



天主教澳門教區
DIOCESE DE MACAU

CN/2/002/2018

教區主教公署秘書長辦公處通告

聖灰瞻禮、新春、四旬期禮儀及守齋之安排

- (1) 聖灰瞻禮 (2月14日)：該日當守大小齋，守齋之規定，請參閱以下「有關守齋之規定」。
- (2) 年初一 (2月16日 四旬期內的星期五)：當日寬免守齋之規定，須舉行「中華聖母」瞻禮彌撒，經文請參閱「天主教澳門教區瞻禮小冊子」。
- (3) 聖灰瞻禮後星期六 (2月17日)：當日須舉行「耶穌五傷」慶日彌撒，經文請參閱「天主教澳門教區瞻禮小冊子」。
- (4) 年初三 (2月18日)：當日須舉行「四旬期第一主日」彌撒，「候洗者甄選禮」則由各堂區自行安排。
- (5) 年初一至年十五期間的星期五：豁免守小齋，但仍鼓勵教友作適當克己和善工。

有關守齋之規定

基督徒生活中的其中一項要務是補贖，即透過悔罪和克己實踐皈依。悔罪首先是一種信仰行為，目的是愛和皈依天主，否則就僅是形式主義而已。

為使整個教會集體遵守共同補贖，教會規定「補贖日期」。在此期間基督徒應以特別方式專務祈禱，實踐虔誠、慈善和愛德的工作，並藉更忠信的盡本身的義務，棄絕自己。在普世教會內，「補贖日期」為全年每周星期五及四旬期。「補贖」包括大齋、小齋或其他可取代之的行為。

甲、當守大小齋的日子：聖灰禮儀日及耶穌受難日。(*)

1. 所謂「大齋」是指每日只許飽食一餐，但早晚可略進小食。
2. 所謂「小齋」是指教友放棄取用熱血動物的肉類食品，鼓勵教友進食樸素粗淡食物。

乙、當守小齋的日子：凡遇星期五，教友必須守小齋，除非該日適逢教會的慶節（即「節日」及「慶日」）或由教會鑑定後批准一些中國重要的民間慶節。

1. 在四旬期內，教友應先得本堂神父允許，方能以別的善功或祈禱去取代小齋。
2. 在四旬期外，教區當局已批准教友可特別用祈禱（如：拜苦路、念玫瑰經、聖經誦讀、參與彌撒等）或施捨（按每人能力捐獻給聖堂、慈善機構、摒棄過度浪費等）去取代小齋。

丙、大、小齋規則開始時間：

1. 為小齋—信友由年滿十四歲起當守小齋；
2. 為大齋—凡年滿十八歲，但未達六十歲，必須守大齋。

附註：牧者及家長應確保那些不受大小齋規定所限的人，能領會悔罪的真正意義。

丁、身體孱弱、患病者及孕婦等免守以上大小齋規定。

謹藉此敦請各教友，應在星期五發揮克苦、淡薄精神，避免在是日—尤其在四旬期的星期五—大排筵席或組織豐富餐會，以符合教會在星期五的齋戒傳統。

(* 2018年2月14日聖灰禮儀日；3月30日耶穌受難日)

特此公告

教區秘書長

馬嘉道神父

二零一八年二月七日