

Post w środę popielcową

Wpisany przez redakcja
środa, 18 lutego 2015 09:37

W Środę Popielcową obowiązuje post ścisły ilościowy i jakościowy.



Post naszych rodziców i dziadków.

W Prawie Kanonicznym czytamy:

Kan. 1251 - Wstrzemięźliwość od spożywania mięsa lub innych pokarmów, zgodnie z zarządzeniem Konferencji Episkopatu, należy zachowywać we wszystkie piątki całego roku, chyba że w danym dniu przypada jakaś uroczystość. Natomiast wstrzemięźliwość i post obowiązują **w środę popielcową** oraz w piątek Męki i Śmierci Pana naszego Jezusa Chrystusa.

Kan. 1252 - Prawem o wstrzemięźliwości są związane osoby, które ukończyły czternasty rok życia, prawem zaś o poście są związane wszystkie osoby pełnoletnie, aż do rozpoczęcia sześćdziesiątego roku życia. Duszpasterze oraz rodzice winni zatroszczyć się o to, ażeby również ci, którzy z racji młodszego wieku nie związani jeszcze prawem postu i wstrzemięźliwości, byli wprowadzeni w autentyczny duch pokuty.

Podajemy wytłumaczenie postu ścisłego za Ks. Franciszkiem Bączkowiczem CM

1. Post jakościowy polega na wstrzymaniu się od mięsa i rosołu (*ius ex carne*); nie zabrania pożywania jaj, nabiału i rozmaitych przypraw (*condimenta*) nawet z tłuszczu zwierzęcego (kan. 1250).

Nie wolno pożywać mięsa, tj. tego wszystkiego, co z natury swej, ze zwyczaju lub z powszechnego mniemania ludzi zalicza się do mięsa; wolno natomiast jeść ryby oraz żyjątko o zimnej krwi, które zwykły przebywać w wodzie, np. żaby, ślimaki, żółwie itp. Co się tyczy pożywania mięsa ptaków wodnych, opinie autorów są podzielone; wobec tego należy stosować się do zwyczaju danej okolicy.

Pod pojęcie mięsa podpada także krew, mózg, szpik kości, słonina nietopiona oraz bulion i ekstrakty z mięsa.

Niedozwolone jest pożywanie rosołu. Przez rosół należy rozumieć wodę, w której gotowane było mięso lub kości.

Wolno używać jakichkolwiek przypraw do potraw, nawet z tłuszczów zwierzęcych, czyli tego wszystkiego, co się w małej ilości dodaje do głównej potrawy, by ją uczynić smaczniejszą. Dozwolone jest zatem używanie masła, łoju, sadła, smalcu, słoniny stopionej itp.; drobne kawałeczki mięsa (skwarki), pozostałe po przetopieniu, wolno spożyć razem z tłuszczem. Przepis o poście jakościowym obowiązuje *sub gravi* [tj. pod grzechem ciężkim]. Moralisci są zdania, że spożycie potraw mięsnych do 20 gramów jest tylko grzechem lekkim, ponad 60 gramów na pewno grzechem ciężkim (1).

2. Post ilościowy polega na jednorazowym posiłku do sytości w ciągu dnia; nie zabrania wszelako rannego i wieczornego posiłku, przy którym jednak co do ilości pokarmów przestrzegać należy przyjętych zwyczajów miejscowych. Nie jest również wzbronione pożywanie potraw mięsnych i ryb przy tym samym posiłku; wolno także brać posiłek do sytości wieczorem zamiast w południe (kan. 1251) (2).

Post ilościowy nie zabrania spożywania pokarmów mięsnych podczas posiłku do sytości. Natomiast przy posiłku rannym i wieczornym wolno pożywać pokarmy mięsne tylko wtedy, jeżeli w jakiejś okolicy panuje taki zwyczaj (3). W Polsce takiego zwyczaju nie było.

Zwyczaj, o którym mowa, nie jest to zwyczaj prawny w ścisłym znaczeniu, formalny, lecz praktyka, powstała czy to na podstawie zwyczaju prawnego czy też dyspensy lub przywileju (4).

Należy zachować zwyczaj powszechnie panujący w tym miejscu na którym się aktualnie przebywa, a nie zwyczaj w miejscu zamieszkania.

Kto nie jest obowiązany do zachowania postu ilościowego (np. z powodu choroby, braku lub przekroczenia wieku) albo otrzymał od niego dyspensę, może w dni wolne od postu jakościowego, np. w poniedziałki, wtorki, środy i czwartki Wielkiego Postu, spożywać mięso przy każdym posiłku (5).

Przepis o poście ilościowym obowiązuje sub gravi. Moraliści przyjmują, że na śniadanie wolno spożyć około 70 gramów a na wieczerzę około 300 gramów stałych pokarmów; spożycie ilości pokarmów przekraczających 120 gramów w ciągu dnia poza przewidzianymi posiłkami uważają za grzech ciężki, bez względu na to czy ilość ta została w ciągu dnia spożyta naraz czy też częściami (6). Co do zachowania postu ilościowego można podać następującą praktyczną wskazówkę: w dniu postu ilościowego lub ścisłego każdy powinien na śniadanie i wieczerzę o tyle mniej spożyć pokarmów, żeby między dniem postu a dniem zwykłym zachodziła naprawdę różnica, czyli żeby każdy odczuł pewne umartwienie; do zachowania postu wystarcza ująć sobie jedną trzecią z tego, co się zwykle na śniadanie lub wieczerzę spożywa.

3. Post ścisły polega na jednorazowym dziennie posiłku do sytości oraz na wstrzymaniu się od potraw mięsnych; dlatego też, jeżeli obowiązuje post ścisły, należy zachować przepisy odnoszące się zarówno do postu ilościowego, jak i do postu jakościowego.

Kto otrzymał dyspensę tylko od postu jakościowego, jest obowiązany do zachowania postu ilościowego; wolno mu zatem pożywać mięso tylko przy jednorazowym posiłku do sytości. Kto jest zwolniony tylko od postu ilościowego, zachować musi post jakościowy.