poniedziałek, 28.02.2022

Środa Popielcowa w Łące

Post ścisły obowiązuje tylko dwa razy w roku – w Środę Popielcową oraz w Wielki Piątek. Czym się różni post ścisły od zwykłego postu? A czym jest post jakościowy i ilościowy?

Post ścisły obowiązuje wiernych w wieku między 18. a 60. rokiem życia. Mogą w ciągu dnia zjeść jeden pełny, ale bezmięsny posiłek do syta oraz dwa skromne inne posiłki.

Z postu ścisłego zwolnione są osoby chore, ze względu na ich stan zdrowia. W takim wypadku mogą one być zobowiązane jedynie do zachowania postu jakościowego, bądź ilościowego.

A post jakościowy i ilościowy to:

Kodeks Prawa Kanonicznego rozróżnia post jakościowy, czyli wstrzymanie się od potraw mięsnych oraz post ilościowy - dopuszczający jeden posiłek do sytości.