



PREPAREMONÓS PARA RECIBIR LA BENDICIÓN URBI ET ORBI Y PARA RECIBIR LA INDULGENCIA PLENARIA

Su Santidad el Papa Francisco nos ha convocado a un evento extraordinario, en medio de la pandemia del COVID 19, al impartir una bendición Urbi et Orbi, reservada para circunstancias especiales y que incluye la posibilidad de recibir la indulgencia plenaria, este 27 de marzo a las 6 de la tarde, hora de Roma, en una plaza vacía de San Pedro. En Panamá, a las 12 medio día.

Nos ha invitado a participar espiritualmente, a través de los medios de comunicación. “Escucharemos la Palabra de Dios, elevaremos nuestra súplica, adoraremos al Santísimo Sacramento, con el que al final daré la bendición Urbi et Orbi, que incluye la posibilidad de recibir la indulgencia plenaria”, nos ha dicho el Papa.

Queremos ofrecerle este subsidio para que nos preparemos a participar dignamente en este extraordinario acontecimiento, en este Tiempo de Cuaresma que vive la Iglesia Católica Universal.

Durante estos tres días, les animamos a vivir el ayuno y la oración para orar todos juntos, haciendo sacrificios personales, ofreciéndolos para la salud y bienestar de todo el pueblo panameño y el mundo entero.

Para ello les proponemos:

Un triduo de oración

- Iniciar rezando con el Santo Padre, el Papa Francisco, la oración del Padre Nuestro junto con toda tu familia.
- Orar en la intimidad, el silencio ante el Padre del Cielo (Mt 6,6).
- Orar con la Palabra, si es posible en familia y reflexionarla juntos.
- Orar sintonizando la Santa Misa por televisión, radio o en las diversas redes sociales
- Orar meditando los misterios del Santo Rosario.
- Orar meditando los pasos del Viacrucis.



- Aplicar diversos métodos aprendidos de oración, pero que todo sea junto con toda esta pequeña comunidad que es la familia, “Iglesia doméstica”.

Un triduo de ayuno, sacrificio y penitencia

- Este ayuno consiste en sacrificarnos de muchas cosas que nos gustan, pero en estos momentos no son necesarios o son obstáculo para una convivencia serena e integradora en la familia
- Procurar usar los medios de comunicación (chat, teléfono, redes sociales, televisión, radio, internet, otros) para lo que sea necesario e importante para informarte, distraerte sanamente y de modo que integre mas la convivencia con quienes te están acompañando en estos momentos. Evita que esto impida la convivencia o atender mensajes que no ayudan en estos momentos
- Ayuno de no comer al menos una comida o evitar comer aquello que te gusta, pero no es necesario, evita los excesos en estos días, procura como sacrificio beber solo agua (renunciando a las sodas u otras bebidas)
- Ayuno de encerrarse, procura no estar solo encerrado, aislado sin motivo de tu familia. Estar solo es bueno y necesario en algunos momentos, pero trata de convivir e integrar al máximo la familia.
- Ayuno de malas expresiones, procurar sonreír, ser amable, paciente, agradecido. Es necesario el ayuno de malas palabras, groserías gestos que hagan incomoda la convivencia.

Indulgencia plenaria

Para ganar la indulgencia plenaria, hay que seguir las disposiciones propuestas por la Penitenciería Apostólica de la Santa Sede, recientemente ante las circunstancias que nos mantienen en casa como medidas de contención de la pandemia.

Las indulgencias son fruto de la Palabra de Cristo a Pedro: "a ti te daré las llaves del Reino de los Cielos...lo que ates o desates en la tierra quedará atado o desatado en el cielo"...



Así se perdona la pena que debo por mis pecados... El Sacramento de la Penitencia o Confesión me perdona la falta y me da fuerzas para no volver a ofender al Señor... pero la indulgencia me perdona también lo que debo pagar por mis pecados... Al Cometer un pecado existen consecuencias, una de ellas es la pena eterna (si el pecado es grave) o la pena temporal (un rastro que deja cualquier pecado). La Indulgencia limpia ese "rastro" o sea la pena temporal.

Las condiciones acostumbradas son: Confesión y Comunión Sacramental más oración por las intenciones del Papa, pero ahora... por la urgencia de la pandemia viral que azota al mundo la Santa Sede... por la Penitenciaría Apostólica ha sacado un decreto que extiende la bondad de las indulgencias...

¿Quiénes pueden ganar la indulgencia?

- Enfermos con coronavirus
- Toda persona en cuarentena
- Trabajadores de la salud
- Familiares expuestos al contagio

Basta que el creyente haga un acto de arrepentimiento profundo (acto de contrición perfecta) y una oración de "unión con Cristo" Crucificado y Resucitado para ganar la indulgencia. Añadiendo la oración por el Santo Padre y por los más afectados por esta calamidad pública.

Haciendo también la intención de confesarse sacramentalmente y comunión eucarística a penas se supere este estado de emergencia y se pueda acceder a los sacerdotes para confesarse y a la Santa Misa para hacer la comunión eucarística...

Se pueden ganar con: la Misa seguida por los medios de comunicación... Leer las Sagradas Escrituras y meditarlas al menos por un tiempo prudencial... rezar el Rosario... el Santo Vía Crucis o consolando y asistiendo a los enfermos...



Todo esto se concede por la situación tan difícil que viven tantos hermanos en éste momento... La Iglesia como Madre y Maestra nos recuerda y enseña que la Misericordia de Dios no tiene límites... es "eterna".

Comentario final

Estas son solo orientaciones que puede servir de guía para la oración, conscientes que existen otros métodos de oración y sacrificios. Lo importante es que unamos la fuerza de todo un pueblo para orar por el bienestar de todos.

Que estos días quizá llenos de desaliento, nos sirvan para crecer más en la fe, la oración y la convivencia con nuestros familiares y seres más amados.

Panamá, 24 de marzo de 2020.