

Ks. FRANCISZEK BĄCZKOWICZ CM

# POSTY OBOWIĄZUJĄCE



KRAKÓW 2015

[www.ultramontes.pl](http://www.ultramontes.pl)

# POSTY OBOWIĄZUJĄCE

Ks. FRANCISZEK BĄCZKOWICZ CM

---

## I. Pojęcie i podział.

Rozróżniamy post *naturalny* (*ieiunium naturale*), polegający na zupełnym wstrzymaniu się od jedzenia i picia, oraz *kościelny* (*ieiunium ecclesiasticum*), polegający na wstrzymaniu się od pokarmów w granicach przepisanych przez Kościół.

Kodeks [Prawa Kanonicznego] rozróżnia: a) post *jakościowy* czyli wstrzymanie się od potraw mięsnych (*abstinentia*); b) *post ilościowy* czyli pożywanie do sytości raz dziennie (*ieiunium*); c) *post ścisły* czyli post ilościowy połączony z jakościowym (*ieiunium et abstinentia*).

**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*. Moralisci 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.

## **II. Dni postne.**

1. Post *jakościowy* czyli wstrzymanie się od potraw mięsnych (*lex solius abstinentiae*) obowiązuje we wszystkie piątki całego roku (kan. 1252 § 1).

2. Post *ścisły* czyli tak co do ilości jak co do jakości zachować należy: w środę popielcową, piątki i soboty Wielkiego Postu, w Suche Dni, w Wigilię Zielonych Świąt i Bożego Narodzenia, oraz 7 grudnia (7) (kan. 1252 § 2).

3. Post *ilościowy* (*ieiunium*) obowiązuje we wszystkie inne dni Wielkiego Postu, tj. w poniedziałki, wtorki, środy (z wyjątkiem popielcowej i suchodniowej, kiedy obowiązuje post ścisły) i czwartki (kan. 1252 § 3).

4. W *niedziele i święta nakazane* (*festa de praecepto*), z wyjątkiem świąt przypadających w Wielkim Poście, post nie obowiązuje; jeżeli wigilia przypadnie na niedzielę, to postu nie przenosi się na sobotę (kan. 1252 § 4) (8). Wielki Post kończy się o północy z Wielkiej Soboty na Wielką Niedzielę, a nie jak dotychczas, w Wielką Sobotę w południe (9). Jeżeli w jakiejś miejscowości któreś ze świąt nakazanych jest zniesione lub przeniesione na najbliższą niedzielę, post nie przestaje w tym dniu obowiązywać (10). W niedziele wielkopostne nie ma postu; w święta natomiast nakazane, przypadające w Wielkim Poście, post obowiązuje (11).

5. Powyższe przepisy nie zmieniają indultów partykularnych, ślubów osób fizycznych czy moralnych, reguł i konstytucji jakiegokolwiek zakonu lub zatwierdzonego stowarzyszenia tak mężczyzn jak niewiast, prowadzących życie wspólne, nawet bez ślubów (kan. 1253).

### III. Podmiot.

1. Post *jakościowy* czyli wstrzymanie się od potraw mięsnych obowiązuje tych wszystkich, którzy ukończyli siódmy rok życia (kan. 1254 § 1).

Ci jednak, którzy po ukończeniu siódmego roku życia nie mają używania rozumu, nie są obowiązani do zachowania postu jakościowego (zob. kan. 12).

2. Post ilościowy obowiązuje wszystkich, którzy ukończyli 21 rok życia, a nie rozpoczęli jeszcze 60 roku (kan. 1254 § 2).

---

Ks. Franciszek Bączkowicz CM, *Prawo Kanoniczne. Podręcznik dla duchowieństwa*, T. II (wydanie trzecie uzupełnili i przygotowali do druku Ks. Józef Baron CM i ks. Władysław Stawinoga CM), Wydawnictwo Diecezjalne Św. Krzyża w Opolu 1958, ss. 420-424. (a)

#### Przypisy:

(1) Zob. Noldin, *Summa theologiae moralis*, II, n. 676; Jone, II, ad can. 1250.

(2) Vermeersch, *De frustulo et coenula quadragesimali*, w: "Periodica" 1933, 60.

(3) Inaczej: Cocchi, V, n. 84; Grabowski, 496. Opierają się na odpowiedzi Kom. Int. z 23 października 1919 (AAS, XI (1919), 480), która na zapytanie, czy po wydaniu Kodeksu można bezpiecznie uczyć, że w dniach samego postu jest dozwolone spożywać więcej razy dziennie potrawy mięsne, odpowiedziała przecząco. Odpowiedź tę należy jednak rozumieć w ten sposób, że na podstawie samego Kodeksu, bez uwzględnienia przyjętego zwyczaju, nie wolno w dniach samego postu ilościowego spożywać więcej razy mięsa; Kodeks bowiem ani nie zabrania ani nie przepisuje potraw mięsnych przy tym lekkim posiłku, lecz odsyła do miejscowego zwyczaju. Zob. Vermeersch-Creusen, II, n. 566; Coronata, *De locis etc.*, n. 302.

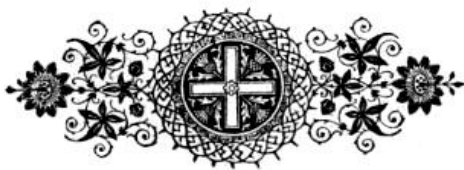
(4) Vermeersch-Creusen, II, n. 556; Cocchi, V, n. 84.

(5) Vermeersch-Creusen, II, n. 556; Cocchi, V, n. 85. Zob. także artykuł w "Gazecie Kościelnej", 1927, 149 nn.

(6) Zob. Noldin, II, n.679; Jone, II, ad can. 1250; Coronata, *Institutiones iuris canonici*, II, n. 826.

(7) Post ścisły przypadający na wigilię Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny został dekretem Kongregacji Soboru z 25 VII 1957, AAS, 49 (1957), 638, przeniesiony na 7 grudnia. – Kan. 1252 & 2 wśród dni, w które przypada post ścisły, wylicza również wigilię Wszystkich Świętych. Ponieważ wigilia ta została zniesiona dekretem Kongregacji Obrzędów z 23 marca 1955 (AAS, 47 (1955), 48), wygasł tym samym obowiązek zachowania przywiązanego do niej postu ścisłego.

- (8) Kom. Int., 24 XI 1920, AAS, 12 (1920), 576.
- (9) C. Rit., 16 XI 1955, AAS, 47 (1955), 838, n. 10.
- (10) Kom Int., 17 II 1918, AAS, 10 (1918), 170.
- (11) Kom. Int., 24 XI 1920 AAS, 12 (1920), 576.
- (a) Por. 1) Ks. Dr Ignacy Grabowski, [\*Prawo kanoniczne według nowego kodeksu.\*](#)
- 2) Ks. Antoni Chmielowski, a) [\*Nauka o poście.\*](#) b) [\*Nauka o spowiedzi.\*](#) c) [\*Rozmyślenia o pokucie i jej warunkach.\*](#)
- 3) Ks. Zygmunt Chełmicki, [\*Ojców naszych Wiara Święta \(mały katechizm\).\*](#)
- 4) Piotr kardynał Gasparri, [\*Katechizm katolicki \(Catechismus catholicus\).\*](#)
- 5) Ks. Jakub Górka, [\*Cześć Maryi. O pobudkach i środkach nabożeństwa do Najświętszej Maryi Panny.\*](#) a) [\*Posty ku czci Matki Najświętszej.\*](#) b) [\*Jałmużny na cześć Maryi.\*](#)
- 6) Kardynał Mercier, [\*O umartwieniu chrześcijańskim.\*](#)
- 7) O. Paweł Segneri SI, [\*Kazania wielkopostne.\*](#)
- 8) Bp Józef Sebastian Pelczar, [\*List pasterski na Wielki Post. O obowiązkach katolików w naszych czasach i o potrzebie organizacji katolickiej.\*](#)
- (Przyp red. *Ultra montes*).



( [HTM](#) )