

Sobre el Ayuno y la Abstinencia

Category: Preguntas y R

Written by: P. Carlos Prats

Hits: 7804



¿Qué días obliga y en qué consiste el ayuno y la abstinencia?

- **Abstinencia** significa no tomar carne ni productos derivados de la carne.
- **¿Cuándo se guarda la abstinencia?:** Ha de guardarse todos los viernes del año. Ahora bien, fuera de Cuaresma, esta penitencia puede ser sustituida por otra; pero durante la Cuaresma debe guardarse la abstinencia de carne obligatoriamente.
- **Ayuno** consiste en hacer una sola comida completa al día. Las otras dos comidas (desayuno y cena) se reducirán a una ligera colación.
- **Ayuno y abstinencia** se guardarán el miércoles de Ceniza y el Viernes Santo.

¿A quiénes obliga el ayuno y la abstinencia?

- La ley de la abstinencia obliga gravemente a los que han cumplido 14 años.
- La ley del ayuno obliga gravemente desde los 18 hasta los 59 años.

Resumiendo:

- Hasta los 14 años cumplidos: no hay obligación de guardar ayuno ni abstinencia.
- Desde los 14 y hasta los 18 años (mayoría de edad canónica): Existe la obligación de guardar la *abstinencia de carne* todos los viernes del año. Esta penitencia podrá ser sustituida por otra si es un viernes fuera de Cuaresma; pero no, durante la Cuaresma.
- Desde los 18 hasta los 59 años cumplidos: existe la *obligación de abstenerse de tomar carne* los días indicados anteriormente y de *ayunar* el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo.
- Desde los 59 años de edad: desaparece la obligación de ayunar, pero subsiste la obligación de abstenerse de la carne.

¿Qué pecado se comete si uno no guarda el ayuno o la abstinencia?

- Si se falta al ayuno o a la abstinencia por descuido (olvido) no pasaría de ser una falta o un pecado

Sobre el Ayuno y la Abstinencia

Category: Preguntas y R

Written by: P. Carlos Prats

Hits: 7804

venial.

- Si se falta al ayuno o a la abstinencia por desprecio al mandato de la Iglesia sería un pecado mortal.