

# “自分が中心”から神に向かって

## ジュアン ロムアルドス 神父

教会は毎年、灰の水曜日から四旬節の40日間の回心の旅路を始めます。“回心して、福音を信じなさい”と悔い改める言葉で回心のしるしとして頭や額などに灰を受ける。また、断食、祈り、施しを通して、私たちは神の御前で自分自身の基本的な真実を再び発見するよう求められているのです。

なぜ神の前で自分自身を再発見する必要があるのですか？ご存知の通り、いまだにテクノロジー、特にソーシャルメディアは、私たちの生活のあらゆる部分に影響を及ぼしている。この高度な人間生活のおかげで、私たちは“自分が中心”の文化の中で生きている。例えば、意見、写真（自撮り！）、居場所、食べたもの、見た番組、気分などなど、私たちは自分自身に関するすべてをソーシャルメディアに投稿しやすくなっている。しかし、教会は私たちに本当の自分自身に立ち返ることを思い出させてくれる。

この四旬節の40日間は、私たちが「自分らしく」あること、つまり信仰にますます献身するように、異なる視点に集中するよう呼びかけている。イエスは私たちに3つの修練、すなわち、断食（他人を思いやる）、祈り（神様の声を聞く）、施し（分かち合い）を思い起こさせます。この四旬節の40日間、洗礼の約束を新たにし、私たちの主イエス・キリストに再び献身する、解放の時であるイースターに向け、自らを準備する旅路を共に歩みましょう。

# Turn to God from being self-centered

Rev. Juang Romualdus

Each year, the Church begins a 40-days of conversion journey of Lent on Ash Wednesday. As the priest applies the ashes to a person's forehead as a visible symbol of conversion, he speaks the words: "Repent and believe in the Gospel." At the same time, we are called to rediscover the basic disciplines of prayer, fasting, and almsgiving.

Why do we need to rediscover ourselves before God? As we all know, technology, especially social media, still influences every part of our lives. Thanks to this advanced human lifestyle, we live in a "me-centered" culture. For example, it's easy for us to post everything about ourselves on social media: our opinions, photos (selfie!), where we are, what we eat, what shows we watch, what we're feeling, and more. However, the church reminds us to return to our true selves.

The 40 days of Lent challenge us to "be ourselves," that is, to focus on different perspectives in order to become more and more committed to our faith. Jesus reminds us of the three disciplines: fasting (caring for others), prayer (listening to the Word of God), and almsgiving (charity towards neighbor). During these 40 days of Lent, let us prepare ourselves to follow the Lenten journey, the time of liberation, when we renew our baptismal promises and rededicate ourselves to our Lord Jesus Christ.

## HAMAKKO LỜI GIỚI THIỆU THÁNG 2

### QUAY VỀ VỚI CHÚA TỪ BỎ MÌNH LÀ TRUNG TÂM

*Cha Juang Romualdus*

Mỗi năm, Giáo Hội bắt đầu hành trình 40 ngày Hoán Cải Mùa Chay vào Thứ Tư Lễ Tro. Khi Linh Mục xúc tro lên trán một người như một biểu tượng hữu hình cho việc hoán cải, cha nói những lời: “*Hãy sám hối và tin vào Tin Mừng*”. Đồng thời, chúng ta được mời gọi tái nhận ra các phương pháp rèn luyện cơ bản về cầu nguyện, ăn chay và bố thí.

Tại sao chúng ta cần tái nhận ra bản thân mình trước mặt Chúa? Như chúng ta biết, công nghệ, đặt biệt mạng xã hội vẫn còn ảnh hưởng đến mọi mặt trong đời sống của chúng ta. Nhờ lối sống tiên bộ này của nhân loại, chúng ta đang sống trong nền văn hóa “*xem mình là trung tâm*”. Chẳng hạn: Chúng ta dễ dàng đăng mọi thứ về bản thân lên mạng xã hội: ý kiến, hình ảnh (tự chụp), chỗ chúng ta ở, món chúng ta ăn, chương trình chúng ta xem, cảm xúc của chúng ta, v.v... Tuy nhiên, Giáo Hội nhắc nhở chúng ta hãy trở về con người thật của mình.

40 ngày Mùa Chay Thánh thách thức chúng ta “*là chính mình*”, nghĩa là tập trung vào những quan điểm khác để ngày càng tận tâm hơn cho đức tin của mình. Chúa Giêsu nhắc nhở chúng ta 3 phương pháp rèn luyện: ăn chay (chăm sóc người khác), cầu nguyện (lắng nghe lời Chúa), bố thí (bác ái đối với đồng loại). Trong 40 ngày Mùa Chay, chúng ta hãy chuẩn bị bước theo hành trình Mùa Chay, thời điểm giải phóng, khi chúng ta lập lại lời hứa Rửa tội và hiến dâng mình cho Chúa Giêsu Kitô.