



## ► El modo de observar el ayuno y la abstinencia

Nota

► Secretaría General de la Conferencia Episcopal Española

En vísperas de la Cuaresma, para responder a las consultas que el año pasado y el actual han llegado al Secretariado del Episcopado acerca de lo determinado por la CEE respecto del «modo de observar el ayuno y la abstinencia», en virtud de las facultades que concede a las Conferencias la actual legislación eclesiástica, el Secretario de la Conferencia Episcopal informa que, en conformidad con lo establecido por el Decreto General de la Conferencia en su artículo 13,2, interpretado auténticamente por la última Asamblea Plenaria (11-16 de noviembre), deben tenerse en cuenta las siguientes normas:

1. En la Iglesia universal, son días y tiempos penitenciales todos los viernes del año y el tiempo de Cuaresma (c. 1250).
2. Se retiene la práctica penitencial tradicional de los viernes del año, consistente en la abstinencia de carnes; pero puede ser sustituida, según la libre voluntad de los fieles, por cualquiera de las siguientes prácticas recomendadas por la Iglesia: lectura de la Sagrada Escritura, limosna (en la cuantía que cada uno estime en conciencia), otras obras de caridad (visita de enfermos o atribulados), obras de piedad (participación en la Santa Misa, rezo del rosario, etc.) y mortificaciones corporales.
3. Sin embargo, en los viernes de cuaresma debe guardarse la abstinencia de carnes, sin que pueda ser sustituida por ninguna otra práctica. El deber de la abstinencia de carnes dejará de obligar en los viernes que coincidan con una solemnidad y también si se ha obtenido la legítima dispensa.
4. En cuanto al ayuno, que ha de guardarse el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo, consiste en no hacer sino una sola comida al día; pero no se prohíbe tomar algo de alimento a la mañana y a la noche, guardando las legítimas costumbres respecto a la cantidad y calidad de los alimentos.

6 de febrero de 1986