天主教澳門教區
DIOCESE DE MACAU

CN/3/003/2019

教區主教公署秘書長辦公處通告

教宗方濟各 2019 年四旬期文告：基督徒應活出悔改的“勞苦”

2019 年的四旬期文告，主題為：“**凡受造之物都熱切地等待天主子女的顯揚**”（羅八 19）。“讓我們放棄自私，只看到自己，而要轉向耶穌的復活奧跡；讓我們親近處於困境的兄弟姐妹，與他們分享我們的靈性和物質財富”。這是教宗方濟各在 2019 年四旬期文告中的重要勉勵。如果說天主子在受造界的荒野中度過四旬期，“是為了恢復它在原罪之前的樣貌，成為與天主共融的樂園”，“基督徒則蒙召通過 **齋戒、祈禱** 和 **施捨** 的特殊方式在他們的個人、家庭和社會生活中，更加強烈和具體地活出復活的奧秘”。

- **齋戒** 意味著躲開為“滿足自己的貪婪”而想要“吞噬”一切的誘惑；
- **祈禱** 意味著“懂得放棄偶像崇拜和對自我的自滿自足”；
- **施捨**“則有助於我們“走出為自己囤積一切的愚昧，以及不切實際的對未來的幻想”。

教宗清楚表明，“如果我們不常常期待復活節、期待復活帶來的新天地，當然會產生‘我全都要和現在就要’的邏輯，為了不斷地擁有而恣肆無忌”。當我們“與天主的共融”遭到破壞時，我們與我們生活於其中的環境的和諧關係也將“斷裂”，樂園成為荒蕪之地（參：創三 17-18）。

聖灰瞻禮、四旬期禮儀及守齋之安排

1. 聖灰瞻禮 (3 月 6 日)：該日當守大小齋，並遵行以下“有關守齋之規定”。
2. 四旬期第一主日 (3 月 10 日)：當日須舉行彌撒，「候洗者甄選禮」則由各堂區自行安排。

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，目的是愛和皈向天主，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」。在此期間基督信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。

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」）或由教區鑑定後批准一些中國重要的民間慶節。

丙、守大、小齋規則的年齡：

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。

特此公告

秘書長 馬嘉道神父

二零一九年二月二十八日

主教公署 澳門大堂前地 郵政信箱：三二四・電話：(853) 8397 5225 傳真：(853) 2830 9861 電子郵箱：mdiocese@macau.ctm.net
Paço Episcopal Largo da Sé, Macau·Apartado Postal N.° 324 Tel: (853) 8397 5225 Fax: (853) 2830 9861 E-mail: mdiocese@macau.ctm.net

天主教澳門教區
DIOCESE DE MACAU

CN/3/003/2019

Cúria Diocesana

Quaresma 2019: converter-nos para fazer da criação um jardim, não um deserto

O tema da criação inspirou a mensagem do Papa Francisco para a Quaresma de 2019 com o título "**A criação encontra-se em expectativa ansiosa, aguardando a revelação dos filhos de Deus**", extraído de Romanos 8,19.

O Pontífice oferece algumas propostas de reflexão para acompanharem o caminho de conversão nesta Quaresma.

- A redenção da criação
- A força destruidora do pecado
- A força sanadora do arrependimento e do perdão

"Se não estivermos voltados continuamente para a Páscoa, para o horizonte da Ressurreição, é claro que acaba por se impor a lógica do tudo e imediatamente, do possuir cada vez mais."

"O pecado, manifestando-se como avidez, ambição desmedida de bem-estar, desinteresse pelo bem dos outros – leva à exploração da criação (pessoas e meio ambiente), movidos por aquela ganância insaciável que considera todo o desejo um direito e que, mais cedo ou mais tarde, acabará por destruir inclusive quem está dominado por ela."

A Quaresma chama os cristãos a encarnarem, de forma mais intensa e concreta, o mistério pascal na sua vida pessoal, familiar e social, particularmente através do jejum, da oração e da esmola:

- **Jejuar**, isto é, aprender a modificar a nossa atitude para com os outros e as criaturas: passar da tentação de «devorar» à capacidade de sofrer por amor.
- **Orar**, para saber renunciar à idolatria e à autossuficiência do nosso eu, e nos declararmos necessitados do Senhor e da sua misericórdia.
- **Dar esmola**, para sair da insensatez de viver e acumular tudo para nós mesmos.

"Queridos irmãos e irmãs, a 'quaresma' do Filho de Deus consistiu em entrar no deserto da criação para fazê-la voltar a ser aquele jardim da comunhão com Deus. Que a nossa Quaresma seja percorrer o mesmo caminho, para levar a esperança de Cristo também à criação."

1. 6 de Março (Quarta-feira de Cinzas) - Inicia-se o tempo da Quaresma com a benção e imposição das cinzas. Dia de jejum e abstinência segundo as "Normas para o Jejum e a Abstinência".
2. 10 de Março – Domingo I da Quaresma com o Rito de Eleição dos catechúmenos.

天主教澳門教區
DIOCESE DE MACAU

CN/3/003/2019

I. O jejum e a abstinência são obrigatórios em Quarta-Feira de Cinzas e em Sexta-Feira Santa.
II. A abstinência é obrigatória, no decurso do ano, em todas as sextas-feiras que não coincidam com algum dia enumerado entre as solenidades litúrgicas ou celebrações Chinesas.
   - O preceito da abstinência obriga os fiéis a partir dos 14 anos completos.
   - O preceito do jejum obriga os fiéis que tenham feito 18 anos até terem completado os 59.
   - As normas sobre o jejum e a abstinência apenas se aplicam em condições normais de saúde, estando os doentes dispensados da sua observância.

Macau, 28 de Fevereiro de 2019

Pe. Manuel Machado, MCCJ
Chanceler

天主教澳門教區
DIOCESE DE MACAU

CN/3/003/2019

Chancery Notice

Pope's 2019 Lenten Message calls for conversion

In his message for Lent, Pope Francis warns that once God's law is forsaken, the law of the strong over the weak takes over. Pope Francis is calling on the faithful not to let the Lenten season of grace pass in vain, and to live as children of God acknowledging and obeying His law, in particular in regards to our brothers and sisters and to creation. The theme chosen this year is "**For the creation waits with eager longing for the revealing of the children of God**" (Rom 8:19)

In this year's Lenten message, the Pope invites believers to prepare to celebrate the paschal mystery with mind and heart renewed, warning that "Sin leads man to consider himself the god of creation, to see himself as its absolute master and to use it, not for the purpose willed by the Creator but for his own interests".

"Let us leave behind our selfishness and self-absorption, and turn to Jesus' Pasch. Let us stand beside our brothers and sisters in need, sharing our spiritual and material goods with them".

Fasting, prayer, almsgiving

"The Lent of the Son of God 'was an entry into the desert of creation to make it become again that garden of communion with God" that it was before the original sin, Christians today are invited "to embody the paschal mystery more deeply and concretely in their personal, family and social lives, above all by fasting, prayer and almsgiving."

- **Fasting**, means turning away from the temptation to "devour" everything to satisfy our voracity;
- **Prayer**, teaches us to abandon idolatry and the self-sufficiency of our ego;
- **Almsgiving**, whereby we escape from the insanity of hoarding everything for ourselves in the illusory belief that we can secure a future that does not belong to us.

If we follow this journey, he said it "is possible to rediscover the joy of God's plan for creation and for each of us, which is to love him, our brothers and sisters, and the entire world, and to find in this love our true happiness". The path to Easter, therefore, demands that "we renew our faces and hearts as Christians through repentance, conversion and forgiveness" … it is a call that involves the whole of creation.

1. Ash Wednesday (March 6) - To mark the beginning of Lent, Mass of the Proper of Ash Wednesday, with the blessing and distribution of ashes, is to be celebrated. Fasting and abstinence are to be observed according to the "Norms on the practice of fasting and abstinence."

天主教澳門教區
DIOCESE DE MACAU

CN/3/003/2019

2. First Sunday of Lent (March 10) - On this day, the Rite of Election for the candidates of the Rite of Christian Initiation of Adults (RCIA) is carried out following the arrangement in their respective parishes.

One of the requirements of the Christian life is to do penance, i.e., to convert by repenting for one's sins and doing mortification. To repent is an act of faith whose end is to love and to turn back to God. Without this conversion, the repentance becomes mere formalism.

I. Abstinence and fasting are to be observed on Ash Wednesday and on the Friday of the Passion and Death of Our Lord Jesus Christ (Good Friday).
II. Obligatory days for abstinence: Abstinence is to be observed on Fridays throughout the year, unless they are liturgical solemnities, feast days and important Chinese festivities identified by the local Church authority.
III. Age for observing fasting and abstinence:
   a) Abstinence: All faithful completing 14 years old or above should observe the abstinence.
   b) Fasting: All faithful from 18 to 59 years old should observe fasting.

Given at the Chancery Office, 28 February 2019.

Fr. Manuel Machado, MCCJ
Chancellor