



教區婚委「惜身文化」事工 透過少男少女的日常小故事，和大家細說天父的慈愛，以及在祂的計劃中各位所領受的恩賜與「任務」；一同了解那獨特的「我」，以及愛的真義。

「惜身文化」網址：www.culturetob.org

愛德·克己



今天學校舉行饑饉午餐活動，只能吃一個麵包，我現在肚子好餓呀！

Toby，請你忍耐一下吧！我們可以吃麵包，已經很有福了！世界上很多貧窮的孩子不只沒有麵包，連清潔的食水也沒有，每天都捱餓呢！



你說得對……我只不過是饑饉一餐，他們餐餐都饑饉。省下午餐的錢，正是為了幫助他們，所以是很有意義的！

對呀，老師常常鼓勵我們，在四旬期可以多做一些克己和愛德的工作，去迎接復活節呢！



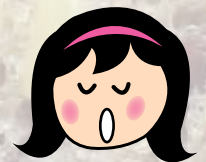
我知道四旬期是復活節前四十日嘛！但甚麼是克己？難道要「虐待」自己？

不是啦！「克己」是指節約、克制個人的享受，嘗試去犧牲小我，不是「虐待」自己，反而對我們很有益處！



放棄享受反而有益處？！難道有甚麼「祕密」！？

我們太容易沉迷於物質和享受中了，很容易被慾望控制。相反，克己和節制令我們可以控制慾望，也就更自由啦！



我想起了！上次我沉迷打機，結果數學測驗不合格！如果我早點學懂節制，控制打機時間，就不會數學測驗不合格！

是的……我有時也會被購物「減價」的口號所吸引，結果我現在沒有錢贊助你這個饑饉午餐活動。真的對不起！如果學懂節制，既可減少多餘的花費，也幫助我們分辨真正的需要，並作出正確的選擇！

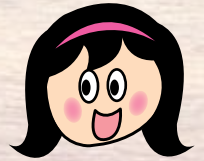




所以**放棄短暫**的享受，讓我們把省下的金錢、時間、精神放在更有**意義**的東西上！這就是節制和克己的「大祕密」！



是呀！老師也告訴過我們，**節制和克己**可以幫助我們**克服誘惑**。連耶穌在曠野中也有禁食和祈禱，克服魔鬼的誘惑呢！



要克服魔鬼的誘惑！？要用「超能力」來克己嗎？



是不用「超能力」的。常人都可以做到呀！例如，我們可以減少玩遊戲機、少上網、少吃零食、多幫助別人、多忍讓、與別人分享我們所擁有的……



唔……我弟弟常常拿我的模型來玩，有次更把我心愛的模型拆散了！要忍讓我的弟弟……好像很困難呀……

如果我們**懷著愛**去**實踐克己**，也就變得容易了！克己也才有意義呢！耶穌不也是因為愛我們，而甘願犧牲性命、承受苦難嗎？



其實我也的確很愛我的弟弟。看他玩得那麼開心，我都會心微笑。好吧，我就嘗試和弟弟分享我的模型吧！

我也要嘗試戒吃美味的忌廉蛋糕，把錢省下來捐給有需要的人！



忌廉蛋糕！？你可以捐給我吃啊！

呵呵！Toby，你參加了饑饉午餐活動呀，不要幻想那麼多好吃的食物了！還是一起好好克己吧！



想一想：



你覺得實行克己、節制困難嗎？
你會怎樣克服誘惑？

試想想有甚麼克己的事情你可以做得到？
你會用省下來的時間和金錢去做甚麼有意義的事情？



「你們要全力奮勉，在你們的信仰上還要加毅力，在毅力上加知識，在知識上加節制，在節制上加忍耐，在忍耐上加虔敬，在虔敬上加兄弟的友愛，在兄弟的友愛上加愛德。」（伯多祿後書1:5-7）