

四旬期第一主日

樹林天主堂 地址：樹林市中山路一段 154 號
辦公室電話：2681-1083 柏神父：0918-503-271



天主保佑 恭賀新禧

2月10日台語彌撒取消
2月17日舉行台語彌撒(19:30)

堂訊

2008.02.10

樹林

鶯歌

天主

堂

聖教會豁免大年除夕到十五日的大小齋，但是…

上主說：『我所中意的齋戒…。』(依五十八章)

基督曾指出應如何禁食，並指責偽善的禁食、不但無功且犯驕傲之罪。在此章中，先知闡明了齋戒(禁食)的目的，範圍不只限於吃喝。關於齋戒，在猶太人及教友中常是爭論的題目。確實，先知講的是『心齋』，基督注重的也是心齋。聖保祿更清楚的指出，不要在飲食上做文章：『不要讓任何人在飲食上、或在節期、或月朔、或安息日等事上，對你們有所規定。這一切原是未來事物的陰影，至於實體乃是基督』(哥2:16-17)如齋戒是心齋，也就是以主基督的意願為意願；那麼，每天都是齋戒日，時刻都要約束自己，絕不順己私慾：思、言、行為當以基督為準繩，這才是真正的齋戒。

祈禱：天主，我的造物主，你造了一切都是為給我使用；我的身心、我的智慧、我生活的環境，一切的一切，都應為光榮你而善用。我明知此道理，但我自己做不來。求你助佑我，使我定要遵循你的聖意而生活。阿們！

四旬期

「四旬期」指逾越節(復活節)前的四十天準備期，在此時期內，基督徒應特別祈禱、刻苦作補贖，尤其守齋，故此舊名又叫「封齋期」。四旬期是逾越節(復活節)前的隆重準備期，每一位基督徒也應該為其自己的逾越節作準備，亦即為自己的復活—生活的革新作準備。望教友要藉入門聖事使自己出死入生，作新生的人：已領過洗的教友要藉著追念自己的洗禮，更深一層地進入基督的奧跡，使自己更“基督化”；尤其因為我們的罪，每個人更要藉守齋、祈禱、作補贖、行善工、淨化自己，以獲得逾越節的恩寵。總之，四旬期是為使基督徒生活之革新而訂立的，此時期守齋及各種禮儀等，對我們都很有幫助，應該了解其意義並熱心遵行，才能達到“基督化”之目的。

聖灰禮儀

聖灰禮儀日是四旬期的開始。在身上或在頭上灑灰，根據聖經及教會的訓導，象徵懺悔者作補贖及生命的脆弱與短暫（參閱約：三十，19；四二，6；友：九，1；耶：二五，34；達：九，3；瑪：十一，21；路：十，13）。教會早期公開舉行懺悔聖事，並有使懺悔者接受苦衣及灰土的儀式。此懺悔聖事及儀式，是在四旬期的開始為罪人舉行，因此這一天就稱為聖灰禮儀日。自第十世紀始，這灑在身上的灰要經過祝福，因而稱之為聖灰，成為教會的一種聖儀。聖灰的祝福及施放禮，於彌撒聖道禮儀後舉行，此禮與聖道禮儀形成一種懺悔儀式，在不舉行彌撒的堂區或在彌撒外也可單獨行之。所用的聖灰，取自前一年聖枝主日所用的聖枝。祝福聖灰的導言提示，在頭上撒灰表示懺悔認罪。祝福經文指出四旬期的主要意義，即藉著遵守四旬期而準備慶祝並參與耶穌的逾越奧跡。主禮在頭上施放聖灰時，可唸傳統的一段經句：「人哪！你要記住，你原來是灰土，將來仍要歸於灰土！」，使人憶及被逐出樂園的情景。新禮又編入了另一經句：「你們要悔改、信從福音！」，指出耶穌在四旬期中對我們罪人的召喚。

智慧小語

- * 你不能改變天氣，但你能“轉變”你的心情。
- * 如果你的心是天使，那天使就住在你心中的“天堂”。
- * 誰說快樂難尋？快樂是隨時流動在空氣中而“無所不在”。



真正的富有

有一位單身女子剛搬了家，她發現隔壁住了一戶窮人家，一個寡婦與兩個小孩子。有天晚上，那一帶忽然停了電，那女子只好自己點起了蠟燭；沒一會兒，聽到有人敲門，原來是隔壁鄰居的小孩，只見他緊張的問：『阿姨，請問妳家有蠟燭嗎？』女子心想：『他們家竟窮到連蠟燭都沒有嗎？千萬別借他們，免得被他們依賴了！』於是，對孩子吼了一聲說：『沒有！』正當她準備關上門時，那窮小孩展開關愛的笑容說：『我就知道妳家一定沒有！』說完，竟從懷裡拿出兩根蠟燭說：『媽媽和我怕妳一個人住，又沒蠟燭，所以我帶兩根來送妳。』這時女子自責、感動得熱淚盈眶，將那小孩緊緊地擁在懷裡。



健康小資訊

多吃豆腐避免老人痴呆：製作豆腐用的黃豆，能阻止容易引起動脈硬化的過氧化脂質，產生抑制脂肪的吸收，促進脂肪的分解。同樣的，它也有壞處，那就是會把體內的碘排出，因此經常吃黃豆食品的人，應吃些含碘多的海帶…等加以補充。據說日本很多高僧就是因常吃豆腐皮、涼豆腐、豆鼓和海帶等，所以活到高齡仍背不駝、眼不花、頭腦清晰，更不會得老人痴呆症哦！