

## シリアの聖エフレムの祝文

主吾が生命の主宰よ、怠惰と、愁悶と、  
矜誇と、空談の情を吾に與ふる勿れ。

(大拝1回)

貞操と、謙遜と、忍耐と、愛の情を我爾  
の僕(婢)に與え給え。(大拝1回)

嗚呼主王よ、我に我が罪を見、我が兄  
弟を議せざるを賜え、蓋爾は世世に崇  
め讚めらる。「アミン」(大拝1回)

神よ、我罪人を浄め給え。(小拝12回)

仙台正教会  
教会だより

2026年  
2月号

〒980-0021  
仙台市青葉区中央三丁目四一〇  
TEL(022)7115-1744  
FAX(022)7114-1308  
<http://www.sendai-orthodox.jp>

## 身体を伴う痛悔

司祭 ルカ 田畠隆平

今月より大斎準備週間が始まり、23  
日にはいよいよ大斎を迎えます。

大斎と言えば、私は以前、神学生の時  
に先輩からある注意を受けたことがあります。それは、大斎の平日の祈祷で、ちょ  
うど「エフレムの祝文」を終えた時でした。その時私は、精一杯の痛悔の気持ち  
を込めて、「神よ、我罪人を浄め給え」と  
12回十字を書いていました。そのような  
私に先輩は言いました。

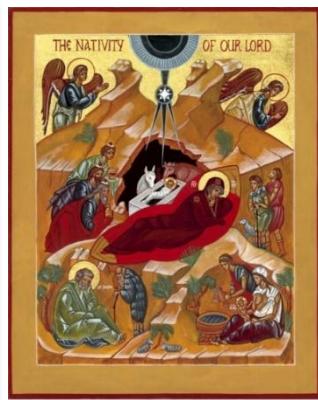
「ちゃんと躬拝した方が良いよ」

躬拝とは、十字を書いた後に、手を床  
につけるほどしっかりと腰を曲げて頭を  
下げる」とことで、祈祷書によつては小拝と  
も書かれている、身体を伴う祈りの動作  
のことです。

この言葉を言われた時、私は一瞬不快  
な気持ちになりましたが、次からは言わ  
れた通り(というか祈祷書でそのように  
指示されているのですが)実践すること  
にしました。すると、なぜそのように注  
意されたのか、自分なりにですが、分かつ  
たように思います。

それまでの私は、痛悔するため、意志  
の力で心を変えようとしていました。自  
分の心を痛悔に持つて行こう、と。その結  
果、自分でも薄々気付いていたのですが、  
何だか演じているような、感傷的で嘘臭  
い痛悔になっていました。そもそも頭で  
命令して、心の状態を変えようとするな  
ど不自然なことです。しかし、きちんと  
躬拝をする」とにより、回心というもの  
は、心だけではなく、身体を含めた自分  
の全般的なものであり、そもそも人間と  
いうものは、心や靈だけではなく、身体  
も含めて初めて人間であるという正教の  
人間観を体験できたように思います。  
大斎にあたり、教会の伝統に真摯に取  
り組み、靈と身体という私たちの「全体」  
で神に立ち返りましょう。

## 主神我が救世主イイススハリストスの降誕祭



仙台教会では、12月24日(水)午前9時より降誕祭前日の祈りとして、晩課聖体礼儀が行われました。祈祷の最後には「光」であるハリストスの降誕を表す大口ウソクが聖堂中央に置かれる中、降誕祭のトロパリとコンダクを歌い、いよいよ迎えた救い主の到来を讃美しました。

そして同日の夜18時より、徹夜祷(クリスマス・イヴ礼拝)が行われました。一ヶ月以上前から練習を重ねてきた聖歌隊の聖歌は、最初から最後まで高い集中力が維持された大変素晴らしいものでした。約50名の参祷者のうち半数近くは信者以外の方でしたが、そのほとんどが最後まで聖堂を後にすることがなく、祈りに耳を傾けておられました。また当日は来会者全員にクリスマスカードとクッキー(きぼう園献納)が配られ、教会から歓迎の気持ちをお伝えしました。また祈祷後には聖歌隊有志によるホットワインや菓子のもてなしがあり、寒空の下であるにも関わらず、温かな気持ちで主の降誕の喜びを遅くまで分かち合いました。

そして翌25日(木)には午前9時より降誕祭聖体礼儀が行われました。平日の朝であるにもかかわらず10名ほどが参祷し、共に主の降誕を祝い、領聖しました。



## 新年感謝祈祷

仙台教会では、1月1日(木)午前0時と11時の2回、新年感謝祈祷が献じられ、去年の罪の赦しと、新しい年に神に従う恵みを祈りました。

## 神現祭(主の洗礼祭)

仙台教会では、神現祭を1月18日(日)にお祝いしました。

聖体礼儀の最後には大聖水式が行われ、新たに聖にされた聖水の恵みを分かち合いました。



中新田教会では、12月26日(金)から27日(土)にかけて、降誕祭がお祝いされました。

26日は聖堂で早課を献じた後、会館で祝賀会を行いました。20名ほどが集い、ソロモン熊谷兄のお店のオードブルなどを頂き、最後にはビンゴゲームをして楽しいひとときを過ごしました。

また、翌23日に行なわれた聖体礼儀には13名ほどが参祷し、共に主の降誕を祝いました。

また、中新田教会では元日に代式新年感謝祈祷と、11日にはローソクリサイクルの奉仕作業が行われました。



## 中新田正教会だより

白河教会では、1月3日(土)から4日(日)にかけて降誕祭が行われました。

3日には正教会の伝統に則り徹夜祷が行われ、晚堂大課(トリティヤ)、早課、一時課が献じられました。

そして翌4日には正教会に関心のある2人の若者を含む15名で聖体礼儀を献じ、2人も祝賀会に招きました。祝賀会ではお寿司やイオアン大寺執事長特製のケーキなどを頂き、様々な話をして和やかな新年のひとときを過ごしました。

また、元日には代式新年感謝祈祷が献じられました。

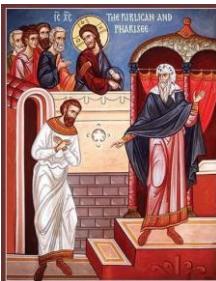


## 白河正教会だより

## 大斎準備週間の奉事

今年は2月1日(日)より大斎準備週間が始まり、23日(月)より大斎が始まります(正確には22日(日)の「赦罪の主日晚課」後から)。斎は人と比べるものではなく、私と神という一対一の関係の中で行われるからこそ、その努力に価値があり、また、怠りにも学びが生まれます。

永久の神様は完全に前向きなお方であり、大切なのは今年であり、今です。良き斎をお過ごしください。

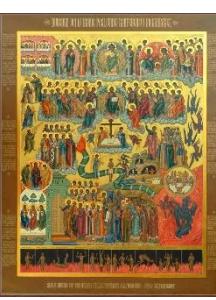


大斎準備週間の最初の主日は「税吏とファリセイの主日」です(※1週前の「ザクヘイの主日」より準備週間が始まるとする考え方もあります)。この日より、大斎の祈祷書である『三歌斎経』が使用されます。

自らの正しさに酔い、自分が神の戒めを守る正しい者であることを神に感謝し、罪人を蔑むファリセイと、自らの罪を認め、神に赦しを願う税吏。神に義とされたのは果たしてどちらでしょうか。



大斎準備週間2番目の主日は「蕩子の主日」です。存命の父親に向かって遺産の生前分与を要求し、それを受け取った次男は、すぐに家を離れて遠くへと旅立ち、遊び尽くして財産を使い果たしてしまいました。そこで彼は自分の愚かさに気付き、悔い改めて、決心します。父の家に帰り、「私は息子と呼ばれる資格はありません。雇人の一人にしてください」と父に願おうと。そして家に帰った次男を父親は…。



大斎準備週間3番目の主日は「最後の審判の主日」です。金口イオアンは神の裁きについてこのように説明しています。「それはなんとも不思議な判決です。実のところ、そこに裁判官はいません。弁護人もいません。検察官もいません。陪審員さえいません。ただ、ハリストスと私たちがいるだけです。ただ、それだけなのです。」ハリストスの愛の眼差しの前で、私たちは自分で自分にどんな判決を下すでしょうか。



大斎準備週間最後の主日は「断酷の主日」(または「赦罪の主日」)です。この日の夕刻に行われる「赦罪の晩課」を終えると、いよいよ大斎が始まります。この日のテーマは「楽園放逐」、すなわち、私たちが今置かれている現実です。私たちの住む世界は楽園ではなく、死に定められ、人は皆病んでいます。そのような世界を生きる私たちに、この日の福音は、「あなた方が人を赦すならば、あなた方も神に赦される」と教えます。

## 献金報告(12/20~1/20)

○聖堂内献金  
○降誕祭献金

木村憲治

岡崎たい子、大場うめ子、札野千絵、

木村富貴子、平塚裕、

高橋聰樹

永元道子、村井恵子、永元亜紀子、

太田ちえ子、増子陽子、大立目謙直、

高橋紀武、早坂盤、千葉温、

高橋清太、高橋英俊、鈴木美千代、

山寺しちよ、秋保明、佐藤幾久子、

永沢正輝、井戸久未子、佐藤由枝、

横山美貴子、田畠つばさ、岡部歯科、

但木国子

小原淑子、高橋文彦、橘聰子、

岡崎文子、遊佐なみ子、渡辺ひろ子、

遊佐珠子、宮崎正美、及川聰子、

新沼大明、  
山田恵津子

○会報感謝献金

横山美貴子

## ○聖名祭感謝献金

シモン・ベンソン

山田喜美雄、高橋聰樹、本多弘明、

増子陽子、山田美穂子

高橋文彦

## ○パニヒダ献金

佐藤厚子

渡邊幸子

笛川皓、本多弘明、村井恵子、

山本理恵子、山本実、高橋ゆり、

渋谷秀行

岡崎文子、岡崎澄之、山田喜美雄、

平塚清、太田悦子、千葉弘樹、

高橋秋子

岡多喜子、遊佐なみ子、伊勢洋子、

石川菜美・裕

## ○感謝献金

熊谷真由美

佐藤恵一

## ○埋葬献金

赤間敦子(八文字積子)

## 消 息

永眠

十二月二六日 [仙台教会]

エリザベタ 八文字 積子 姉(九五歳)

永遠の記憶をお祈りいたします

## 赦しの儀式について

「赦罪の晚課」に続けて行われる「赦しの儀式」は、『三歌斎経』<sup>227</sup>頁に記載されている修道院の伝統が基になっています。この相互赦罪の儀式では、「我罪人を赦し給へ」という求めに対し、「神は爾に赦し給はん」と応えるとされています(モスクワ総主教序聖シノド23年8月24日の決定による)。「私の罪をお赦しください」ではなく「罪人である私をお赦しください」、「私は赦します」ではなく「神はお赦しになるでしょう」これが「赦しの儀式」に於ける赦し合いの内容です。

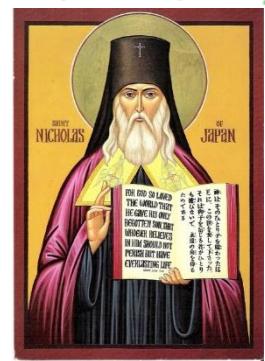
なぜこののような言葉での赦し合いが伝えられているのか、ぜひお考えください。

2月聖名日  
モレーベンのご案内  
2月15日(日)聖体礼儀後

2月の聖名日モレーベンに該当する方々です。ぜひご参祷ください。



▲聖エウフロシニヤ



▲亜使徒聖ニコライ

聖名日	聖 名	氏 名(敬称略)
2/1	マカリイ(エギペトの克肖者)	瀬戸正岐、土田貫一郎
2/3	アグニヤ(ロマの聖致命女)	高橋由佳
2/6	クセニヤ(ロマの克肖女)	クランソーヴァ・オクサーナ
2/7	グリゴリイ(コンスタンチノープルの大主教、神学者)	中川文彦
2/10	エフレム(シリヤの克肖者)	大場 昇、千葉重行、平塚 清
2/10	イサアク(ニネヴェの主教、シリヤの)	田畠良平
2/16	ニコライ(日本の亜使徒)	大槻欣史、寺嶋秀之
2/16	アンナ(聖預言女)	岡崎たい子、葛西弘子、木幡貞子、今野多恵子、西條恵子、笛川久美、板橋千佳子、但木國子、八賀みち、伊藤光子、鈴木えりか、金子晏生、熊谷天津子
2/16	シメオン(抱神者)	鈴木和夫、高橋 真
2/18	アガフィヤ(聖致命女)	千葉和子
2/23	パウラ(パレスチナの聖致命女)	千葉万亀
2/27	キリール(スラブの教師、博士、克肖)	板橋敏雅、佐々木篤志、渡辺吉雄、本間良美
2/28	エウフロシニヤ(アレクサンドリヤの克肖女)	遊佐なみ子

※上記の聖名日は、ユリウス暦をグレゴリオ暦に換算したものです。

申込先：仙台教会

締切：3月5日(木)

午前8時30分～

日時：4月5日(日)

是非この機会に洗礼をお受けください！  
ご不明な点は遠慮なくお問い合わせください。

この機会を逃してしまった方に向けた特別なものです。

お子さんや、家族の信仰を受け継ぎたいけど機会を逃してしまった方に向けた特別なものです。

合同洗礼は信徒家庭で未だ洗礼を受け

ご案内

## 執事会報告

日時：令和8年1月6日 午後2時～3時  
半場所：3階会議室

### 一、報告事項

- ・7(日)代式祈祷、降誕祭前の教会清掃
- ・8(月)～12(金)神父検査入院(広南病院)
- ・14(日)マルファ澤邊洋子姉永眠  
(通夜16(火)埋葬式17(水))
- ・16(火)複合機、Wi-Fi契約更新
- ・17(水)伝道会 参加2名
- ・21(日)降誕祭祝賀会
- ・23(火)複合機、Wi-Fi交換
- ・24(水)降誕祭前日晚課聖体礼儀  
降誕祭徹夜祷
- ・25(木)降誕祭聖体礼儀
- ・26(金)エリザベタハ文字積子姉永眠  
(埋葬式30日)
- ・1(木)新年感謝祈祷(午前0時、11時)
- ・4(日)代式祈祷、教会清掃
- ・収益事業 駐車場の空きが1台有ったが  
新たに契約を結んだ。

### 二、協議事項

#### (1)聖堂外壁クラック修繕の件

12月7日の降誕祭前清掃時に平塚兄が  
クラックを確認した。報告は来月。

#### (2)降誕祭祝賀会振り返り

37～38名参加。ビンゴはかなり時間が  
掛かったので、来年はビンゴをより見やす  
いものに新調するか、別のプレゼント方法  
(プレゼント交換等)も視野に入れて検討  
する。

#### (3)降誕祭振り返り

参祷者約50名。聖堂受付でクリスマスカ  
ード、クッキー配布。祈祷後に聖歌隊有志  
によるホットワイン、菓子の振る舞い。今年  
は祈祷の途中で帰る人がほとんどおらず、  
最後まで参祷していた。

#### (4)新年感謝祈祷振り返り

0時：参祷5名、11時：参祷10名。0時  
の部には、長らく教会に来ていなかつた方  
の参祷もあり、継続の価値有り。

#### (5)二十歳感謝モレーベンの件

該当者2名。1名より欠席の返信有り。

#### (6)神現祭の件

大聖水式と聖名祭のモレーベンが重なる  
ため、聖名祭は聖体礼儀終結後(ただし、  
トを充実させる)とする。受付に聖水容器の  
予備とシールを用意する。

#### (1)聖堂外壁クラック修繕の件

十字架接吻前)とする。受付に聖水容器の  
予備とシールを用意する。

#### (7)新年会の件

申込：31名(1月6日現在)。※最終34  
名

#### (8)2月8日(日)の件

神父入院のため、山田兄に代式祈祷を  
依頼した。

#### (9)赦罪の晩課／大斎の件

黒布のアイロン掛けは2月15日に行  
う。平日祈祷の誦経はこれまで同様当番  
制にしない。聖堂の衣替えもこれまで同様  
昼食後に黒布をセツトし、夕刻より晩課  
を行う。開始時刻は昨年に倣う。

#### 三、その他

・主日に子供が数名来ているので、日曜学  
校を始めるための準備をする(田畠マトリ  
カと太田姉・山中姉で打ち合わせ)。  
※翌主日より実施されている。

・神父より、聖堂の受付奉仕者の負担が大き  
いため、人員を増やして交代制にしたい  
旨の意見があった。  
・新来会者向けに、聖堂入口のパンフレッ  
トを充実させる。

## 2月の行事・奉事予定

### ○仙台教会

1日(日) 税吏及びファリセイの主日  
代式祈祷(10時30分) 第1調

書札	ティモフェイ後
福音	ルカ8端18..
	10..14
	10..15

### ◆聖堂清掃奉仕

2日～8日 不禁食週間(斎なしの週)

7日(土) 徹夜祷はありません 第2調  
8日(日) 蕩子の主日  
代式祈祷(10時30分)

書札	コリン前135端6..
福音	ルカ79端15..
	11..32
	20

9日～15日 肉類を食べ尽くす週

14日(土)	主日徹夜祷(17時) 第3調
15日(日)	断肉(審判)の主日／迎接祭 聖体礼儀(10時)
書札	コリン前140端8..8..9..2
福音	マトフエイ106端25..31..46

### ■月例パニヒダ

### ◎聖名祭モレーベン

## 16日～22日 乾酪類を食べ尽くす週

### ○白河教会

21日(土) 断酪の主日聖体礼儀(10時)

書札	ロマ112端13..
福音	マトフエイ17端6..
	14..4
	21

### ◆聖堂衣替え

赦罪の晩課(15時)

晩課後、赦罪の儀式

### 『大斎の始まり』

### 大斎初週祈祷

23日(月) 早課～晩課(9時)  
24日(火) アンドレイの大カノン(17時)  
25日(水) 早課～先備聖体礼儀(9時)  
26日(木) アンドレイの大カノン(17時)  
27日(金) 早課～晩課(9時)  
28日(土) アンドレイの大カノン(17時)

## ○中新田教会

8日(日) 主日代式祈祷(10時) 第2調

20日(金) 主日前晚祷(17時) 第4調  
21日(土) 断酪の主日聖体礼儀(10時)

21日(日) 税吏及びファリセイの主日  
代式祈祷(10時半) 第3調

### ○白河教会

30日(金) 教会清掃(9時半)  
31日(土) 主日徹夜祷(18時) 第1調

1日(日) 聖体礼儀(10時)  
大聖水式

15日(日) 主日代式祈祷(10時) 第3調  
28日(土) 教会清掃(9時半)  
27日(日) 主日徹夜祷(18時) 第5調

### 2月の予定(仙台教会)

【代式祈祷】1(日)、8(日)

【月例パニヒダ／聖名祭】15(日)

【黒布アイロン掛け】15(日)

【聖歌隊】(発声)1(日)13時半

(練習)8(日)、15(日)、22(日)

【伝道会】18(水)19時

【聖堂衣替え】22(日)

※司祭の都合により第2日曜も代式となるため、今月の月例パニヒダは第3日曜となります。