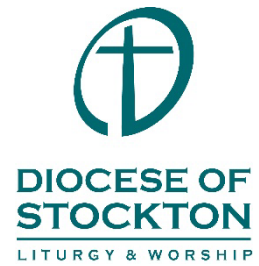


Indulgencias Jubilares



Como recibir la Indulgencia Jubilar en nuestra diócesis:

Peregrinaciones y Visitas

- Hacer una peregrinación pía a la Catedral, para la participación devota en la Santa Misa, en la celebración de la Palabra de Dios, en la Liturgia de las Horas, en el Via Crucis, el santo rosario, o en un servicio penitencial. Una peregrinación es un viaje intencional a la Catedral que culminaría con la participación en la oración pública.
- Hacer una visita piadosa a la Catedral individualmente o en grupo y, durante un tiempo adecuado, rezar y meditar ante el Santísimo Sacramento (ya sea reservado en el tabernáculo o durante un período de exposición eucarística), concluyendo con el Padre Nuestro, cualquier forma aprobada del Credo y las invocaciones a María. Una visita piadosa es cuando un individuo o grupo llega a la Catedral de manera informal simplemente para orar.
- Aquellos que no pueden participar en una peregrinación o visitar a la Catedral (religiosos de clausura, ancianos, enfermos, prisioneros y aquellos que brindan un servicio continuo a los enfermos) pueden recitar el Padre Nuestro, cualquier forma aprobada del Credo y otras oraciones en conformidad con los objetivos del Año Santo (como la Oración del Jubileo), ofreciendo los sufrimientos o las dificultades de sus vidas.

Formación

- Participar en ejercicios espirituales, como una misión parroquial o un retiro
- Participar en las actividades de formación sobre los documentos del Concilio Vaticano II y el Catecismo de la Iglesia Católica, que se celebren en una iglesia u otro lugar adecuado.

Obras de Misericordia y de Penitencia

- Visitar por un tiempo adecuado a los hermanos que se encuentran en necesidad o en dificultad (enfermos, encarcelados, ancianos en soledad, personas con capacidades diferentes), como realizando una peregrinación hacia Cristo presente en ellos.
- Absteniéndose, con un espíritu penitencial y al menos durante un día de la semana, de “distracciones banales” (distracciones reales y virtuales, por ejemplo, las redes sociales).
- Absteniéndose de consumos superfluos (por ejemplo, ayunando o practicando la abstinencia de carne)
- Otorgando una suma proporcional de dinero a los pobres
- Sosteniendo obras de carácter religioso o social, especialmente en favor de la defensa y protección de la vida en cada etapa
- Dedicando una parte adecuada de tiempo libre a actividades de voluntariado, que sean de interés para la comunidad.

Requisitos para Recibir una Indulgencia Plenaria

Para recibir una indulgencia plenaria, además de realizar la actividad indulgente, también se deben cumplir las condiciones generales.

- Estar verdaderamente arrepentido y libre de cualquier apego al pecado
- Recibir el Sacramento de la Penitencia
- Rezar por las intenciones del Santo Padre (esto se hace tradicionalmente rezando un Padre Nuestro y un Ave María por la intención del Papa, pero se puede usar cualquier oración)

Una sola confesión sacramental (de veinte días antes o después) es suficiente para varias indulgencias plenarias, sin embargo, la Santa Comunión y la oración por la intención del Santo Padre se deben hacer para cada indulgencia plenaria, idealmente el mismo día, pero al menos varios días antes o después de la actividad indulgente. Si falta alguno de estos, la indulgencia será parcial.

Oportunidad Especial para el Jubileo

Normalmente, los fieles sólo pueden recibir una indulgencia plenaria al día. Sin embargo, durante el Año Jubilar, los fieles pueden recibir una segunda indulgencia plenaria en un solo día aplicable a los que están en el Purgatorio, si reciben la Sagrada Comunión por segunda vez ese día (cuando alguien recibe la Sagrada Comunión por segunda vez en un día, la segunda vez **debe ser** durante la Misa)