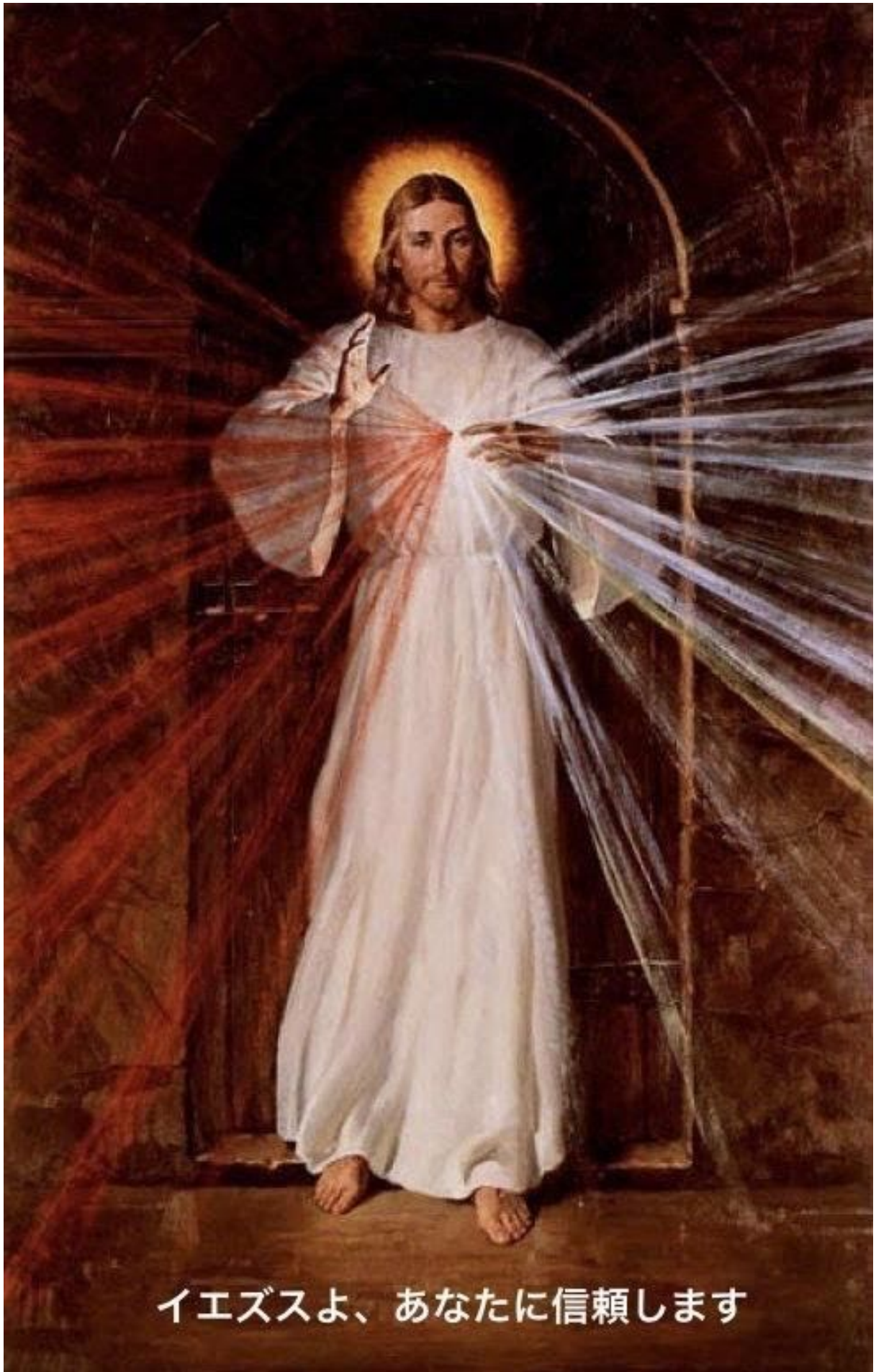
Holy God, Holy Mighty One, Holy Immortal One, have mercy upon us and on the whole world.

### **Optional Closing Prayer:**

Eternal God, in whom mercy is endless and the treasury of compassion — inexhaustible, look kindly upon us and increase Your mercy in us, that in difficult moments we might not despair nor become despondent, but with great confidence submit ourselves to Your holy will, which is Love and Mercy itself.

St Faustina's Feast Day has been added to the calendar. It is October 5.





# 神のいつくしみ

## 神のいつくしみへの信心

1931年から38年の間、ポーランドの神の慈しみの聖母修道会の修道院の若く純朴な修道女に、キリストは御自分の姿を現されました。

キリストは、ご自身の人間に対する慈しみと愛について語り、彼女にそれを書き記すようにと伝えました。

彼女が書き記したメモは、現在『聖ファウスティナの日記』として知られています。聖ファウスティナは、2000年に列聖されました。

2015年より、無原罪の御宿りの聖母奉献者会（Marian Fathers of the Immaculate Conception）と米国マサチューセッツ州のストックブリッジにある「神のいつくしみの国の巡礼所」では、彼女を教会博士にするために署名活動を始めています。

## 神のいつくしみへの信心の要となるもの

### チャプレット（祈りの花束）

この祈りは、聖ファウスティナの内面で、キリストが広めるようにと指示した祈りです。

「永遠の父よ、わたしたちと全世界のすべての罪の贖いのために、あなたの最愛の子、わたしたちの主イエス・キリストの御体と御血、御靈魂と神性を御前に献げます。イエスの痛ましい御受難によってわたしたちと全世界に慈しみを注いでください。」（475）<sup>6</sup>

我が娘よ、わたしがあなたに与えたチャプレットを唱えるよう、靈魂たちを励ましなさい。（1541）<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> 『わたしの靈魂における神のいつくしみ——聖ファウスティナの日記』

共訳 ユリアン・ルジツキ、相原富士子

監修 庄司 篤

聖母の騎士社（2011年）

ISBN978-4-88216-331-2

<sup>7</sup> ibid

それを唱える人はだれでも、臨終の時に大きな慈しみを受ける。(687)<sup>8</sup>

臨終を迎えている人の前でこのチャプレットを唱える時、わたしは、正義の裁判官としてではなく慈しみ深い救い主として、わたしの父とその臨終の人の中に立つと書き記しなさい。(1541)<sup>9</sup>

司祭たちは、それを罪人たちに救いの最後の助けとの綱として与えるであろう。たとえ最もかたくなな罪人がいても、このチャプレットをただ一度でも唱えるならば、わたしの限りない慈しみから恵みを受ける。(687)<sup>10</sup>

わたしの慈しみに信頼するこれらの靈魂に、想像を絶する恵みを与えたいと望んでいる。(687)<sup>11</sup>

あなたの願い求めることがわたしの意思と調和しているなら、チャプレットによって、あなたは万事を手に入れるであろう。(1731)<sup>12</sup>

### 三時に、わたしの慈しみを懇願しなさい

三時に、わたしの慈しみを懇願しなさい、特に罪人たちのために。そして、ほんの一瞬間でさえ、わたしの受難の中に、特に苦悶の瞬間のわたしの遺棄[自己放棄]の中にあなたたちを浸しなさい。

これは、全世界のための大いなる慈しみの時である。

この時に、受難の功德によってわたしに懇願する靈魂に、わたしは何も拒まない...。(1320)<sup>13</sup>

我が娘よ、[次のことを]あなたに思い出させる。

時計が三時を打つたびに、わたしのいつくしみを礼拝し賛美しながら、その中にあなた自身を完全に沈めるべきことを。全世界のために、特に哀れな罪人のために、その全能を懇願しなさい。その時に、慈しみが各々の靈魂のために大きく開かれたからである。

それは、全世界のための恵みの時となった—慈しみが正義に対して勝利を得た。」(1572)<sup>14</sup>

---

<sup>8</sup> ibid

<sup>9</sup> ibid

<sup>10</sup> ibid

<sup>11</sup> ibid

<sup>12</sup> ibid

<sup>13</sup> ibid

<sup>14</sup> ibid

「我が娘よ、あなたの〔聖務〕が許すなら、この時に十字架の道行きをするよう最善を尽くしなさい。もし十字架の道行きをすることができなければ、少なくともしばらくの間、聖堂に立ち寄り、聖体の秘跡の中で慈しみに満ちているわたしの心を礼拝しなさい。聖堂に立ち寄ることができなければ、あなたが偶々（たまたま）いる場所で、たとえわずかな時間であろうと、祈りに沈潜しなさい。」（1572）<sup>15</sup>

## ノヴェナ

キリストは聖ファウスティナに、9日間の祈りの意向を与えました。

### 神のいつくしみの祭日

復活祭の後の最初の日曜日は、神のいつくしみの主日です。教皇ヨハネ・パウロ2世によって、2000年4月30日に、記念されるべき祝日として制定されました。はかり知れない恵みが注がれる祝日です。

我が娘よ、考えられないほどのわたしの慈しみについて全世界に告げなさい。わたしは、慈しみの祭日が、すべての靈魂、特に哀れな罪人のための避難所、隠れ家となることを望む。

その日、わたしの慈しみの内臓（はらわた）が開かれる。わたしの慈しみの泉に近づく靈魂に、恵みの大海を注ぐ。告解に行き、聖体を礼拝する靈魂は、罪と罰の完全な赦しを得る。

その日、恵みが流れ出る神の水門は、すべて開かれる。たとえその罪が緋のようであろうと、靈魂はわたしに近づくことを恐れてはならない。わたしの慈しみは極めて偉大なので、人間であろうと、天使であろうと、いかなる理性も永遠にそれを究めることはできない。

存在するもの全てが、わたしのいと優しい慈しみの内臓から生まれ出た。各々の靈魂が、わたしとの関わりの中で、永遠にわたしの愛の慈しみを観想することになる。慈しみの祭日は、わたしの優しさの内臓から生まれた。それが、復活祭後の最初の主日に荘厳に祝われることを、わたしは望む。人類は、わたしの慈しみの泉に向かわない限り平和を見出さない。（699）<sup>16</sup>

---

<sup>15</sup> ibid

<sup>16</sup> ibid

## 神のいつくしみの御絵の啓示

1931年、キリストは聖ファウスティナに現れ、彼女が見た幻視を絵に描かせるよう指示しました。

「あなたが今見ている通りに絵を描きなさい。その下に『イエス、わたしはあなたに信頼します』という言葉を書き入れなさい。(47)<sup>17</sup>

「この絵を崇める靈魂は決して滅びないと約束する。また、すでにここ地上で、特に臨終の時に、敵たちに対する勝利を約束する。わたしが自らその靈魂をわたし自身の栄光として守る。」(48)<sup>18</sup>

「わたしは、人々に柄杓（ひしゃく）を差し出して、それをもって彼らが恵みを汲むために慈しみの泉に来続けるようにしている。その柄杓とは、『イエス、わたしはあなたに信頼します』と書かれたわたしの絵である。」(327)<sup>19</sup>

「わたしはこの絵が、まずあなたたちの聖堂で、そして世界の至る所で崇められることを望む。」(47)<sup>20</sup>

後に、聖ファウスティナはその幻視の意味を教えてくださいようキリストに尋ねました。

この二つの光線は地と水を意味する。青白い光線は、靈魂を義とする水を表し、赤い光線は靈魂の命である血を表す…。(299)<sup>21</sup>

この二つの光線は、わたしの苦しみ悶えていた心が十字架上でやりによって開かれたとき、わたしの慈しみの内臓から流れ出た。

この避難所に住む者は幸いである。なぜなら、神の正義の御手は、その人に及ばないからである。

---

<sup>17</sup> ibid

<sup>18</sup> 『わたしの靈魂における神のいつくしみ——聖ファウスティナの日記』

共訳 ユリアン・ルジツキ、相原富士子

監修 庄司 篤

聖母の騎士社（2011年）

ISBN978-4-88216-331-2

<sup>19</sup> ibid

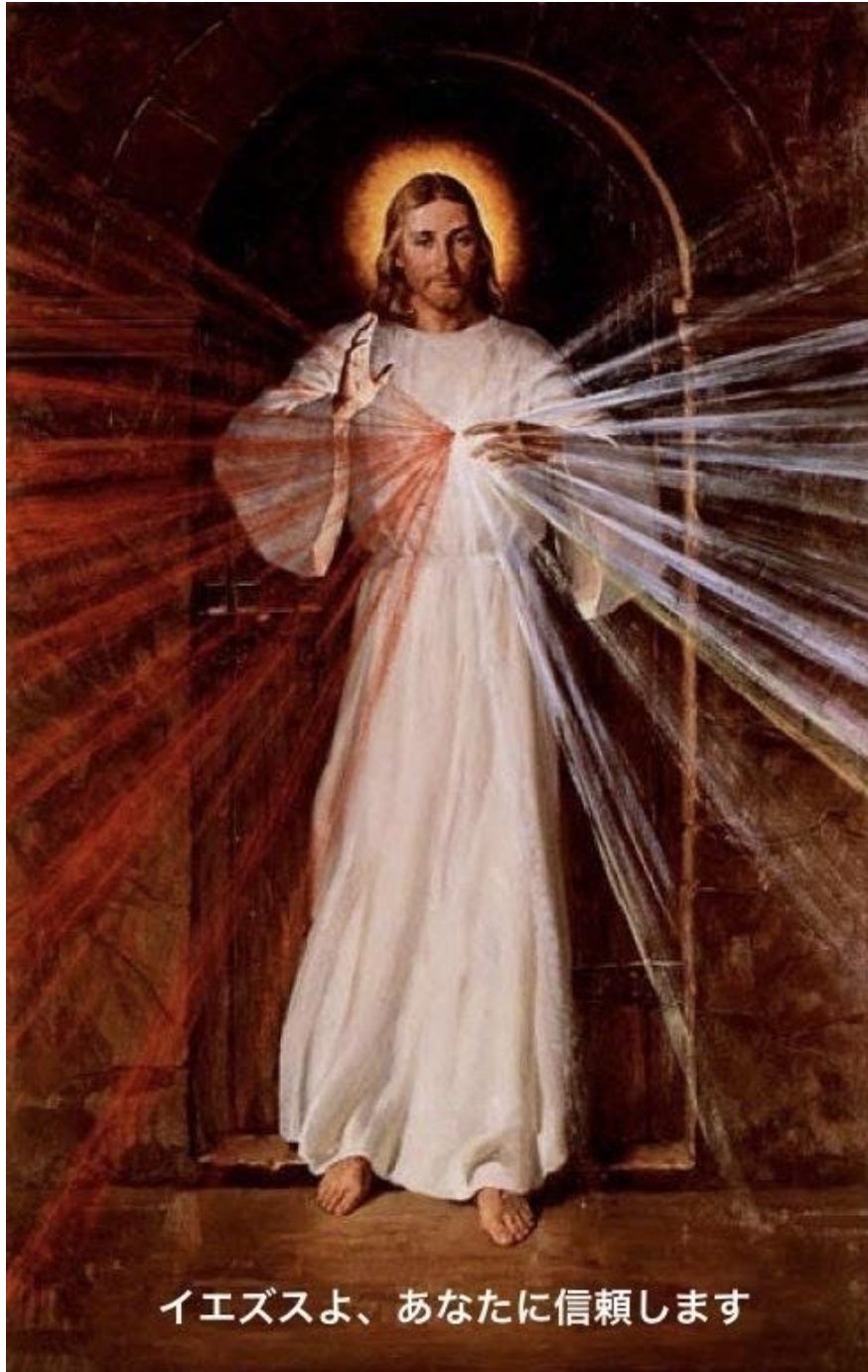
<sup>20</sup> ibid

<sup>21</sup> ibid



この絵によって、わたしは靈魂たちに多くの恵みを与える。それ〔絵〕は、わたしの慈しみの要求を思い出させるものとならねばならない。なぜなら、最も強い信仰でさえ、業がなければ何の役もたたないからである。」

聖ファウスティナの記念日は典礼歴に加えられました。10月5日がその記念日です。



イエズスよ、あなたに信頼します

# 神のいつくしみのチャレット

## はじめに

主の祈り、アヴェ・マリアの祈り、使徒信条

## 大珠で

永遠の父よ、わたしたちと全世界のすべての罪のあがないのために、あなたの最愛の子、わたしたちの主イエス・キリストのおん体とおん血、ご靈魂と神性をみ前に捧げます。

## 小珠で、10回

イエスの痛ましいご受難によって、わたしたちと全世界にいつくしみを注いでください。

## 以上を5連唱えたら、締めくくりに3回

聖なる神、聖なる全能の神、聖なる永遠の神よ、わたしたちと全世界をあわれんでください。



# Franciscan Prayers

## Peace Prayer of St. Francis

Lord, make me an instrument of your peace:  
Where there is hatred, let me sow love;  
Where there is injury, pardon;  
Where there is doubt, faith;  
Where there is despair, hope;  
Where there is darkness, light;  
Where there is sadness, joy.

O divine Master, grant that I may not so much seek  
To be consoled as to console,  
To be understood as to understand,  
To be loved as to love.  
For it is in giving that we receive,  
It is in pardoning that we are pardoned,  
And it is in dying that we are born to eternal life.  
Amen.

## 平和を願う祈り

### (アッシジの聖フランシスコ)

主よ、わたしをあなたの平和の道具にしてください。  
憎しみのあるところに、  
愛をもたらすことができますように。  
争いのあるところにゆるしを、  
分裂のあるところに一致を、  
疑いのあるところに信仰を、  
誤りのあるところに真理を、  
絶望のあるところに希望を、  
悲しみのあるところに喜びを、  
闇のあるところに  
光をもたらすことができますように。  
ああ主よ、わたしに、  
慰められるよりも、慰めることを、  
理解されるよりも、理解することを、  
愛されるよりも、  
愛することを求めさせてください。

私たちは与えるので受け、  
ゆるすのでゆるされ、  
自分自身を捨てることによって、  
永遠の命に生きるからです。  
アーメン。

### **The Canticle of Creatures**

Most High, all powerful, good Lord,  
Yours are the praises, the glory, and the honor, and all blessing,  
To You alone, Most High, do they belong,  
And no human is worthy to mention your name.  
Praised be You, my Lord, with all Your creatures,  
Especially Sir Brother Sun,  
Who is the day and through whom You give us light.  
And he is beautiful and radiant with great splendor;  
And bears a likeness of You, Most High One.  
Praised be You, my Lord, through Sister Moon and the stars,  
In heaven You formed them clear and precious and beautiful.  
Praised be You, my Lord, through Brother Wind,  
And through the air, cloudy and serene, and every kind of weather,  
Through whom You give sustenance to Your creatures.  
Praised be You, my Lord, through Sister Water,  
Who is very useful and humble and precious and chaste.  
Praised be You, my Lord, through Brother Fire,  
Through whom You light the night,  
And he is beautiful and playful and robust and strong.  
Praised be you, my Lord, through our Sister Mother Earth,  
Who sustains and governs us,  
And who produces various fruit with colored flowers and herbs.

Praised be you, my Lord, through those who give pardon for Your love,  
And bear infirmity and tribulation.  
Blessed are those who endure in peace  
For by You, Most High, shall they be crowned.

Praised be you, my Lord, through our Sister Bodily Death,  
From whom no one living can escape.  
Woe to those who die in mortal sin.

Blessed are those whom death will find in Your most holy will,  
For the second death shall do them no harm.

Praise and bless my Lord and give Him thanks  
And serve Him with great humility.

## 太陽の賛歌

いと高き、全能の善き神よ  
賛美と栄光と誉れとすべての祝福は ただあなたのもの  
それらはみな、あなたにこそふさわしく  
人は誰もふさわしくあなたを語ることはできません

賛美されますように、  
私の主よ あなたがお造りになったあらゆるもの  
とくに、貴き兄弟である太陽によって  
この兄弟は真昼の光、この兄弟によって  
あなたはわたしたち子どもを照らしてくださいます  
この兄弟は美しく、大きな輝きをもって光り輝き  
あなたのお姿を帯びています、いと高き方よ

賛美されますように、わたしの主よ  
姉妹である月と星とによって  
あなたはそれらを清く貴く美しいものとして  
大空にお造りになりました

賛美されますように、わたしの主よ  
兄弟である風によって  
また、大気と雲と晴天とすべての季節によって  
これを通して、あなたはすべての造られたものらに  
支えを与えてくださいます

賛美されますように、わたしの主よ  
姉妹である水によって  
この姉妹はいとも有益で謙遜で貴く清らかなもの

賛美されますように、わたしの主よ  
兄弟である火によって  
この兄弟によって、あなたは夜を照らしてください

この兄弟は美しく心地よく、いとも逞しく力強いもの

賛美されますように、わたしの主よ  
姉妹であり、わたしたちの母である大地によって  
大地はわたしたちを支え、育み  
さまざまな果実を実らせ  
花々と干草によって色鮮やかに装います

賛美されますように、わたしの主よ  
あなたへの愛の故に人を赦し  
病と艱難とを耐える者らによって  
平和のうちに耐え忍ぶ者らはなんと幸いなことでしょう  
いと高き方よ  
この人々はあなたから冠を戴くことでしょう

賛美されますように、わたしの主よ  
姉妹であるわたしたちの肉体の死によって  
この姉妹から、生きとし生けるものは誰一人として  
逃れることはできません  
死に至る罪のうちに死ぬ者はなんと不幸なことでしょう  
あなたのいとも聖なるみ旨のうちに  
自らを見出す者はなんと幸いなことでしょう  
第二の死はこの人々に  
何の危害を加えることができません

賛美し、ほめたたえ、感謝せよ、わたしの主を  
謙遜の限りを尽くして主に仕えよ

# St Francis Xavier

## My God



My God, I love thee; not because I hope for heaven thereby,  
nor yet because who love Thee not are lost eternally.

Thou, O my Jesus, thou didst me upon the cross embrace;  
for me, didst bear the nails and spear, and manifold disgrace.

And griefs and torments numberless and sweat of agony;  
even death itself, and all for one Who was thine enemy.

Then why, O blessed Jesus Christ should I not love thee well,  
not for the hope of winning heaven, or of escaping hell.

not with the hope of gaining aught, nor seeking a reward, but as thyself has loved me, O  
ever-loving Lord!

Even so, I love Thee and will love and in thy praise will sing, solely because thou art my  
God, and my eternal king. Amen.

## 十字架上のキリストへの祈り

主よ、私があなただを愛するのは、  
あなたが天国を約束されたからではありません。  
あなたに背かないのは、  
地獄が恐ろしいからではありません。

主よ、私を引きつけるのは、あなた御自身です。  
私の心を揺り動かすのは、十字架につけられ、  
侮辱をお受けになったあなたの御姿です。  
あなたの傷ついた御体です。  
あなたの受けられた辱めと死です。

そうです、主よ。あなたの愛が私を揺り動かすものです。

ですから、たとえ天国がなくても、主よ、私はあなたを愛します。  
たとえ地獄がなくても、私はあなたを畏れます。  
あなたが何もくださらなくても、私はあなたを愛します。  
望みが何もかなわなくても、  
私の愛は変わることはありません。

フラシスコ・ザビエルの  
「十字架上のキリストへの祈り」から

## St. Maximilian Kolbe



### NOVENA PRAYER SEEKING THE INTERCESSION OF ST. MAXIMILIAN KOLBE

1.

Lord Jesus Christ, who said, "Greater love than this no man has that a man lay down his life for his friends," through the intercession of St. Maximilian Kolbe whose life illustrated such love, we beseech you to grant us our petitions . . . (mention special requests.)

Through the Militia of the Immaculata movement, which Maximilian founded, he spread a fervent devotion to Our Lady throughout the world. He gave up his life for a total stranger and loved his persecutors, giving us an example of unselfish love for all men, a love that was inspired by true devotion to Mary.



Grant, O Lord Jesus, that we too may give ourselves entirely without reserve to the love and service of our Heavenly Queen in order to better love and serve our fellowman in imitation of your humble servant, Maximilian. Amen.

(Three Hail Marys and a Glory Be.)

2.

Merciful God, you made St. Maximilian Kolbe one of the foremost Catholic evangelists of the difficult twentieth century.

Through the Militia of the Immaculata movement which he founded, he implanted the truths of the Immaculate Conception and your merciful plan for us all in countless hearts, thus moving them to full conversion in faith and hope, to perfect obedience and union with the Heart of Jesus, and to complete observance of the New Covenant.

You made him fruitful through carrying the cross of suffering with dignity and hope, loving his persecutors, and giving up his life for a total stranger. Through his intercession grant us our petitions . . . (here mention the requests you have). Give us a like dignity and hope in our sufferings and sacrifices, and if it will glorify you, heal us of all our infirmities, both physical and spiritual.

Finally, enable us to follow his example of effective Catholic evangelism with Mary for the return to you of all the masses of mankind, and of every individual person, family, society and culture of our time and of all time to come. Amen.

Copyright 2020. <https://missionimmaculata.com/> Militia of the Immaculata, USA, Reprinted with permission.

## **RESPONSORY IN HONOR OF ST. MAXIMILIAN KOLBE**

Lord, have mercy on us. Lord, have mercy on us.

Christ, have mercy on us. Christ, have mercy on us.

Lord, have mercy on us. Lord, have mercy on us.

God our Father in heaven, receive our humble prayers.

God the Son, Redeemer of the world, save us.

God the Holy Spirit, fill our hearts with your love.

Holy Trinity, one God, grant us your salvation.

Holy Mary, Mother of our Savior, intercede for us.

St. Maximilian Kolbe, great hearted lover of God and man, pray for us.

Faithful follower of St. Francis of Assisi, teach us your total dedication to the Gospel life.

Man of living faith, lead us to believe as you did.

Brave Knight of the Immaculata, help us to be instruments of Mary.

Apostle of the Miraculous Medal, give us confidence in Mary, the Mother of Jesus.

Model of religious life, assist us to be poor, chaste and obedient.

You encouraged the union of all Christians, teach us to respect all true believers in God.

You practiced poverty and simplicity, encourage us to live a modest life.

Example of angelic innocence, elevate us to keep our hearts and minds pure.

Apostle of Christian example, teach us to remember what Jesus said and did.

Angel of peace and reconciliation, inspire us to be living examples of God's peace.

You were loyal to the teachings of Christ, teach us the same fidelity.

Apostle of the communications media, help our journalists to be promoters of truth and goodness.

Educator of youth, uplift our young people to find true meaning in their lives.

Defender of morals and Christian values, protect us from the immorality in our midst.

Zealous apostle of Nagasaki in Japan, defend us from nuclear destruction.

Great missionary of our times, help us participate in the evangelization of the world.

You prayed for your oppressors, teach us how to forgive and forget.

You had respect for every person, help us to see in each other the image of God.

You saw God's will in your sufferings, intercede for the sick and those with terminal illness.

Victim of violence and hatred, teach us how to love our enemies.

You volunteered to die for another, lead many persons to offer their talents in service.

You shared a meager piece of bread with fellow prisoners, intercede for the hungry and starving of the world.

Victim of planned extermination, inspire our doctors and nurses to protect human life.

You died for the father of a family, restore the Christian dimension of family life.

You assisted the dying prisoners, stand by us also in the hour of our death.

Patron of the dying, intercede for those who are in agony of mind and body.

You were united with Christ in suffering, help us to understand that we do not suffer alone.

You died by a poisonous injection, aid those who are addicted to drugs and alcohol.

Martyr of Auschwitz, help us endure our sufferings patiently.

St. Maximilian Kolbe, teach us that without sacrifice there is no proof of love.

Lamb of God, you take away the sins of the world, hear our prayers.

Lamb of God, you take away the sins of the world, receive the intercession of your saints.

Lamb of God, you take away the sins of the world, to you be glory in heaven and on earth.

Copyright 2020. <https://missionimmaculata.com/> Militia of the Immaculata, USA, Reprinted with permission.

## **PRAYER TO ST. MAXIMILIAN KOLBE**

St. Maximilian Mary Kolbe, most faithful son of St. Francis, the beggar of Assisi, inflamed with love for God you journeyed through life practicing heroic virtues and performing true apostolic deeds.

Turn your gaze on us who honor you and have recourse to you.

Radiating with the light of the Immaculate Virgin, you brought countless souls to holiness and introduced them to various apostolic endeavors for the victory of good over evil and to thereby extend the Kingdom of God throughout the whole world.

Obtain for us the light and the strength we need to do good and to bring many souls to Christ.

Perfectly conformed and united with Jesus Christ, our Lord and Savior, you achieved such a high degree of love of neighbor that you were able to freely offer your life in exchange for a fellow prisoner in witness of true evangelical charity.

Beg the Lord on our behalf that, filled with the same fire of love, our faith and good example might also bring others to Christ and secure for us the reward of everlasting life, where we shall praise Him together with you in eternal glory. Amen.

Copyright 2020. <https://missionimmaculata.com/> Militia of the Immaculata, USA, Reprinted with permission.

## **“LOVE ALONE CREATE” PRAYER**

St. Maximilian, amidst the hate and lonely misery of Auschwitz, you brought love into the lives of fellow captives, and sowed the seeds of hope amidst despair. You bore witness to the world, by word and deed, that only "Love alone creates."

Help me to become more like yourself. With you and Mary and the Church, may I proclaim that only "Love alone creates." To the hungry and oppressed, the naked and homeless, the scorned and hated, the lonely and despairing, may I proclaim the power of Christ's love, which endures forever and ever. Amen.

Copyright 2020. <https://missionimmaculata.com/> Militia of the Immaculata, USA, Reprinted with permission.

## FOR ARDENT LOVE

St. Maximilian Kolbe, faithful follower of St. Francis of Assisi, inflamed by the love of God you dedicated your life to the practice of virtue and to works of the apostolate. Look down with favor upon us who devoutly confide in your intercession.

Having consecrated yourself to the Immaculate Virgin Mary, you inspired countless souls to holy life and to various forms of the apostolate in order to do good to others and to spread the kingdom of God. Obtain for us the grace by our lives and labors to draw many souls to Christ.

In your close conformity to our Divine Savior, you reached such an intense degree of love that you offered your life to save a fellow prisoner. Implore God that we, inflamed by such ardent charity, may through our living faith and our apostolic works witness Christ to our fellowman, and thus merit to join you in the blessed vision of God. Amen.

Copyright 2020. <https://missionimmaculata.com/> Militia of the Immaculata, USA, Reprinted with permission.

## **PRAYER FOR FAMILIES**

St. Maximilian Kolbe, you gave your life so that a family might not be deprived of a husband and father. By your heroic martyrdom of charity, teach us that the value of family life is worth our sacrifices also. Just as you found in Mary the channel of those graces that strengthened you to be faithful to her Son, help us to rejoice also in her who was given to us as a mother by Jesus from the cross. Be with us, St. Maximilian, as we pray for the special needs of our family (Say petitions here). Amen.

Copyright 2020. <https://missionimmaculata.com/> Militia of the Immaculata, USA, Reprinted with permission.

## **FAMILY AND FRIENDS PRAYER FOR THE ADDICTED**

St. Maximilian Maria Kolbe, your life of love and labor for souls was sacrificed amid the horrors of a concentration camp and hastened to its end by an injection of a deadly drug.

Look with compassion upon \_\_\_\_\_ who is now entrapped in addiction to drugs and whom we now recommend to your powerful intercession.

Having offered your own life to preserve that of a family man, we turn to you with trust, confident that you will understand and help.

Obtain for us the grace never to withhold our love and understanding, nor to fail in persevering prayer that the enslaving bonds of addiction may be broken and that full health and freedom may be restored to him / her whom we love.

We will never cease to be grateful to God who has helped us and heard your prayer for us. Amen.

Copyright 2020. <https://missionimmaculata.com/> Militia of the Immaculata, USA, Reprinted with permission.

## **A PRISONER'S PRAYER**

O Prisoner-Saint of Auschwitz,

help me in my plight. Introduce me to Mary, the Immaculata, Mother of God. She prayed for Jesus in a Jerusalem jail. She prayed for you in a Nazi prison camp. Ask her to comfort

me in my confinement. May she teach me always to be good. If I am lonely, may she say, "God is here." If I feel hate, may she say, "God is love." If I am tempted, may she say, "God is pure."

If I sin, may she say, "God is mercy." If I am in darkness, may she say, "God is light." If I am unjustly condemned, may she say, "God is truth." If I have pain in soul or body, may she say, "God is peace." If I lose hope, may she say: "God is with you all days, and so am I." Amen.

Copyright 2020. <https://missionimmaculata.com/> Militia of the Immaculata, USA, Reprinted with permission.

## **PRAYER TO END ABORTION**

St. Maximilian Kolbe, patron of the pro-life movement, hear this prayer of supplication that I address to you with confidence.

St. Maximilian, I honor your life that was guided by the unshakable faith in the mystery of the Incarnation. I admire your public witness for the sanctity of life and your ultimate sacrifice for the life of another when you offered yourself to save a fellow prisoner.

I pray, please move the consciences of those contemplating abortion. Please move to repentance, and healing, for the women and men who have chosen abortion over the gift of life.

Please intercede for all the unborn children. Pray that their mothers will see, hear and know that what they carry in their womb is a person, a special and unique gift from God our Creator.

Please comfort the women who suffer from the post-abortion trauma and inspire them to seek spiritual and psychological help.



Please sustain the courage and wisdom of the pro-life movement, so that they may be peaceful witnesses to the sanctity of life. Intercede for our young people who march and witness for life today that God may bless and protect them.

Please move the hearts of our lawmakers, judges and fellow citizens so the scourge of abortion will no longer be the law of the land.

We ask this in the name of Jesus Christ the Lord.

Amen.

Copyright 2020. <https://missionimmaculata.com/> Militia of the Immaculata, USA, Reprinted with permission.

## **KOLBEAN PRAYER TO MARY, MOTHER OF THE CHURCH**

Mary, Mother of the Church, I come before you in the spirit of St. Maximilian Kolbe, who consecrated his Franciscan life and work to you without reserve. You accepted Maximilian's self-offering; accept me. You led Maximilian to Christ; lead me. You formed Maximilian into a mirror of Christ; form me. Your union with Maximilian provided the backdrop for his works of evangelization and heroic acts of charity.

Please grant, through the intercession of St. Maximilian, that I might fully collaborate with you and the Holy Spirit as an instrument for the upbuilding of Christ's Church. Amen.

Copyright 2020. <https://missionimmaculata.com/> Militia of the Immaculata, USA, Reprinted with permission.

## **KOLBEAN PRAYER FOR THE GRACE TO BE AN INSTRUMENT**

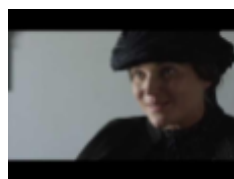
Almighty and Eternal God, you gave us in the person of St. Maximilian an example of true devotion to the Immaculate Mother of our Savior and of unselfish love for our neighbor. Grant we beseech you through his intercession, that we may grow in our understanding of love of the Immaculata; that we may recognize her presence, her voice, her love and her power with us and be filled with an ardent desire and will to fulfill her will in every detail, and thus become sharers and true instruments of her most perfect response to you, in the Holy Spirit through Christ our Lord. Amen.

Copyright 2020. <https://missionimmaculata.com/> Militia of the Immaculata, USA, Reprinted with permission.

# 聖マキシミアノコルベ



## コルベ神父の物語



[再生](#)

# 聖マキシミアノの祈り

## 三位一体に対する祈り

私たちの天の父、あなたはマリアの最もきよいご胎内におんひとり子を託されましたので、私はあなたを礼拝します。

神のおん子、あなたはマリアのご胎内にやどることを受けいれ、本当にマリアの真の子になりましたので、私はあなたを礼拝します。

聖霊、あなたはマリアのけがれないご胎内に神のおん子の体を形造ってくださいましたので、私はあなたを礼拝します。

最も聖なる三位一体、また、聖三位のうちに唯一の神、あなたはこのような神的方法でけがれなきおとめを高めてくださいましたので、私はあなたを礼拝します。

唯一の神なる聖三位、私は毎日眠りから覚めるとすぐ、最も謙遜にあなたを礼拝し、床にひれ伏して三回この祈りをとなえることを決してやめません。

「栄光は父と子と聖霊に、初めのように今もいつも世々に。アーメン。」

## 無原罪の聖母への祈り

聖なるおとめ、あなたをほめたたえる恵みを、そして私の努力と個人的な犠牲をもって、あなたをほめたたえる恵みをお与えください。

あなたのためにだけ生き、働き、苦しみ、自分を捧げ、そして死ぬ恵みをお与えください。

全世界をあなたに導く恵みを、また、ますますあなたをほめたたえ、できる限り最高にあなたをほめたたえるために協力する恵みをお与えください。

今まで誰からもいただかれなかった程の誉れを、あなたに捧げる恵みをお与えください。

あなたをほめたたえるに当たって、他の人が私よりも熱心になる恵みを与え、また私にも彼らより優れて熱心になる恵みをお与えください。このような気高い競争によって、あなたの誉れがますます深く、早く、強く、そして大きくなり、全ての被造物の上にこれ程言い尽くし難い方法であなたを高めてくださったお方が望んでおられるように。

## 種々の祈り

病床にある聖母の騎士会員の祈り

けがれなき聖母マリア、あなたはキリストの十字架のもとで御子と苦しみをともにされました。

そのゆるぎない信仰に招かれた聖コルベは、すべての苦しみを通して十字架のキリストの愛をすべての人々に広めるため、生涯を捧げました。

私は聖コルベにならい、人々に対する信仰の証あかしとなる教会と聖母の騎士会の発展のため、十字架のもとにたたずむあなたとともに、今日一日の苦しみを捧げます。

神に喜ばれるささげものとなるようにわたしをお導きください。

With permission from <https://seibonokishikai.jimdofree.com/>

# More Prayers

## The Prayer of Abandonment

Father,  
I abandon myself into your hands;  
do with me what you will.  
Whatever you may do, I thank you:  
I am ready for all, I accept all.  
Let only your will be done in me,  
and in all your creatures.  
I wish no more than this, O Lord.  
Into your hands I commend my soul;  
I offer it to you  
with all the love of my heart,  
for I love you, Lord,  
and so need to give myself,  
to surrender myself into your hands,  
without reserve,  
and with boundless confidence,  
for you are my Father.

*Blessed Charles de Foucauld 1858-1916*

## 父なる神に身を託す祈り

わが父よ

この身をあなたに委ねます。思いのままになさって下さい。

どのようになさるとも感謝します。

すべてに備え、すべてを受け入れます。

み旨が、この身と、あなたのお造りになった

全てのものの上に行われるのでしたら、

わが神よ、そのほかの何事をも、私は望みません。

私の魂をあなたのみ手に委ねます。

あなたを愛していますから、心を込めて捧げます。

わが神よ、果てしない信頼をもって、この身を限りなく、

あなたのみ手に捧げよと、愛が求めてやまないからです。

あなたこそが私の父だからです。

——イエスの小さい兄弟 シャルル・ド・フーコー 1858-1916

## **Prayer for Life\***

Eternal Father, Source of life, open our hearts to see and desire the beauty of your plan for life and love. Fill us with your Holy Spirit so that our love will be generous and self-giving and we may be blessed with joy. Grant us great trust in your mercy. Forgive us for not receiving your gift of life and heal us from the effects of the culture of death. Instill in us and in all people a sense of the sacredness of every human life. Inspire our efforts to protect and care for the most vulnerable; especially women who are pregnant and their unborn children, the sick, and the elderly. Strengthen us in the hope that with you nothing is impossible. We ask this in the name of Jesus, who by his Cross makes all things new. Amen. Our Lady of Guadalupe, Mother of Life, pray for us.

\*<https://sistersoflife.org/wp-content/uploads/2019/05/prayer-for-life-mobile-friendly-1.pdf>



## Prayer of Trust\*

By St Margaret Mary Alacoque, a 17th century French Nun

Jesus, I believe in Your personal love for one so sinful and worthless as I am.  
I believe that Your love for me is from all eternity and that it is as tender as a  
mother's love.

*Heart of Jesus, I put my trust in You.*

I believe that You have lovingly and wisely planned everything that shall ever  
happen to me.

*Heart of Jesus, I put my trust in You.*

I will never seek pleasure forbidden by You and will never lose heart in my  
efforts to be good.

*Heart of Jesus, I put my trust in You.*

I will accept the crosses of life as I accept its joys, with a grateful heart, and I  
will always pray, "Your holy will be done in all things."

*Heart of Jesus, I put my trust in You.*

I will not be worried or anxious about anything, for I know You will take care  
of me.

*Heart of Jesus, I put my trust in You.*

However weak or sinful I maybe, I will never doubt Your mercy.

*Heart of Jesus, I put my trust in You.*

In all my temptations	<i>Heart of Jesus, I put my trust in You.</i>
In all my weakness	<i>Heart of Jesus, I put my trust in You.</i>
In all my sorrows	<i>Heart of Jesus, I put my trust in You.</i>
In every discouragement	<i>Heart of Jesus, I put my trust in You.</i>
In all my undertakings	<i>Heart of Jesus, I put my trust in You.</i>
In life and in death	<i>Heart of Jesus, I put my trust in You.</i>

Heart of love, I put all my trust in You; for I fear all things from my own  
weakness, but I hope for all things from Your goodness. Amen.

\*<https://sistersoflife.org/litany-of-trust/>

## Lorica of Saint Patrick

(Said in the month of March)

I arise today through a mighty strength, the invocation of the Trinity, Through a belief in the Threeness, Through confession of the Oneness of the Creator of creation.

I arise today through the strength of Christ's birth and His baptism, Through the strength of His crucifixion and His burial, Through the strength of His resurrection and His ascension, Through the strength of His descent for the judgment of doom.

I arise today through the strength of the love of cherubim, In obedience of angels, In service of archangels, In the hope of resurrection to meet with reward, In the prayers of patriarchs, In preaching of the apostles, In faith of confessors, In innocence of virgins, In deeds of righteous men.

I arise today through the strength of heaven; Light of the sun, Splendor of fire, Speed of lightning, Swiftmess of the wind, Depth of the sea, Stability of the earth, Firmness of the rock.

I arise today through God's strength to pilot me; God's might to uphold me, God's wisdom to guide me, God's eye to look before me, God's ear to hear me, God's word to speak for me, God's hand to guard me, God's way to lie before me, God's shield to protect me, God's hosts to save me From snares of the devil, From temptations of vices, From everyone who desires me ill, Afar and near, Alone or in a multitude.

I summon today all these powers between me and evil, Against every cruel merciless power that opposes my body and soul, Against incantations of false prophets, Against black laws of pagandom, Against false laws of heretics, Against craft of idolatry, Against spells of women and smiths and wizards, Against every knowledge that corrupts man's body and soul.

Christ shield me today Against poison, against burning, Against drowning, against wounding, So that reward may come to me in abundance.

Christ with me, Christ before me, Christ behind me, Christ in me, Christ beneath me, Christ above me, Christ on my right, Christ on my left, Christ when I lie down, Christ when I sit down, Christ in the heart of every man who thinks of me, Christ in the mouth of every man who speaks of me, Christ in the eye that sees me, Christ in the ear that hears me.

I arise today Through a mighty strength, the invocation of the Trinity, Through a belief in the Threeness, Through a confession of the Oneness Of the Creator of creation

*St. Patrick (ca. 377)*

## 聖パトリックの胸当て

わたしは今日、身にまとう  
三位一体の強き力への呼びかけを。すなわち  
万物の創造主の三位一体を信ずる。

わたしは今日、身にまとう  
キリストが洗礼により降誕された力を  
磔にされて葬られた力を  
昇天し、復活された力を  
審判日に地に降臨される力を。

わたしは今日、身にまとう  
熾天使の愛の力を  
天使たちの従順さにおいて  
復活し、報いを受ける望みを抱いて  
族長たちの祈りによって  
預言者たちの預言によって  
使徒たちの伝道によって  
告白者たちの信仰によって  
聖処女たちの清純さによって  
正しき人たちの行いによって。

わたしは今日、身にまとう  
天の力を  
陽の光を  
月の輝きを  
火の煌きを  
稲妻の閃きを  
風のすばやさを  
海の深さを  
大地の不変さを  
岩の堅固さを。

わたしは今日、身にまとう  
わたしを導く神の力を  
わたしを支えてくださる神の力を  
わたしを教え導く神の知恵を  
わたしを見守ってくださる神の目を  
わたしのことばを聞いてくださる神の耳を  
わたしにことばを授ける神の口を  
わたしを守ってくださる神の手を  
わたしのゆく手に道筋をつけてくださる神の道を  
わたしを隠してくださる神の盾を  
わたしを庇護してくださる天の大群を。

悪魔の罠から

悪の誘惑から

自然の欲から

遠くから、あるいは近くから  
おおぜいで、あるいはひとりで  
わたしに悪を企てるすべての者から  
わたしを守ってくださる。

わたしは今日、こうした力をすべて呼び起こす  
わたしの体と魂に襲いかかる残忍かつ無慈悲なすべての力に抗うために  
偽預言者の呪文にたいして  
異教の黒い法にたいして  
異端の偽りの法にたいして  
偶像崇拜の奸計にたいして  
魔女と鍛冶屋と妖術使いの呪いにたいして  
人の体と魂を滅ぼすすべての邪知にたいして。

キリストよ、今日、わたしを守りたまえ

毒から、火傷から

川流れから、死をもたらす怪我から

わたしのもとに、あふれる御恵みがありますように。  
わたしとともにキリストがおられる。わたしの前にキリストが  
わたしの後ろにキリストが

わたしの内にもキリストが  
わたしの下にもキリストが  
わたしの上にもキリストが  
わたしの右にもキリストが  
わたしの左にもキリストが  
    砦にもキリストが  
    戦車の座にもキリストが  
    舟の舵にもキリストが  
わたしのことを思うすべての人の心にもキリストが  
わたしに話しかけるすべての人の口にもキリストが  
    わたしの姿を見るすべての人の目にもキリストが  
わたしの話を聞くすべての人の耳にもキリストが。

わたしは今日、身にまとう  
三位一体の強き力への呼びかけを。すなわち  
万物の創造主の三位一体を信ずる。



## Chaplet of St. Michael:

O God, come to my assistance.

O Lord, make haste to help me.

Glory be to the Father...

1) By the intercession of St. Michael and the celestial Choir of Seraphim, may the Lord make us worthy to burn with the fire of perfect charity.

Our Father...

Hail Mary... (3 times)

2) By the intercession of St. Michael and the celestial Choir of Cherubim, may the Lord grant us the grace to leave the ways of sin and run in the paths of Christian perfection.

Our Father...

Hail Mary... (3 times)

3) By the intercession of St. Michael and the celestial Choir of Thrones, may the Lord infuse into our hearts a true and sincere spirit of humility.

Our Father...

Hail Mary... (3 times)

4) By the intercession of St. Michael and the celestial Choir of Dominations, may the Lord give us grace to govern our senses and overcome any unruly passions.

Our Father...

Hail Mary... (3 times)

5) By the intercession of St. Michael and the celestial Choir of Virtues, may the Lord preserve us from evil and falling into temptation.

Our Father...

Hail Mary... (3 times)

6) By the intercession of St. Michael and the celestial Choir of Powers, may the Lord protect our souls against the snares and temptations of the devil.

Our Father...

Hail Mary... (3 times)

7) By the intercession of St. Michael and the celestial Choir of Principalities, may God fill our souls with a true spirit of obedience.

Our Father...

Hail Mary... (3 times)

8) By the intercession of St. Michael and the celestial Choir of Archangels, may the Lord give us perseverance in faith and in all good works in order that we may attain the glory of Heaven.

Our Father...

Hail Mary... (3 times)

9) By the intercession of St. Michael and the celestial Choir of Angels, may the Lord grant us to be protected by them in this mortal life and conducted in the life to come to Heaven.

Our Father...

Hail Mary... (3 times)

Say four Our Fathers honoring Saints Michael, Gabriel, Raphael and your Guardian Angel (one Our Father for each angel.)

### **Concluding prayers:**

O glorious prince St. Michael, chief and commander of the heavenly hosts, guardian of souls, vanquisher of rebel spirits, servant in the house of the Divine King and our admirable conductor, you who shine with excellence and superhuman virtue deliver us from all evil, who turn to you with confidence and enable us by your gracious protection to serve God more and more faithfully every day.

Pray for us, O glorious St. Michael, Prince of the Church of Jesus Christ, that we may be made worthy of His promises.

Almighty and Everlasting God, who, by a prodigy of goodness and a merciful desire for the salvation of all, has appointed the most glorious Archangel St. Michael, Prince of Your Church, make us worthy, we ask You, to be delivered from all our enemies, that none of them may harass us at the hour of death, but that we may be conducted by him into Your Presence.

This we ask through the merits of Jesus Christ Our Lord.





## 聖ミカエルのチャプレット



このチャプレットは聖ミカエルのメダイと、4つの小珠、環状部分は一連が1つの大珠と3つの小珠からなる九連によって構成されています。

もし専用のチャプレットをお持ちでなければ一般のロザリオを数を調節しながら用いられて構わないと思います。

はじめに（メダイにおいて）祈ります。

「天主よ、我が助けに御心を傾け給え。」 「主よ、我が助けに急ぎ給え。」  
「栄唱」1回。

第一の大珠（中心のメダイ）にて祈ります。

「天使の第一級なる熾天使を賛美し奉らん。願わくは天主が我らを、聖ミカエル及熾天使の御取次ぎによりて、完全なる愛の火もて燃やさるるに適わしき者たらしめ給わんことを。アーメン。」 「主祷文」1回。

続いて3つの小珠にて「天使祝詞」3回唱えます。

第二の大珠にて祈ります。

「天使の第二級なる智天使を賛美し奉らん。願わくは天主が我らを、聖ミカエル及智天使の御取次ぎによりて、我らが罪より離れ、キリスト教的完徳の道に熱心に進歩する恵みを与え給え。アーメン。」 「主祷文」1回。

続いて3つの小珠にて「天使祝詞」3回唱えます。

第三の大珠にて祈ります。

「天使の第三級なる座天使を賛美し奉らん。願わくは天主が我らを、聖ミカエル及座天使の御取次ぎによりて、我らの心に真実なる謙遜の精神を注ぎ給わんことを。アーメン。」 「主禱文」1回。

続いて3つの小珠にて「天使祝詞」3回唱えます。

#### 第四の大珠にて祈ります。

「天使の第四級なる主天使を賛美し奉らん。願わくは天主が我らを、聖ミカエル及主天使の御取次ぎによりて、我らの五官を抑制し、墮落せる情欲を制するの恵みを与え給わんことを。アーメン。」 「主禱文」1回。

続いて3つの小珠にて「天使祝詞」3回唱えます。

#### 第五の大珠にて祈ります。

「天使の第五級なる能天使を賛美し奉らん。願わくは天主が我らを、聖ミカエル及能天使の御取次ぎによりて、我らの靈魂を悪魔とその謀計とその誘いより守り給わんことを。アーメン。」 「主禱文」1回。

続いて3つの小珠にて「天使祝詞」3回唱えます。

#### 第六の大珠にて祈ります。

「天使の第六級なる力天使を賛美し奉らん。願わくは天主が我らを、聖ミカエル及力天使の御取次ぎによりて、我らが誘惑に陥るを許し給うことなく却ってすべての悪より救い給わんことを。アーメン。」 「主禱文」1回。

続いて3つの小珠にて「天使祝詞」3回唱えます。

#### 第七の大珠にて祈ります。

「天使の第七級なる権天使を賛美し奉らん。願わくは天主が我らを、聖ミカエル及権天使の御取次ぎによりて、我らの靈魂を真の従順の精神もて満たし給わんことを。アーメン。」 「主禱文」1回。

続いて3つの小珠にて「天使祝詞」3回唱えます。

#### 第八の大珠にて祈ります。

「天使の第八級なる大天使を賛美し奉らん。願わくは天主が我らを、聖ミカエル及大天使の御取次ぎによりて、我らに信仰と善徳における堅忍の恵みを与え、天主の光榮に至らしめんことを。アーメン。」 「主禱文」1回。

続いて3つの小珠にて「天使祝詞」3回唱えます。

第九の大珠にて祈ります。

「天使の第九級なる天使を賛美し奉らん。願わくは天主が我らを、聖ミカエル及天使の御取次ぎによりて、我らがこの世において天使に守られ、死後、永遠の光栄に導かるる恵みを与え給わんことを。アーメン。」 「主禱文」1回。

続いて3つの小珠にて「天使祝詞」3回唱えます。

環状の外の小珠に戻り、各小珠にて意向をもって祈願と「主禱文」を唱えます。

「聖ミカエルに祈らん。聖ミカエルよ、我御身に臨終を委ね奉る。願わくは、その時悪魔が我らを攻め、我が靈魂を害うことなからんため、彼を克服し給え。」 「主禱文」を聖ミカエルに光栄を帰するために1回唱えます。

「聖ガブリエルに祈らん。聖ガブリエルよ、願わくは我に天主より、活ける信仰、強き希望、熱烈なる愛、並びに聖体に対する信心を乞い求め給え。」 「主禱文」を聖ガブリエルに光栄を帰するために1回唱えます。

「聖ラファエルに祈らん。聖ラファエルよ、我らをして常に完徳の正しき道を進ましめ給え。」

「主禱文」を聖ラファエルに光栄を帰するために1回唱えます。

「聖なる守護の天使に祈らん。聖なる守護の天使よ、我に聖霊より潔白なる心、聖なる召出しにおける堅忍とを切願し給え。」

「主禱文」を守護の天使に光栄を帰するために1回唱えます。

このチャプレットのしめくくりに次の祈願を唱えます。

「ああ、天軍の総帥にして指揮者なる、いと栄えある聖ミカエルよ、御身は靈魂を守り、悪しき霊を克服し、天主の聖殿に住み給う御者、イエズスにつぎて、我らを導き給う御者にして、人力を超ゆる力を完全に恵まれ給いたれば、願わくは信頼に充ちて御身によりてすがる我らを、すべての悪より救い、類なき御身の御保護によりて、我らの天主への忠実なる奉仕において、日毎に進ましめ給わんことを。

ああ、イエズス・キリストの聖会の総帥なる聖ミカエルよ、我らのために祈り給え。キリストの御約束に我らをかなわしめ給え。」

## 祈願

「全能永遠の天主、御身は妙なる御慈悲と御憐れみとによりて、人類の救いのために、栄えある大天使聖ミカエルを聖会の総帥に  
選み給いたれば、いつくしみ深き御保護によりて、我らが臨終に当たり、我  
らを攻むるすべての敵より守られ、聖ミカエルによりて、  
神聖なる御稜威の御前に至らしめんことを、我らの主、イエズス・キリスト  
によりて。 アーメン。」



## Chaplet of the Seven Dolors of Our Lady

The Chaplet of the Seven Dolors of Our Lady has a total of 58 beads and a medal of the first dolor. There is a total of 7 sets of 7 beads, with 3 additional beads and a crucifix. On each of the seven beads is prayed the "Hail Mary...".

On the separating beads is prayed the "Our Father...".

On the 3 additional beads is prayed the "Hail Mary..." in remembrance of the tears of Mary that were shed because of the suffering of her Divine Son. These are said to obtain true sorrow for our sins.

The 7 groups of 7 Hail Mary's are recited in remembrance of the Seven Sorrows of Mary, namely:

1. The Prophecy of Simeon
2. The flight into Egypt
3. The loss of the Child Jesus
4. Mary meets Jesus carrying His Cross
5. The crucifixion
6. Mary receives the body of Jesus from the Cross
7. The body of Jesus is placed in the tomb

After each set of seven beads is said the following prayer:

V. Pray for us, O most sorrowful Virgin.

R. That we may be made worthy of the promises of Christ.

Concluding prayer:

Lord Jesus, we now implore, both for the present and for the hour of our death, the intercession of the most Blessed Virgin Mary, Thy Mother, whose holy soul was pierced at the time of Thy Passion by a sword of grief.

Grant us this favor, O Savior of the world, who livest and reignest with the Father and the Holy Spirit for ever and ever.

Amen.





Our Lady of Sorrows, Vladimir Borovikovsky, 1757-1825

---

## 天主の御母の七つの御悲しみ



「天主よ、我が助けに御意を傾け給え。▲主よ我が助けに急ぎ給え。 栄唱1回。」

### 1. シメオンの預言

「悲しみを極めませる聖マリア、御身のやさしき御心が、老人シメオンの予言を聞き給いし時、感じ給いし御悲しみの故に、我は御身に深き同情を抱き奉る。

愛し奉る御母、この深き悲しみのため、我に謙遜の徳と敬畏とを乞い求め給え。」<天使祝詞1回。>

### 2. エジプトへの避難

「悲しみを極めませる聖マリア、御身がエジプトへ避難し給う時、又かしこに滞在し給う間やさしき御心が忍び給いし、不安と苦痛との故に、我は御身に深き同情を抱き奉る。

愛すべき御母よ、この憂慮の故に、我に寛大の徳、殊に貧しき人々への寛大と考愛の賜を乞い求め給え。」<天使祝詞1回。>

### 3. イエズスは神殿におられ、御子を見失う

「悲しみを極めませる聖マリア、その愛し給えるイエズスを見失い給いし時、御身の御心が受け給いし御心痛の故に、我は御身に深き同情を抱き奉る。

尊き御母よ、この大いなる不安と心痛との故に我に潔白の徳と知識の賜とを乞い求め給え。」<天使祝詞1回。>



#### 4.十字架の道にてイエズス、マリアに出会う

「悲しみを極めませる聖マリア、十字架の道にてイエズスに会い給いし時、御身の御心の受け給いし驚きの故に、我は御身に深き同情を抱き奉る。

愛し奉る御母、この驚きの故に、我に忍耐の徳と剛毅の賜とを乞い求め給え。」<天使祝詞1回。>

#### 5.十字架上の御死去

「悲しみを極めませる聖マリア、イエズスの御死去の戦いを目前にし給いたる時、寛大なる御心が忍び給いし、殉教の苦しみの故に、我は御身に深き同情を抱き奉る。

愛し奉る御母、この激しく深き御苦しみの故に、我に節制の徳と賢慮の賜とを乞い求め給え。」<天使祝詞1回。>

#### 6.イエズスの御体が十字架より降ろされる

「悲しみを極めませる聖マリア、槍もてイエズスの御脇がさし貫かれ、その挿すべき御心の裂かれし時、愛に充てる御身の御心の受け給いし深き御傷の故に、我は御身に深き同情を抱き奉る。

よき御母よ、御身の御心のさし貫かれ給いしによりて、隣人愛の徳と、聡明の賜とを乞い求め給え。」<天使祝詞1回。>

#### 7.イエズスの御葬り

「悲しみを極めませる聖マリア、イエズスの御葬りの時、愛に充てる御身の御心の湛え給いし、烈しき御苦しみの故に、我は御身に深き同情を抱き奉る。尊き御母よ、御身の御心の極まりなき御悲しみの故に、熱心の徳と上智の賜とを乞い求め給え。」<天使祝詞1回。>

「悲しみを極ませる童貞、我らの為に祈り給え。▲キリストの御約束に我らをかなわしめ給え。」

### 祈願

「主イエズス・キリスト、我らの臨終の時、御憐れみによりて、御母なる祝せられし童貞マリアが、我らのとりなし手たり給わんことを。

主の御苦難の時に当たりて、苦しみの剣は聖母の尊き御心を貫き給いたり。

世の救い主イエズス・キリスト、我らの願いを聴き容れ給わんことを。御父と聖霊と共に世々に生き、かつ統治し給う主よ。 アーメン。」

## Prayer Before & After Personal Meditation

### Before:

My Lord and my God, I firmly believe that you are here, that you see me, that you hear me. I adore you with profound reverence; I beg your pardon for my sins and the grace to spend this time of prayer fruitfully. My immaculate Mother, St. Joseph my father and lord, my guardian angel intercede for me.

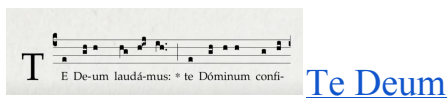
### After:

I thank you my God, for the good resolutions, affections and inspirations that you have communicated to me in this meditation. I beg your help in performing them. My immaculate Mother, St. Joseph my father and lord, my guardian angel intercede for me.

## Te Deum (English)

1. We praise Thee, O God; we acknowledge Thee to be the Lord.
2. All the earth doth worship Thee: the Father everlasting.
3. To Thee all Angels cry aloud: the heavens, and all the powers therein:
4. To Thee Cherubim and Seraphim continually do cry:
5. Holy, Holy, Holy, Lord God of hosts.
6. Heaven and earth are full of the majesty of thy glory.
7. The glorious choir of the Apostles,
8. The admirable company of the Prophets,
9. The white-robed army of Martyrs praise Thee.
10. The Holy Church throughout all the world doth acknowledge Thee,
11. The Father of an infinite majesty,
12. Thine adorable, true and only Son:
13. The Holy Ghost also, the Comforter.
14. Thou art the King of Glory, O Christ.
15. Thou are the everlasting Son of the Father.
16. When Thou didst take upon Thee to deliver man, Thou didst not abhor the Virgin's womb.
17. When Thou hadst overcome the sting of death, Thou didst open the kingdom of heaven to all believers.
18. Thou sittest at the right hand of God in the glory of the Father.
19. We believe that Thou shalt come to be our judge.

20. We pray Thee, therefore, help Thy servants, whom Thou hast redeemed with Thy precious blood.
21. Make them to be numbered with Thy saints in everlasting glory.
22. O Lord, save Thy people, and bless Thine inheritance.
23. Govern them and lift them up forever.
24. Day by day we bless Thee.
25. And we praise Thy name forever; yea, for ever and ever.
26. Deign, O Lord, this day, to keep us without sin.
27. Have mercy on us, O Lord; have mercy on us.
28. O Lord, let Thy mercy be shown to us, as we have hoped in Thee.
29. In Thee have I hoped, O Lord. Let me not be confounded forever.



## **Te Deum (Latin)**

1. Te deum laudamus: te Dominum confitemur.
2. Te aeternum Patrem omnis terra venerator.
3. Tibi omnes Angeli; tibi coeli et universae Potestates.
4. Tibi Cherubim et Seraphim incessabili voce Proclamant:
5. Sanctus, Sanctus, Sanctus Dominus Deus Sabaoth.
6. Pleni sunt coeli et terra majestatis gloriae tuae.
7. Te gloriosus Apostolorum chorus;
8. Te Prophetarum laudabilis numerus;
9. Te Martyrum candidatus laudat exercitus.
10. Te per orbem terrarum sancta confitetur Ecclesia.
11. Patrem immensae majestatis;
12. Venerandum tuum verum unicum Filium;
13. Sanctum quoque Paraclytum Spiritum.
14. Tu Rex gloriae Christe.
15. Tu Patris sempiternus es Filius.
16. Tu ad liberandum suscepisti hominem non horruisti Virginis uterum.
17. Tu devicto mortis aculeo aperuisti credentibus regna coelorum.
18. Tu ad dexteram Dei sedes in gloria Patris.
19. Judex crederis esse venturus.

20. Te ergo quaesumus tuis famulis subveni, quos pretioso sanguine redemisti.
21. Aeterna fac cum Sanctis tuis in gloria numerari.
22. Salvum fac populum tuum, Domine, et benedic haereditati tuae.
23. Et rege eos et extolle illos usque in aeternum.
24. Per singulos dies benedicimus te.
25. Et laudamus nomen tuum in saeculum et in saeculum saeculi.
26. Dignare, Domine die isto, sine peccato nos custodire.
27. Miserere nostri, Domine, miserere nostri
28. Fiat misericordia tua, Domine, super nos quemadmodum speravimus in te.
29. In te, Domine, speravi non confundar in aeternum.

## 感謝のうた (Te Deum) 口語

すべてのものの主、神よ、あなたをたたえてうたう。  
永遠の父よ、世界はあなたをあがめ尊ぶ。  
神の使い、力あるもの、ケルビルもセラフィムも  
絶えることなく高らかに賛美の声をあげる。

聖なる主、聖なる主、すべてを治める神、  
あなたの栄光は天地をおおう。

ともに声を合わせ、あなたをほめうたう  
救いを告げた預言者の群れ、けだかい使徒と殉教者。

世界に広がる教会もあなたをたたえる。  
偉大な父、まことのひとり子、証しの力、聖霊を。

栄光に輝く王、勝利のキリストよ、  
とこしえにあなたは父のひとり子。  
すべての人の救いのために、おとめから生まれ、  
死にうち勝ち、信じる者に神の国を開かれた。

父の右に座し、すべてを裁くため、  
栄光のうちにふたたび来られる。

尊い血にあがなわれたわたしたちを支えてください。  
諸聖人とともに  
とわのいのちをよろこぶことができるように。

神よ、あなたの民を救い、従う者を祝福し、  
いつまでも高め、導いてください。

日ごとに感謝をささげ、世々にあなたの名をほめたたえる。  
わたしたちを今日も、罪からお守りください。

神よ、豊かなあわれみをわたしたちに。  
あなたにより頼むわたしたちに。  
あなたにかけたわたしの希望はとこしえにゆるがない。

## The Canticle of Zechariah

(Luke 1: 68-70)

Blessed be the Lord, the God of Israel;  
He has come to His people and set them free.  
He has raised up for us a might Saviour,  
Born of the house of His servant David.

Through His holy prophets He promised of old  
That He would save us from our enemies,  
From the hands of all who hate us.

He promised to show mercy to our fathers  
And to remember His holy Covenant.

This was the oath He swore to our father Abraham:  
To set us free from the hands of our enemies,  
Free to worship Him without fear,  
Holy and righteous in His sight  
All the days of our life.

You, my child shall be called the prophet of the Most High,  
For you will go before the Lord to prepare His way,  
To give His people knowledge of salvation  
By the forgiveness of their sins.

In the tender compassion of our Lord  
The dawn from on high shall break upon us,  
to shine on those who dwell in darkness  
And the shadow of death,  
And to guide our feet into the way of peace.

Glory be to the Father, and to the Son, and to the Holy Spirit. As it was in the beginning, is now, and ever shall be, world without end. Amen.

### ザカリヤの歌

神をほめたたえよ、イスラエルの神を。  
神は民を訪れてあがない、  
わたしたちは力強い救い主を、  
しもベイスラエルに立てられた。  
神は昔、預言者によって語られたように、  
わたしたちに逆らうもの、  
うらみをいただく者の手から、



わたしたちを救い、祖先をあわれみ、  
とうとい契約を心に留められた。  
神は先祖アブラハムに約束されたとおり、  
逆らう者からわたしたちを救い、  
生涯をきよく正しく平和に送り、  
神に仕えることができるように。  
幼な子よ、おまえも神の預言者と呼ばれ、  
主の前を歩み、その道をととのえ、  
罪のゆるしによる救いをその民に知らせる。  
すべては神のあわれみのこころによる。  
神の深いあわれみにより、  
夜明けの太陽はわたしたちに臨み、  
やみと死の陰にある人を照らし、  
わたしたちの歩みを平和に導く。

栄光は父と子と聖霊に。  
初めのように今もいつも代々(よよ)に。アーメン。

## **The Canticle of Simeon**

(Luke 2: 29-32)

Lord, now you let your servant go in peace; Your word has been fulfilled.  
My own eyes have seen the salvation which you have prepared in the sight of every  
people:  
A light to reveal you to the nations and the glory of your people Israel.  
Glory to the Father, and to the Son, and to the Holy Spirit,  
As it was in the beginning, is now and forever shall be. Amen.

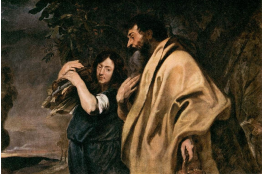
## **シメオンの賛歌**

神よ、今こそあなたはおことばのとおり、  
しもべを安らかに行かせてくださる。  
わたしはこの目であなたの救いを見た。

あなたが万民の前に備えられた救い、  
諸国の民を照らす光、  
あなたの民イスラエルの光栄。

栄光は父と子と聖霊に。  
初めのように今もいつも世々に。アーメン。

## Act of Faith



O my God! I firmly believe that Thou art one God in three Divine persons, Father, Son, and Holy Ghost; I believe that Thy Divine Son became man, and died for our sins, and that he will come to judge the living and the dead. I believe these and all the truths which the Holy Catholic Church teaches, because Thou hast revealed them, who canst neither deceive nor be deceived. Amen.

## Actus Fidei

Domine Deus, firma fide credo et confiteor omnia et singula quæ sancta ecclesia Catholica proponit, quia tu, Deus, ea omnia revelasti, qui es aeterna veritas et sapientia quae nec fallere nec falli potest. In hac fide vivere et mori statuo. Amen.

## 信仰の祈り

真理の源である神よ、あやまることのない  
あなたが天から示し、教会を通して  
教えてくださいすべてのことをかたく信じます。  
神よ、わたしの信仰を支えてください。アーメン

## Act of Hope

O my God! relying on Thy infinite goodness and promises, I hope to obtain pardon of my sins, the help of Thy grace, and life everlasting, through the merits of Jesus Christ, my Lord and Redeemer. Amen.

## Actus Spei

Domine Deus, spero per gratiam tuam remissionem omnium peccatorum, et post hanc vitam æternam felicitatem me esse consecuturum: quia tu promisisti, qui es infinite potens, fidelis, benignus, et misericors. In hac spe vivere et mori statuo. Amen.

## 希望の祈り

恵みの源である神よ、  
あなたは約束を忠実に実らせてくださいます。  
私たちに、救い主イエズス・キリストの  
いさおしによって、終わりのないいのちと、  
これを得るための必要な恵みを  
かならず与えてくださると確信しています。  
神よ、あなたへの希望を強めてください。アーメン

## Act of Charity

O my God! I love Thee above all things, with my whole heart and soul, because Thou art all-good and worthy of all love. I love my neighbor as myself for the love of Thee. I forgive all who have injured me, and ask pardon of all whom I have injured. Amen.

## Actus Caritatis

Domine Deus, amo te super omnia proximum meum propter te, quia tu es summum, infinitum, et perfectissimum bonum, omni dilectione dignum. In hac caritate vivere et mori statuo. Amen.



## 愛徳の祈り

愛の源である神よ、限りなく愛すべきあなたを、  
心を尽くし、力を尽くして愛します。  
また、あなたへの愛のために人をも自分のように  
愛することができますように、  
神よ、わたしの愛を燃え立たせてください。アーメン



## Act of Contrition

O my God, I am heartily sorry for having offended Thee and I detest all my sins because of Thy just punishments, but most of all because they offend Thee, my God, who art all good and deserving of all my love. I firmly resolve, with the help of Thy grace, to sin no more and avoid the near occasions of sin. Amen.

## Actus Contritionis

Deus meus, ex toto corde poenitet me omnium meorum peccatorum, eaque detestor, quia peccando, non solum poenas a Te iuste statutas promeritus sum, sed praesertim quia offendi Te, summum bonum, ac dignum qui super omnia diligaris. Ideo firmiter propono, adiuvante gratia Tua, de cetero me non peccaturum peccandique occasiones proximas fugituum. Amen.

## 悔い改める人の祈り

慈しみ深い父  
善のみを求めておられる神よ、  
あなたから愛されている私は、  
あなたに背いたすべてのことを悔やみ、  
あなたのみ心に従って生きたいのです。  
どうぞ、  
罪深い私に慈しみを注いでください。

## Psalm 50 – The Miserere

(In modern numbering, this is counted as Psalm 51)



1. Unto the end, a psalm of David,
2. When Nathan the prophet came to him, after he had sinned with Bethsabee. (2 Kings 12.)
3. Have mercy on me, O God, according to thy great mercy. And according to the multitude of thy tender mercies blot out my iniquity.
4. Wash me yet more from my iniquity and cleanse me from my sin.
5. For I know my iniquity, and my sin is always before me.
6. To thee only have I sinned, and have done evil before thee: that thou mayst be justified in thy words, and mayst overcome when thou art judged.
7. For behold I was conceived in iniquities; and in sins did my mother conceive me.
8. For behold thou hast loved truth: the uncertain and hidden things of thy wisdom thou hast made manifest to me.
9. Thou shalt sprinkle me with hyssop, and I shall be cleansed: thou shalt wash me, and I shall be made whiter than snow.
10. To my hearing thou shalt give joy and gladness: and the bones that have been humbled shall rejoice.
11. Turn away thy face from my sins and blot out all my iniquities.
12. Create a clean heart in me, O God: and renew a right spirit within my bowels.
13. Cast me not away from thy face; and take not thy holy spirit from me.
14. Restore unto me the joy of thy salvation and strengthen me with a perfect spirit.
15. I will teach the unjust thy ways: and the wicked shall be converted to thee.
16. Deliver me from blood, O God, thou God of my salvation: and my tongue shall extol thy justice.
17. O Lord, thou wilt open my lips: and my mouth shall declare thy praise.

18. For if thou hadst desired sacrifice, I would indeed have given it: with burnt offerings thou wilt not be delighted.

19. A sacrifice to God is an afflicted spirit: a contrite and humbled heart, O God, thou wilt not despise.

20. Deal favourably, O Lord, in thy good will with Zion; that the walls of Jerusalem may be built up.

21. Then shalt thou accept the sacrifice of justice, oblations and whole burnt offerings: then shall they lay calves upon thy altar.

## Miserere

1. In finem. Psalmus David,
2. cum venit ad eum Nathan propheta, quando intravit ad Bethsabee. (II Regum 12.)
3. Miserere mei, Deus, secundum magnam misericordiam tuam; et secundum multitudinem miserationum tuarum, dele iniquitatem meam.
4. Amplius lava me ab iniquitate mea, et a peccato meo munda me.
5. Quoniam iniquitatem meam ego cognosco, et peccatum meum contra me est semper.
6. Tibi soli peccavi, et malum coram te feci; ut justificeris in sermonibus tuis, et vincas cum judicaris.
7. Ecce enim in iniquitatibus conceptus sum, et in peccatis concepit me mater mea.
8. Ecce enim veritatem dilexisti; incerta et occulta sapientiæ tuæ manifestasti mihi.
9. Asperges me hyssopo, et mundabor; lavabis me, et super nivem dealbabor.
10. Auditui meo dabis gaudium et lætitiā, et exsultabunt ossa humiliata.
11. Averte faciem tuam a peccatis meis, et omnes iniquitates meas dele.
12. Cor mundum crea in me, Deus, et spiritum rectum innova in visceribus meis.
13. Ne projicias me a facie tua, et spiritum sanctum tuum ne auferas a me.
14. Redde mihi lætitiā salutaris tui, et spiritu principali confirma me.
15. Docebo iniquos vias tuas, et impii ad te convertentur.
16. Libera me de sanguinibus, Deus, Deus salutis meæ, et exsultabit lingua mea justitiā tuam.
17. Domine, labia mea aperies, et os meum annuntiabit laudem tuam.
18. Quoniam si voluisses sacrificium, dedissem utique; holocaustis non delectaberis.
19. Sacrificium Deo spiritus contribulatus; cor contritum et humiliatum, Deus, non despicias.
20. Benigne fac, Domine, in bona voluntate tua Sion, ut ædificentur muri Jerusalem.
21. Tunc acceptabis sacrificium justitiæ, oblationes et holocausta; tunc imponent super altare tuum vitulos.

[Play Psalm 50\(51\) Miserere by The Choir of Trinity College, Cambridge](#)



## **Prayer for the World Suffering from the New Coronavirus Pandemic**

O loving God,  
Look kindly upon the world, now in great difficulty  
Through the spread of the new coronavirus.

May necessary medical care be given to those who suffer from the disease.  
Guide those who work toward ending the infection.  
Protect all healthcare workers and all those who care for the sick.

Welcome the deceased into your eternal kingdom.  
Fill them with everlasting peace.  
May hands reach out to help everyone facing anxiety and confusion.

God, the source of hope,  
Guide us in this crisis  
That we may spare no sacrifice to prevent the spread of the infection,  
That we may serve everyone in the world,

We ask this through our Lord Jesus Christ. Amen.

Mary, source of hope and comfort,  
Pray for us in this hardship.

## **新型コロナウイルス感染症に苦しむ世界のための祈り**

いつくしみ深い神よ、  
新型コロナウイルスの感染拡大によって、  
今、大きな困難の中にある世界を顧みてください。

病に苦しむ人に必要な医療が施され、  
感染の終息に向けて取り組むすべての人、  
医療従事者、病者に寄り添う人の健康が守られますように。

亡くなった人が永遠のみ国に迎え入れられ、  
尽きることのない安らぎに満たされますように。  
不安と混乱に直面しているすべての人に、  
支援の手が差し伸べられますように。

希望の源である神よ、  
わたしたちが感染拡大を防ぐための犠牲を惜しまず、  
世界のすべての人と助け合って、  
この危機を乗り越えることができるようお導きください。  
わたしたちの主イエス・キリストによって。アーメン。

希望と慰めのよりどころである聖マリア、  
苦難のうちにあるわたしたちのためにお祈りください。

(2020年4月3日 日本カトリック司教協議会認可)

## **An Act of Spiritual Communion**

My Jesus,  
I believe that You are present in the Most Holy Sacrament.  
I love You above all things,  
and I desire to receive You into my soul.  
Since I cannot at this moment receive You sacramentally,  
come at least spiritually into my heart.  
I embrace You as if You were already there  
and unite myself wholly to You.  
Never permit me to be separated from You.

Amen.

## **靈的聖体拝領の祈り**

主イエス・キリスト、  
あなたがご聖体の秘跡のうちに  
まことにおいでになることを信じ、  
すべてに超えてあなたを愛し、  
わたしの心に迎えたいと望みます。  
今、秘跡によるご聖体を  
受けることができない  
わたしの心に、おいでください。  
あなたが、今わたしの心に  
まことにおいでになったことを信じて  
感謝いたします。  
いつもあなたと一致したいと望むわたしが、  
あなたから離れることのないようにしてください。  
アーメン。

## 病人のための祈り

神よ、御ひとり子は  
すべての人の弱さと貧しさをご自分の肩に背負われ、  
神秘に満ちた苦しみの価値を、わたくしたちに示してくださいました。  
病に苦しむ兄弟姉妹を祝福してください。  
不安と苦しみの中であって、  
孤独に打ちひしがれることがありませんように。  
心と体をいやしてくださる主イエス・キリストに結ばれて  
苦しむ人々に約束されている  
あなたの慰めと励ましを得ることができますように。  
私たちの主イエス・キリストによって。  
アーメン。

## 死者のための祈り

人類の救いをよろこび、罪人をゆるされる神よ、  
いつくしみをもって  
私たちの祈りを聞き入れてください。  
この世を去った私たちの兄弟、親族、恩人が、  
聖母マリアとすべての聖人の取り次ぎに助けられ、  
罪の束縛から解放されて、  
あなたの国で、永遠の命にあずかり、  
あなたの栄光をたたえることができますように。  
私たちの主イエス・キリストによって。  
アーメン。

主よ、彼らに、永遠の安らぎを与え、  
あなたの光の中で憩わせてください。

主よ、彼らに、永遠の安らぎを与え、  
あなたの光の中で憩わせてください。

主よ、彼らに、永遠の安らぎを与え、  
あなたの光の中で憩わせてください。

世々に至るまで、  
アーメン。

## 死者のための祈り（レクイエム）

主よ、みもとに召された人々に  
永遠の安らぎを与え  
あなたの光の中で  
憩わせてください。  
アーメン。

## ご聖体前の祈り

聖体の秘跡のうちに御父と聖霊と共におられる主イエス、  
あなたを礼拝します。  
マリアの胎内で人となられた主イエス、  
あなたを礼拝します。  
御父のみ旨をことごとく成し遂げられた主イエス、  
あなたを賛美します。  
聖体祭儀において私たちを御父に捧げてくださる主イエス、  
あなたを賛美します。  
「いつもあなた方と共にいる」と約束された主イエス、  
あなたに感謝します。  
最後の晩餐で聖体を制定された主イエス、  
あなたに感謝します。  
平和の挨拶をするよう弟子たちを派遣された主イエス、  
あなたに従います。  
「私の記念としてこれを行いなさい」と命じられた主イエス、  
あなたに従います。

## Tantum Ergo (English)

DOWN in adoration falling, Lo! the sacred Host we hail, Lo! o'er ancient forms  
departing; Newer rites of grace prevail; Faith for all defects supplying, Where the  
feeble senses fail.

To the everlasting Father, And the Son Who reigns on high with the Holy Spirit  
proceeding forth from each eternally, be salvation, honor blessing, might and endless  
majesty.

V. Thou hast given them bread from heaven (P.T. Alleluia).

R. Having within it all sweetness (P.T. Alleluia).

Let us pray: O God, who in this wonderful Sacrament left us a memorial of Thy  
Passion: grant, we implore Thee, that we may so venerate the sacred mysteries of Thy  
Body and Blood, as always to be conscious of the fruit of Thy Redemption. Thou  
who livest and reignest forever and ever.

R. Amen.

## Tantum Ergo (Latin)

TANTUM ergo Sacramentum Veneremur cernui: Et antiquum documentum; Novo cedat ritui: Praestet fides supplementum Sensuum defectui. Genitori, Genitoque Laus et iubilatio, Salus, honor, virtus quoque Sit et benedictio: Procedenti ab utroque Compar sit laudatio. Amen.

V. Panem de caelo praestitisti eis. (T.P. Alleluia)

R. Omne delectamentum in se habentem. (T.P. Alleluia)

Oremus: Deus, qui nobis sub sacramento mirabili, passionis tuae memoriam reliquisti: tribue, quaesumus, ita nos corporis et sanguinis tui sacra mysteria venerari, ut redemptionis tuae fructum in nobis iugiter sentiamus. Qui vivis et regnas in saecula saeculorum.

R. Amen.



TANTUM ERGO SACRAMENTUM  
(GREGORIAN CHANT)

[Play Tantum Ergo Sacramentum solo chant from Donna Stewart](#)



[Play Tantum Ergo Sacramentum chant \(men\)](#)

## Tantum Ergo (日本語)

このように大いなる秘跡ゆえ  
心からたたえましょう  
古き教えがあらたまり  
新しきことが始まりますように  
信じることが  
不完全な感覚を援(たす)けて下さいますように  
父、子に  
讚美と歡喜を  
幸い、誉(ほま)れ、徳ならびに  
祝福がありますように  
二位より現れるものに  
等しく讚美がありますように

## **Eucharistic Exposition**

### **Pange, Lingua (English)**

Of the glorious Body telling,  
O my tongue, its mysteries sing,  
And the Blood, all price excelling,  
Which the world's eternal King,  
In a noble womb once dwelling  
Shed for the world's ransoming.

Given for us, descending,  
Of a Virgin to proceed,  
Man with man in converse blending,  
Scattered he the Gospel seed,  
Till his sojourn drew to ending,  
Which he closed in wondrous deed.

At the last great Supper lying  
Circled by his brethren's band,  
Meekly with the law complying,  
First he finished its command  
Then, immortal Food supplying,  
Gave himself with his own hand.

Word made Flesh, by word he maketh  
Very bread his Flesh to be;  
Man in wine Christ's Blood partaketh:  
And if senses fail to see,  
Faith alone the true heart waketh  
To behold the mystery.

Therefore we, before him bending,  
This great Sacrament revere;  
Types and shadows have their ending,  
For the newer rite is here;  
Faith, our outward sense befriending,  
Makes the inward vision clear.

Glory let us give, and blessing  
To the Father and the Son;  
Honour, might, and praise addressing,  
While eternal ages run;

Ever too his love confessing,  
Who, from both, with both is one.  
Amen.

R. Thou hast given them bread from heaven.  
V. Having within it all sweetness.

Let us pray: O God, who in this wonderful Sacrament left us a memorial of Thy Passion: grant, we implore Thee, that we may so venerate the sacred mysteries of Thy Body and Blood, as always to be conscious of the fruit of Thy Redemption. Thou who livest and reignest forever and ever.

R. Amen.

### [Play Pange Lingua Gloriosi](#)



## **Pange, Lingua (Latin)**

1. Pange lingua gloriosi  
Corporis mysterium,  
Sanguisque pretiosi,  
Quem in mundi pretium  
Fructus ventris generosi,  
Rex effudit gentium.

2. Nobis datus, nobis natus  
Ex intacta Virgine  
Et in mundo conversatus,  
Sparso verbi semine,  
Sui moras incolatus  
Miro clausit ordine.

3. In supremæ nocte coenæ  
Recumbens cum fratribus,  
Observata lege plene  
Cibus in legalibus,  
Cibum turbae duodenæ  
Se dat suis manibus



4. Verbum caro, panem verum  
Verbo carnem efficit:  
Fitque sanguis Christi merum,  
Et si sensus deficit,  
Ad firmandum cor sincerum  
Sola fides sufficit.

5. Tantum ergo Sacramentum  
Veneremur cernui:  
Et antiquum documentum  
Novo cedat ritui:  
Praestet fides supplementum  
Sensuum defectui.

6. Genitori, Genitoque  
Laus et iubilatio,  
Salus, honor, virtus quoque  
Sit et benedictio:  
Procedenti ab utroque  
Compar sit laudatio.  
Amen.

V. Panem de caelo praestitisti eis.  
R. Omne delectamentum in se habentem.

Oremus: Deus, qui nobis sub sacramento mirabili, passionis tuae memoriam reliquisti: tribue, quaesumus, ita nos corporis et sanguinis tui sacra mysteria venerari, ut redemptionis tuae fructum in nobis iugiter sentiamus. Qui vivis et regnas in saecula saeculorum.  
R. Amen.

## 聖体拝領

1. 舌よ歌え

栄えある聖体の神秘を

尊き胎の実

万民の王が

世のすくいのために流された

血の奥義を

2. 汚れなきおとめから生まれ

われらに与えられた方は

言葉の種をまきつつ

この世をわたり

最期にこの奥義を

定められた

### 3. 最後の晩餐の夜

弟子と共に食卓をかこみ

律法により守られた掟である

過ぎ越しの食事を取るとき

自らの手で自身を

12使徒にお与えになった

### 4. 人となられた御言葉は

肉体をまことのパンとし

血をまことのぶどう酒とした

感覚はこれを認めなくても

純粋な心を強めるには

信仰によるもので十分である

### 5. このように大いなる秘跡ゆえ

心からたたえましょう

古き教えがあらたまり

新しきことが始まりますように

信じることが

不完全な感覚を援(たす)けて下さいますように

### 6. 父、子に

讚美と歓喜を

幸い、誉(ほま)れ、徳ならびに

祝福がありますように

二位より現れるものに

等しく讚美がありますように

## **Divine Praises**

Blessed be God.  
Blessed be his Holy Name.  
Blessed be Jesus Christ, true God and true Man.  
Blessed be the Name of Jesus.  
Blessed be his most Sacred Heart. Blessed be his most Precious Blood.  
Blessed be Jesus in the most holy Sacrament of the Altar.  
Blessed be the Holy Spirit, the Paraclete.  
Blessed be the great Mother of God, Mary most holy.  
Blessed be her holy and Immaculate Conception.  
Blessed be her glorious Assumption. Blessed be the name of Mary, Virgin and Mother.  
Blessed be St. Joseph, her most chaste spouse.  
Blessed be God in his Angels and in his Saints.  
Amen.

## **Laudes Divinae**

Benedictus Deus.  
Benedictum Nomen Sanctum eius.  
Benedictus Jesus Christus, verus Deus et verus homo.  
Benedictum Nomen Jesu.  
Benedictum Cor eius sacratissimum.  
Benedictus Sanguis eius pretiosissimus.  
Benedictus Jesus in sanctissimo altaris Sacramento.  
Benedictus Sanctus Spiritus, Paraclitus.  
Benedicta excelsa Mater Dei, Maria sanctissima.  
Benedicta sancta eius et immaculata  
Conceptio.  
Benedicta eius gloriosa Assumptio.  
Benedictum nomen Mariae, Virginis et Matris.  
Benedictus sanctus Ioseph, eius castissimus Sponsus.  
Benedictus Deus in Angelis suis, et in Sanctis suis.  
Amen.

## Laudate (English)

O praise the Lord, all ye nations; praise Him, all ye people. For His mercy is confirmed upon us: and the truth of the Lord remaineth forever.

Glory be to the Father and to the Son and to the Holy Spirit, as it was in the beginning, is now, and forever shall be, world without end. Amen.

## Laudate (Latin)

Laudate Dominum omnes gentes; Laudate eum, omnes populi. Quoniam confirmata est super nos misericordia ejus: et veritas Domini manet, manet in aeternum.

Gloria Patri et Filio, et Spiritui Sancto; sicut erat in principio, et nunc, et semper, et in saecula saeculorum. Amen.

## 主を褒め称えよ

諸々の国よ、主を褒め称えよ。  
諸々の民よ、主を称えまつれ。  
我らに賜るその慈しみは大きいからである。  
主のまことはとこしえに絶えることがない。  
願わくば父と子と精霊とに栄光あれ  
初めにありしごとく 今も いつも  
代々に至るまで。アーメン。

## 聖体降福式の時の讚美

1. 天主は、讚美せられさせ給え。
2. 天主の御名（みな）は、讚美せられさせ給え。
3. まことの天主、まことの人なるイエズス・キリストは、讚美せられさせ給え。
4. イエズスの御名（みな）は、讚美せられさせ給え。

5. イエズスの至聖（しせい）なる聖心（みこころ）は、讃美せられさせ給え。
6. イエズスのいと尊き御血は、讃美せられさせ給え。
7. いと尊き聖体の秘蹟にましまし給うイエズスは、讃美せられさせ給え。
8. 慰め主なる聖霊は、讃美せられさせ給え。
9. 天主の御母（おんはは）聖マリアは、讃美せられさせ給え。
10. 聖マリアの原罪の汚れなき御宿（おんやど）りは、讃美せられさせ給え。
11. 聖マリアの栄（はえ）ある被昇天は、讃美せられさせ給え。
12. 童貞にして母なる聖マリアの御名（みな）は、讃美せられさせ給え。
13. 聖マリアの浄配なる聖ヨゼフは、讃美せられさせ給え。
14. すべての天使と聖人とにおいて、天主は、讃美せられさせ給え。

### **Come Holy Spirit**

1. Come, O Creator Spirit blest, and in our minds take up thy rest, come with thy grace and heavenly aid to fill the hearts which thou hast made.
2. Great Paraclete! To Thee we cry, O highest gift of God most high, O font of life! O fire of love! And sweet anointing from above!
3. Thou in thy sevenfold gifts art known, the finger of God's hand we own, The promise of the Father, Thou: Who dost the tongue with pow'r endow.
4. Kindle our senses from above, And make our hearts o'erflow with love. With patience firm and virtue high The weakness of our flesh supply.
5. Far from us drive the foe we dread, And grant us thy true peace instead, So shall we not, with Thee for guide, Turn from the path of life aside.

6. O may Thy grace on us bestow, The Father and the Son to know, And thee,  
through endless times confess'd, Of both, th' eternal Spirit blest.

7. All glory, while the ages run, Be to the Father and the Son, Who rose from death.  
The same to Thee, O Holy Ghost, eternally.

Amen.

## Veni Creator Spiritus

1. Veni Creator Spiritus, Mentis tuorum visita Imple superna gratia, Quae tu creasti,  
pectora.

2. Qui diceris Paraclitus, Altissimi donum Dei Fons vivus, ignis, caritas, Et spiritalis  
unctio.

3. Tu septiformis munere, Digitus Paternae dexteræ Tu rite promissum Patris,  
Sermone ditans guttura.

4. Accende lumen sensibus, Infunde amorem cordibus, Infirma nostri corporis Virtute  
firmans perpeti.

5. Hostem repellas longius, Pacemque dones protinus, Ductore sic te praeviso Vitemus  
omne noxium.

6. Per te sciamus da Patrem, Noscamus atque Filium, Te utriusque Spiritum  
Credamus omni tempore.

7. Deo Patri sit gloria, Et Filio qui a mortuis Surrexit, ac Paraclito, In saeculorum  
saecula. Amen.

[Veni Creator Spiritus](#)



# Catholic Life and Moral Teachings

## The Ten Commandments

1. I am the Lord thy God. Thou shalt not have strange Gods before Me.
2. Thou shalt not take the name of the Lord thy God in vain.
3. Remember that thou keep holy the Sabbath day.
4. Honor thy father and thy mother.
5. Thou shalt not kill.
6. Thou shalt not commit adultery.
7. Thou shalt not steal.
8. Thou shalt not bear false witness against thy neighbor.
9. Thou shalt not covet thy neighbor's wife.
10. Thou shalt not covet thy neighbor's house, nor his servant, nor his ox, nor his ass, nor anything that is his.

## 十戒

1. わたしはあなたの主なる神である。わたしのほかに神があってはならない。
2. あなたの神、主の名をみだりに唱えてはならない。
3. 主の日を心にとどめ、これを聖とせよ。
4. あなたの父母を敬え。
5. 殺してはならない。
6. 姦淫してはならない。
7. 盗んではならない。
8. 隣人に関して偽証してはならない。
9. 隣人の妻を欲してはならない。
10. 隣人の財産を欲してはならない。

## The First Commandment our Lord gave

“And God blessed them, saying ‘be fruitful and multiply...’ Gn 1:28

神は彼らを祝福して言われた、「生めよ、ふえよ、地に満ちよ、地を従わせよ。。。創世記 1 章 2 8



## The Great Commandments of Love

“And thou shalt love the Lord thy God, with thy whole heart, and with thy whole soul, and with thy whole mind, and with thy whole strength. This is the first commandment.

And the second is like to it: Thou shalt love thy neighbour as thyself. There is no other commandment greater than these.” (Mk 12:30-31)

### 愛の戒め

イエスは答えられた、「第一のいましめはこれである、『イスラエルよ、聞け。主なるわたしたちの神は、ただひとりの主である。心をつくし、精神をつくし、思いをつくし、力をつくして、主なるあなたの神を愛せよ』第二はこれである、『自分を愛するようにあなたの隣り人を愛せよ』。これより大事ないましめは、ほかにない」。(マルコ 12章29-31)

## The Beatitudes

(Matthew 5:3-10)

Blessed are the poor in spirit: for theirs is the kingdom of heaven.

Blessed are the meek: for they shall possess the land.

Blessed are they that mourn: for they shall be comforted.

Blessed are they that hunger and thirst after justice: for they shall have their fill.

Blessed are the merciful: for they shall obtain mercy.

Blessed are the clean of heart: for they shall see God.

Blessed are the peacemakers: for they shall be called children of God.

Blessed are they that suffer persecution for justice' sake: for theirs is the kingdom of heaven.

## 真福八端

心の貧しい人々は、幸いである、

天の国はその人たちのものである。

悲しむ人々は、幸いである、

その人たちは慰められる。

柔和な人々は、幸いである、

その人たちは地を受け継ぐ。

義に飢え渴く人々は、幸いである、

その人たちは満たされる。

憐れみ深い人々は、幸いである、

その人たちは憐れみを受ける。

心の清い人々は、幸いである、

その人たちは神を見る。

平和を実現する人々は、幸いである、

その人たちは神の子と呼ばれる。

義のために迫害される人々は、幸いである、

天の国はその人たちのものである。

わたしのためにののしられ、迫害され、

身に覚えのないことであらゆる悪口を浴びせられるとき、

あなたがたは幸いである。

喜びなさい。大いに喜びなさい。

天には大きな報いがある。

(マタイによる福音書5・3-12)

# THE GIFTS AND FRUITS OF THE HOLY SPIRIT

(From the Catechism of The Catholic Church)

**1830** The moral life of Christians is sustained by the gifts of the Holy Spirit. These are permanent dispositions which make man docile in following the promptings of the Holy Spirit.

**1831** The seven *gifts* of the Holy Spirit are wisdom, understanding, counsel, fortitude, knowledge, piety, and fear of the Lord. They belong in their fullness to Christ, Son of David. <sup>(Isa 11:1-2)</sup> They complete and perfect the virtues of those who receive them. They make the faithful docile in readily obeying divine inspirations.

Let your good spirit lead me on a level path. <sup>(Ps 143:10)</sup>

For all who are led by the Spirit of God are sons of God . . . If children, then heirs, heirs of God and fellow heirs with Christ. <sup>(Rom 8:14,17)</sup>

**1832** The *fruits* of the Spirit are perfections that the Holy Spirit forms in us as the first fruits of eternal glory. The tradition of the Church lists twelve of them: "charity, joy, peace, patience, kindness, goodness, generosity, gentleness, faithfulness, modesty, self-control, chastity." <sup>(Gal 5:22-23)</sup>

## 聖霊の七つの「実」

上知

聡明

賢慮

勇気

知識

孝愛

主への畏敬

「エッセイの株からひとつの芽が萌えいで  
その根からひとつの若枝が育ち  
その上に主の霊がとどまる。

知恵と識別の霊、思慮と勇気の霊、主を知り、畏れ敬う霊。」 (イザヤ書 11章1-2)

## 聖霊の十二の「実」

愛  
喜び  
平和  
忍耐  
寛容  
親切  
善意  
謙遜  
誠実  
柔和  
節制  
貞潔

ガラテヤ5.22～23から

## The Five Precepts of the Church

These moral laws are minimum requirements of Catholics and are binding on the faithful.

1. You shall attend Mass on Sundays and holy days of obligation.
2. You shall confess your sins at least once a year.
3. You shall humbly receive your Creator in Holy Communion at least during the Easter season
4. You shall observe the prescribed days of fasting and abstinence.
5. You shall help to provide for the needs of the Church.

## 教会の五つの「おきて」

1. 主日と定められた祝日にミサにあずかり、それらの日を聖とすることを妨げる仕事や活動を控えること。
2. 少なくとも年に一度自分の罪を告白すること。
3. 少なくとも復活節の間に聖体の秘跡を受けること。
4. 教会が定めた日に肉食を差し控え（小齋）、断食（大齋）を守ること。
5. おのおのの分に応じて教会の財政を助けること。

## The Seven Corporal Works of Mercy

1. Feed the hungry
2. Give drink to the thirsty
3. Shelter the homeless
4. Visit the sick
5. Visit the prisoner
6. Bury the dead
7. Give alms to the poor

### 七つの「身体的な慈善のわざ」

1. 飢えている人に食べさせること。
2. 渴いている人に飲み物を与えること。
3. 着る物をもたない人に衣服を与えること。
4. 宿のない人に宿を提供すること。
5. 病者を訪問すること。
6. 受刑者を訪問すること。
7. 死者を埋葬すること。

## The Seven Spiritual Works of Mercy

1. Counseling the doubtful
2. Instructing the ignorant
3. Admonishing the sinner
4. Comforting the sorrowful
5. Forgiving injuries
6. Bearing wrongs patiently
7. Praying for the living and the dead

### 七つの「精神的な慈善のわざ」

1. 疑いを抱いている人に助言すること。
2. 無知な人を教えること。
3. 罪人を戒めること。

4. 悲嘆にうちひしがれている人を慰めること。
5. もろもろの侮辱をゆるすこと。
6. 煩わしい人を辛抱強く耐え忍ぶこと。
7. 生者と死者のために神に祈ること。

## **The Four Last Things**

### **Death**

"Remember, man, you are dust and to dust you will return." Gn 3:19

### **Judgment**

“And all nations shall be gathered together before him, and he shall separate them one from another, as the shepherd separateth the sheep from the goats: And he shall set the sheep on his right hand, but the goats on his left.”

Mt 25 32-33 “Each and every one of us, at the end of the journey of life, will come face-to-face with either one or the other of two faces. . . . One of them, either the merciful face of Christ or the miserable face of Satan, will say, ‘Mine, mine.’ May we be Christ’s!” Abp Venerable Fulton J Sheen

### **Heaven**

“Then shall the king say to them that shall be on his right hand: Come, ye blessed of my Father, possess you the kingdom prepared for you from the foundation of the world.” Mt 25:34

Behold the tabernacle of God with men, and he will dwell with them. And they shall be his people; and God himself with them shall be their God. 4And God shall wipe away all tears from their eyes: and death shall be no more, nor mourning, nor crying, nor sorrow shall be any more, for the former things are passed away. And he that sat on the throne, said: Behold, I make all things new.” Rev 21:3-5

### **Hell**

“Then he shall say to them also that shall be on his left hand: Depart from me, you cursed, into everlasting fire which was prepared for the devil and his angels. For I was hungry, and you gave me not to eat: I was thirsty, and you gave me not to drink . . . “

Mt 25:41-42 'Although the sinner does not believe in Hell, he shall nevertheless go there if he has the misfortune to die in mortal sin.'

St. Anthony Mary Claret

## 四終

1. 死
2. 審判
3. 地獄
4. 天国

### The Virtues

*“The act of defending any of the cardinal virtues has today all the exhilaration of a vice.” – “A Defense of Humilities,” G.K. Chesterton*

**(Catechism of the Catholic Church) 1803** "Whatever is true, whatever is honorable, whatever is just, whatever is pure, whatever is lovely, whatever is gracious, if there is any excellence, if there is anything worthy of praise, think about these things." <sup>Phil 4:8</sup>

A virtue is an habitual and firm disposition to do the good. It allows the person not only to perform good acts, but to give the best of himself. The virtuous person tends toward the good with all his sensory and spiritual powers; he pursues the good and chooses it in concrete actions.

The goal of a virtuous life is to become like God. <sup>St Gregory of Nissa, De beatitudinibus, 1: PG 44,</sup>

1200D

# The Cardinal Virtues

## Prudence

## Justice

## Fortitude

## Temperance

**(Catechism of the Catholic Church) 1805** Four virtues play a pivotal role and accordingly are called "cardinal"; all the others are grouped around them. They are: prudence, justice, fortitude, and temperance. "If anyone loves righteousness, [Wisdom's] labors are virtues; for she teaches temperance and prudence, justice, and courage."<sup>Wis 8:7</sup> These virtues are praised under other names in many passages of Scripture.

**1806** *Prudence* is the virtue that disposes practical reason to discern our true good in every circumstance and to choose the right means of achieving it. . . Prudence is "right reason in action," writes St. Thomas Aquinas. . . It is not to be confused with timidity or fear, nor with duplicity or dissimulation.

**1807** *Justice* is the moral virtue that consists in the constant and firm will to give their due to God and neighbor. Justice toward God is called the "virtue of religion." Justice toward men disposes one to respect the rights of each and to establish in human relationships the harmony that promotes equity with regard to persons and to the common good. The just man, often mentioned in the Sacred Scriptures, is distinguished by habitual right thinking and the uprightness of his conduct toward his neighbor. "You shall not be partial to the poor or defer to the great, but in righteousness shall you judge your neighbor."<sup>Lev 19:15</sup> "Masters, treat your slaves justly and fairly, knowing that you also have a Master in heaven."<sup>Col4:1</sup>

**1808** *Fortitude* is the moral virtue that ensures firmness in difficulties and constancy in the pursuit of the good. It strengthens the resolve to resist temptations and to overcome obstacles in the moral life. The virtue of fortitude enables one to conquer fear, even fear of death, and to face trials and persecutions. It disposes one even to renounce and sacrifice his life in defense of a just cause. "The Lord is my strength and my song."<sup>Ex 15:2, Ps 118:14</sup> "In the world you have tribulation; but be of good cheer, I have overcome the world."<sup>Jn 16:33</sup>

**1809** *Temperance* is the moral virtue that moderates the attraction of pleasures and provides balance in the use of created goods. It ensures the will's mastery over instincts and keeps desires within the limits of what is honorable. The temperate person directs the sensitive appetites toward what is good and maintains a healthy discretion: "Do not follow your inclination and strength, walking according to the desires of your heart."<sup>Sir 5:2</sup> Temperance is often praised in the Old Testament: "Do not follow your base desires, but restrain your appetites."<sup>Sir 18:30</sup> In the New Testament



it is called "moderation" or "sobriety." We ought "to live sober, upright, and godly lives in this world."<sup>Tit 2:12</sup>

To live well is nothing other than to love God with all one's heart, with all one's soul and with all one's efforts; from this it comes about that love is kept whole and uncorrupted (through temperance). No misfortune can disturb it (and this is fortitude). It obeys only [God] (and this is justice), and is careful in discerning things, so as not to be surprised by deceit or trickery (and this is prudence).<sup>St Augustine, De moribus eccl.</sup>

## 四つの「枢要徳」

1. 賢明
2. 正義
3. 勇氣
4. 節制

## The Theological Virtues

**Faith**

**Hope**

**Charity**

**1813** The theological virtues are the foundation of Christian moral activity; they animate it and give it its special character. They inform and give life to all the moral virtues. They are infused by God into the souls of the faithful to make them capable of acting as his children and of meriting eternal life. They are the pledge of the presence and action of the Holy Spirit in the faculties of the human being. There are three theological virtues: faith, hope, and charity.<sup>1 Cor 13:13</sup>

**Faith**

**1814** Faith is the theological virtue by which we believe in God and believe all that he has said and revealed to us, and that Holy Church proposes for our belief, because he is truth itself. By faith "man freely commits his entire self to God." For this reason the believer seeks to know and do God's will. "The righteous shall live by faith." Living faith "work[s] through charity."<sup>Rom 1:17; Gal 5:6</sup>

**1815** The gift of faith remains in one who has not sinned against it.<sup>Council of Trent (1547):DS 1545</sup> But "faith apart from works is dead".<sup>Jas 2:26</sup> when it is deprived of hope and love,

faith does not fully unite the believer to Christ and does not make him a living member of his Body.

## Hope

**1817** Hope is the theological virtue by which we desire the kingdom of heaven and eternal life as our happiness, placing our trust in Christ's promises and relying not on our own strength, but on the help of the grace of the Holy Spirit. "Let us hold fast the confession of our hope without wavering, for he who promised is faithful."<sup>Heb 10:23</sup>

"The Holy Spirit . . . he poured out upon us richly through Jesus Christ our Savior, so that we might be justified by his grace and become heirs in hope of eternal life."<sup>Titus 3:6-7</sup>

**1818** The virtue of hope responds to the aspiration to happiness which God has placed in the heart of every man; it takes up the hopes that inspire men's activities and purifies them so as to order them to the Kingdom of heaven; it keeps man from discouragement; it sustains him during times of abandonment; it opens up his heart in expectation of eternal beatitude. Buoyed up by hope, he is preserved from selfishness and led to the happiness that flows from charity.

## Charity

**1822** Charity is the theological virtue by which we love God above all things for his own sake, and our neighbor as ourselves for the love of God.

**1823** Jesus makes charity the *new commandment*.<sup>Jn 13:34</sup> By loving his own "to the end,"<sup>Jn 13:1</sup> he makes manifest the Father's love which he receives. By loving one another, the disciples imitate the love of Jesus which they themselves receive. Whence Jesus says: "As the Father has loved me, so have I loved you; abide in my love." And again: "This is my commandment, that you love one another as I have loved you."<sup>Jn 15:9,12</sup>

## 三つの「対神徳」

1. 信仰
2. 希望
3. 愛

# The Seven Capital Sins

'He that knoweth his brother to sin a sin which is not to death, let him ask, and life shall be given to him, who sinneth not to death. There is a sin unto death: for that I say not that any man ask. All iniquity is sin. And there is a sin unto death.'

1 John 5:16-17

**Pride**

**Greed**

**Jealousy**

**Anger**

**Lust**

**Gluttony**

**Sloth**

## 七つの罪源

もしだれかが死に至ることのない罪を犯している兄弟を見たら、神に願い求めなさい。そうすれば神は、死に至ることのない罪を犯している人々には、いのちを賜わるであろう。死に至る罪がある。これについては、願い求めよ、とは言わない。不義はすべて、罪である。しかし、死に至ることのない罪もある

1ヨハネ5:16-17

**高慢**

**物欲**

**ねたみ**

**憤怒**

**色欲**

**どん食**

**怠惰**