

MEMO

Date: 01 / 28 / 2010

From: Rev. Robert M. Siler, Moderator of the Curia

To: Priests, Diaconate Community, Religious Women and Men, Seminarians

RE: Lenten Regulations

Lent is the 40-day season of penance in preparation for the celebration of the greatest event in human history: the redemption of the human race by Jesus Christ. Lent begins Ash Wednesday, February 17, 2010 and ends on Thursday, April 1, followed by the Sacred Triduum, April 1-3, and Easter Sunday, April 4.

Lenten Regulations

“All Christians, by the nature of their lives, are obliged to live in a spirit of penance whereby our exterior acts of prayer, self-denial and charity bear witness to the inner values of our Faith.”

The Church specifies certain practices of penance during the season of Lent.

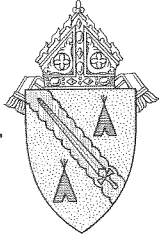
1. Self-imposed observance of fasting on all weekdays of Lent is strongly recommended.
2. Catholics are obliged to fast and abstain from meat on Ash Wednesday, February 17 and Good Friday, April 2.
3. The Fridays of Lent are obligatory days of abstinence.
4. Catholics age 14 and older are bound by the law of abstinence.
5. The law of abstinence forbids the eating of meat.
6. The law of fasting is obligatory for Catholics from the age of 18 to 59.
7. The law of fasting prescribes that only one full meal be taken per day; the other meals should be significantly smaller, but in accord with one's health needs. Fasting assumes avoidance of food between meals.

The “substantial observance” of these laws is a grave obligation; that is:

1. Anyone who neglects all forms of penance, or deliberately shows contempt for the Church's penitential discipline, may be guilty of serious sin.
2. Occasional failure to observe penitential regulations is not seriously sinful.
3. Proportionately grave circumstances — sickness, dietary needs, social obligation — excuse from the obligation of fast and abstinence, but not from seeking out other forms of penance.

###

Copies to:
Office of the Bishop
Ministry and Education Center
Office of Canonical Concerns
Catholic Charities of Yakima



THE DIOCESE OF YAKIMA • PASTORAL OFFICE
LA DIÓCESIS DE YAKIMA • CENTRO PASTORAL

MEMO

Fecha: 28 enero 2010

De: Rev. Robert M. Siler, Moderador de la Curia

Para: Sacerdotes, la Comunidad de Diáconos, Religiosos, Religiosas, Seminaristas

RE: Reglamentos de Cuaresma

La Cuaresma es una temporada de 40 días de penitencia en preparación para la celebración del gran evento de la raza humana: la redención realizada por Jesucristo. La Cuaresma este año da comienzo el miércoles 17 de febrero, y termina el jueves 1 de abril, seguida del Santo Triduo del 1 al 3 de abril, y la Pascua, el 4 de abril.

Reglamentos Cuaresmales

“Todos los Cristianos, por su cristianismo, tienen la obligación de vivir en un espíritu de penitencia para que nuestros actos exteriores de oración, de abnegación y de caridad puedan testificar a los valores interiores de nuestra Fe.”

I. La Iglesia especifica ciertas prácticas de penitencia durante la temporada de Cuaresma:

1. Se recomienda fuertemente que cada uno por su propia cuenta ayune los días de semana durante la Cuaresma.
2. Los católicos están obligados a ayunar y a abstenerse de comer carne el 17 de febrero, Miércoles de Ceniza, y el 2 de abril, Viernes Santo.
3. Los viernes de Cuaresma son días de abstinencia obligatoria.
4. Los católicos de 14 años o más están obligados por la ley de abstinencia.
5. La ley de abstinencia prohíbe comer carne.
6. La ley de ayuno es obligatoria para los católicos de 18 a 59 años de edad.
7. La ley de ayuno prescribe que solamente se debe comer una comida completa al día. Las otras comidas deberán ser muy pequeñas, pero de acuerdo a las necesidades de salud de la persona. Se asume que durante el ayuno se debe evitar comer entre comidas.

II. La observación sustancial de estas leyes es una obligación grave. Esto significa que:

1. Alguien que se niegue a observar cualquier forma de penitencia Cuaresmal, o deliberadamente muestre desprecio por la disciplina penitencial de la Iglesia, puede que ser culpable de serio pecado.
2. Fallar ocasionalmente en la observación de estos reglamentos penitenciales no incurre en serio pecado.
3. Sin embargo, graves circunstancias como: enfermedades, necesidades en la dieta, obligaciones sociales, son excusas de la obligación de ayuno y abstinencia, pero no de buscar otras formas de penitencia.

###

Copies to:
Office of the Bishop
Ministry and Education Center
Office of Canonical Concerns
Catholic Charities of Yakima