



天主教澳門教區
DIOECESIS DE MACAU
CN/1/001/2021

教區主教公署秘書長辦公處通告

2021年聖灰禮儀、新春、四旬期禮儀守齋之安排

茲奉李斌生主教諭：

- (1) 聖灰禮儀 2月17日星期三(年初六)：該日當守大小齋，請參閱以下「有關守齋之規定」。
- (2) 年初一至十五內的三個星期五，即2月12日(年初一)、19日(年初八)及26日(初十五)：因春節原因，特別豁免守小齋，但是仍鼓勵教友積極作適當的四旬期克己和善工補贖，包括自願守小齋。
- (3) 耶穌受難日4月2日：該日當守大小齋，請參閱以下「有關守齋之規定」

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。(*)

1. 所謂「大齋」是指每日只許飽食一餐，但其餘兩餐可略進簡單樸素食物。
2. 所謂「小齋」是指教友放棄取用熱血動物的肉類食品，而只進食樸素粗淡食物。

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、慈善機構或摒棄過度消費等）去取代小齋。

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。

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。

(* 2021年2月17日聖灰禮儀日；4月2日耶穌受難日)

特此公告

秘書長 劉偉傑神父

二零二一年一月十二日