

我喜歡仁愛勝過祭獻 瑪九 13

2016 四旬期運動

親愛的崇光人：主內平安！

「聖誕快樂」是聖誕節的問候語，只要是耶穌的朋友，都願意一年一度分享他的喜慶。其實耶穌生命中更大的喜慶是復活節，今年復活節在 3 月 27 日，教會邀請大家在復活節前四十天（四旬）藉著內外在的整合讓我們日日更新。

2016 年是慈悲禧年：發自內心的愛，是出於愛天主、愛近人的行動。邀請你我以下列方式，來一趟充實的四旬期旅程吧！

每天一睜開眼感謝天主賜平安

每天早晨到院子或陽台與大地道早安

每天用微笑面對第一個見到的人

每天早晚靜默 3 分鐘

每週和全家人吃一頓飯

每週心靈大掃除

每月打個電話關心你最不願意聯繫的親人

每月看一本好書或一部好電影

每季探訪一個老朋友或遠親

親愛的崇光人！來吧！讓我們善用四旬期，提昇自我的身心靈健康，活出更豐富的生命。以日行一善或一日捐一元投在班上的奉獻盒，同時歡迎參加三月十六日的饑餓體驗營，因此四月十一日尋復活蛋時，你手中的復活彩蛋將更為亮麗可口。

註一：四旬期愛德捐款及飢餓體驗營的善款將捐給台灣明愛文教基金會統籌布施。

註二：三月十六日將舉辦「飢餓八小時體驗營」（報名表在宗輔室前索取）