



# 107 Things Every Catholic Should Know

"We have to allow our minds to be pierced by the thorns of difficulties, and allow our hearts to be pierced by the lance of contradiction; to drink of the bitterness and swallow the vinegar, if this is God's will." – St. Francis de Sales

**Q: "Are there exemptions other than for age from the requirement to fast on Ash Wednesday and Good Friday?"**

## **Answer:**

Those that are excused from fast and abstinence outside the age limits include the physically or mentally ill including individuals suffering from chronic illnesses such as diabetes. Also excluded are pregnant or nursing women. In all cases, common sense should prevail, and ill persons should not further jeopardize their health by fasting.

Copyright © 2015, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. All rights reserved.

**USCCB. "Questions and Answers about Lent and Lenten Practices". Lent. United States Conference of Catholic Bishops. February 9, 2015.**

<http://www.usccb.org/prayer-and-worship/liturgical-year/lent/questions-and-answers-about-lent.cfm>



# 107 Cosas Todo Católico Debe Saber

"Tenemos permitir que nuestras mentes sean atravesados por las espinas de las dificultades, y permitir que nuestro corazón sean traspasado por la lanza de la contradicción; beber de la amargura y tragar el vinagre, si esta es la voluntad de Dios." - San Francisco de Sales

**Pregunta: ¿Existen dispensas distintas de edad de la obligación de ayunar el Miércoles de Ceniza y el Viernes Santo?"**

**Respuesta:** Los que están excusados de ayuno y abstinencia fuera de los límites de edad son los que sufren de enfermedades físicas o mentales, incluyendo los individuos que sufren de enfermedades crónicas como la diabetes. También se excluyen las mujeres embarazadas o en lactancia. En todos los casos, el sentido común debe prevalecer, y las personas enfermas no deben poner en peligro aún más su salud por el ayuno.

Copyright © 2015, United States Conference of Catholic Bishops, Washington, DC. All rights reserved.

**USCCB. "Questions and Answers about Lent and Lenten Practices". Lent. United States Conference of Catholic Bishops. February 9, 2015.**

<http://www.usccb.org/prayer-and-worship/liturgical-year/lent/questions-and-answers-about-lent.cfm>