

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.