*Enchiridion Indulgentiarum* (n. 8 § 1, n. 20),

Za odmówienie *Oto ja, o dobry i najsłodszy Jezu* po przyjęciu Komunii świętej przed wizerunkiem Jezusa Chrystusa ukrzyżowanego w każdy piątek Wielkiego Postu oraz w Wielki Piątek można zyskać odpust zupełny (w pozostałe dni - odpust cząstkowy).

Oto ja dobry i najsłodszy Jezu upadam na kolana przed twoim obliczem i z największą gorliwością ducha proszę i błagam, abyś wszczepił w moje serce największe uczucia wiary, nadziei i miłości oraz prawdziwą skruchę za moje grzechy i silniejszą wolę poprawy. Oto z sercem przepełnionym uczuciem i boleścią w duchu oglądam twoje pięć ran i myślą się w nich zatapiam, pamiętając, co już prorok Dawid włożył w twoje usta Przebodli ręce moje i nogi moje, policzyli wszystkie kości moje (Ps 22, 17). Amen.