

補贖日

- 在普世教會內，補贖日期和時間為全年的每週五和四旬期。
（新法典第1250條）
- 全年每週五應守小齋，不食肉類或主教團所規定的其他食物，但週五遇到節日時不在此限。聖灰禮儀週三，以及吾主耶穌基督受難日週五，應守大齋及小齋。（新法典第1251條）
- 在本地教會，除此二者，還有訂於每年四旬期間（聖週以前）所舉行的「齋戒日」，也應守大齋及小齋。
- 凡滿十四歲者應遵守小齋法；凡成年人而未到六十歲者應遵守大齋法。但因年齡幼小而不受大小齋約束者，人靈的牧者及父母應設法培養他們補贖的精神。（新法典第1252條）
- 主教團得進一步規定守大小齋的方式，而且還得以其他補贖方式，特別是愛德工作、神操（熱心善工），代替全部或部分大小齋。
（新法典第1253條）