

堂區快訊 二零二零年二月

「四旬期運動」的意義與精神

「四旬期」的意義：

每年，在四旬期四十天內，教會都召喚我們偕同基督一起踏上復活的旅程。要求我們親近基督；聆聽祂的教誨，把祂所關懷的事視作我們自己關懷的事。

四旬期是「救恩的時期」(格後 6:2)，要我們重新皈依上主。要我們生活得更充實和更有意義。換言之，四旬期是：

一、「與主交談的日子」

我們該下定決心騰出時間聆聽上主的說話。要我們虔誠祈禱，以「更新」的心懷轉向天主。惟有願意付出時間，與主溝通，我們才能把自己和天主之間的距離拉近。

二、「體驗基督救恩的時刻」

我們該善用這段時間，默想基督苦難、死亡和復活的真義。耶穌為了愛我們，甘心犧牲性命。祂所受的貧困、痛苦和迫害，使我們認清祂在窮人中的臨在。祂以愛和犧牲把全人類共融在一起，也要求我們同樣以仁慈、公義和共融，接納世界上每一分子。

三、「分享基督苦難、死亡及復活光榮的機會」

透過反省，我們察覺到自己的軟弱和不是。藉此良機，我們應摒棄惡習。效法基督，獻出仁愛，接納異己。不惜自我犧牲，向有需要的人伸出援手。甘心情願分擔基督的苦難，分享祂復活的光榮。

四旬期以聖灰禮儀日開始，聖灰禮儀日是羅馬禮全教會第一個補贖日，應守大小齋。本年的聖灰禮儀日是 2020 年 2 月 26 日。

凡滿十四歲者應守小齋，此外，凡成年人滿十八歲而未滿六十歲者也應守大齋。

小齋是不吃(熱血動物)肉類，而大齋即除守小齋外，共可飽餐一頓，其餘兩餐可進食少量食物，其他間間只可取用流質飲品，而不能進食。

四旬期內，信友直作特別的善工，例如：每天參與彌撒，每天朝拜聖體或拜苦路。

香港天主教禮儀委員會網頁



首星期五朝拜聖體

2 月 7 日(星期五)，由早上 8 時至晚上 9 時。晚上 7 時至 8 時有神父聽告解。

8 時至 9 時，神父與教友在靜默中一同朝拜聖體，期間不設聽告解服務。歡迎大家到來祈禱。

誦唸晚禱

於 2 月 8 日，(星期六)，主日提前彌撒前(約 5 時半)帶領信眾誦唸晚課。信友可預先在手機下載「我靈讚頌主」的軟件作準備。

敬請家長留意政府及堂區 發佈疫情的最新消息

聖安德肋堂主日學

暫定 3 月 7 日開學，



明愛小堂主日學

暫定 3 月 8 日開學





《守護大地 減少浪費》2020 年賀年食物品回收行動


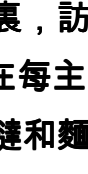
教宗方濟各曾在生態通諭《願祢受讚頌》中指出消費主義和過度發展的問題，並呼籲各方共同採取迅速且一致的行動，以對抗環境退化與氣候變化，香港每逢慶祝農曆新替之同，亦因過度消費製造數以百噸的固體垃圾和廚餘，加重堆填區的負荷，危害環境生態。

有見及此，本堂區關社組參與天主教正義和平委員會，聯同各堂區關社組舉辦的《守護大地，減少浪費》2020 年賀年食品回收行動，以鼓勵教友或公眾人士，回收額外賀年食品，並與香港和菲律賓的基層家庭或其他有需要人士分享。詳情請參閱海報。

收集日期為 2020 年 2 月 15 日至 23 日

地點：聖安德肋聖堂大堂

捐贈需要符合基本要求，請參考以下準則：

回收 	不回收 
1. 接受未開封包裝/完整獨立包裝食品 2. 接受未過期最佳食用日期（至少三個月） 3. 歡迎耐存乾貨食品（如餅乾、糖果） 4. 歡迎公平貿易產品（如茶葉、乾果）	不接受現金禮券（如現金、餅券） 不接受冷藏食品（如年糕、蛋糕、麵包） 不接受新鮮蔬果（如水果、蔬菜） 不接受肉類食品（如臘腸、臘肉、肉乾） 不接受流質食品（如湯包、醬油、乳酪）

除本聖堂外賀年食品之收集處

公教進行社(中環)	25221071	公教進行社(尖沙咀)	23670828	聖文德關社組	23250183
公教進行社(太子)	23372353	聖歐爾發堂	26912493	聖十字架堂	25601823
塔冷通心靈書舍(油麻地)27827027			西灣河正委會 25603865		

歡樂茶座 - 在上主庭園中舉行



在郭神父構思和推動的歡樂茶座在 10 月 27 日正式出台。歡樂茶座一出大受堂區教友歡迎。神父希望在上主庭園中，讓教友聚在一起，一起感恩一同相聚交流，使大家互相認識和加深對聖堂的歸屬感！

在一個天氣晴朗的日子裏，訪問了負責茶座教友梁先生。他說在郭神父鼓勵下，連同幾位祈禱會教友一起籌備茶座，在每主日為茶座服務。梁先生會在主日早上 6:30 開始準備，煲熱水沖奶茶、並往附近餅店買蛋撻和麵包。梁先生表示有教友會送出餅卷或者曲奇餅等小食，讓茶座食物更豐富。還有他們很細心地預備小朋友喜歡的茶點，讓我們的教友在接受完聖體聖血之後，還可以吃到美味小食呢！

歡樂茶座的設立，是不收費的。但在自由奉獻箱中，可見我們的教友真的很慷慨！

因應新冠狀病毒有蔓延趨勢，堂區有以下措施及指引：

1. 堂區會停用聖水池、修和室、經書及歌書
2. 在花園平台設置臨時告解亭作修和聖事用
3. 聖堂內提供酒精以作消毒
4. 打開聖堂所有門窗讓空氣流通；善會使用活動室時，也請開啟門窗，風扇及/或冷氣。

遇瘟疫（非典型肺炎）祈禱文

天主，你是一切美善的根源。我們來到你台前，期待你的憐憫。我們承認妄自尊大，破壞生態，禍及自己及他人的健康。為此，我們向你懺悔。

天主，萬物既是你所創造，你從不輕看謙卑的赤心，求你垂視我們今天因瘟疫帶來之苦。願我們重新得到你的愛憐，使眾人在你內恢復和諧，與一切受造之物和平共存，求你給我們再造一顆珍惜萬物之心，好能忠誠履行受托照管之職。

天主，我們把所有患病者及他們的家屬托付給你，求你施展大能，恩賜他們身心的痊癒，分享你聖子由苦難進入新生命的奧蹟。求你幫助我們整個城市發揮守望相助的精神，各盡己任支援前線醫務人員、社工，及教育工作者，特別照顧身處高危並缺乏資源保護健康的弱勢人士。我們深信在任何境遇中，你的愛都能改寫人類失落的結局。求你特別賜給所有基督徒這份信德，在充滿恐懼與不安的困境中，尋求你給予我們的使命。天主，願你為全體人民降下恩寵和祝福，驅逐一切凶惡，好使我們早日脫離逆境，以更新的心向你感恩讚頌。你是掌管生命全能的主，你和聖子及聖神，永享光榮，直到永遠。亞孟。

聖經研習班

聖經研習班之三年學完四福音

時間：2月3日(星期一)早上 10:00-11:30

內容：先知厄里亞(二之一)

時間：2月5日(星期三)晚上 8:00-9:30

內容：公民社會與靈修(二之二)

時間：2月17日(星期一)早上 10:00-11:30

內容：先知厄里亞(二之二)

時間：2月2日(星期日)下午 4:00-5:30

內容：瑪竇福音(瑪 3:1 起)

時間：2月16日(星期日)下午 4:00-5:30

內容：瑪竇福音



鮑思高神父給青少年的重要訓示

- 一 要躲避空閒及遊手好閒的人，依照各人的地位而工作。當你們無所事事時，你們便陷入犯罪的極大危險中，因為空閒是萬惡之母。
- 二 祇要不犯罪惡，你們儘可盡情歡樂。
- 三 盡可能總別忽略主日和慶節的道理。
- 四 選擇一位可信賴的神師，多次去辦告解和善領聖體。聖斐理乃立，這位青年的良友，曾勸青年們每星期去辦告解，並依神師的勸喻，多次去領聖體。
- 五 朋友，你祇有一個靈魂，設法救它吧！即使你賺得了全世界，若喪失了靈魂，又有什麼益處呢？凡在臨終時，想起自己生前曾做過善工的人，是有福的！朋友，請把我的這句話銘刻在你心中吧：「世俗是虛偽的，天主才是我們真的朋友！」



教宗聖方濟察覺到在「維護真正的人類生態的必要倫理條件」方面，人所做的甚少。人類環境的破壞是極嚴肅的議題，不只是因為天主將世界交託予我們，更因為人的生命本身就是一份恩賜，必須加以保護，以免受各種形式的踐踏。倘若我們有心保護和改善世界，就必須在「生活方式、生產與消費模式，及治理今日社會的權力結構」上作出重大改變。真正的人類發展包含倫理元素，要求對人完全尊重，同時關注我們四周的世界，「考慮到每一個生命的本性和它們在井然有序的系統中的相互關係。」因此，人類運用能力改變現狀時，須與天主原先賦予萬物的本性相符。

預防病毒話你知!

近期香港新冠狀病毒有蔓延的趨勢，大家要注意個人衛生。雖然十多年前，有人在電視呼籲叫人「洗手、洗手、洗手。」但正確的洗手方法，是十分重要及有效的！



正確洗手五部曲

1. 用水弄濕雙手
2. 加入梘液，揉搓雙手最少 20 秒
3. 用水沖洗乾淨
4. 用抹手紙抹乾雙手
5. 再用抹手紙關上水龍頭

