

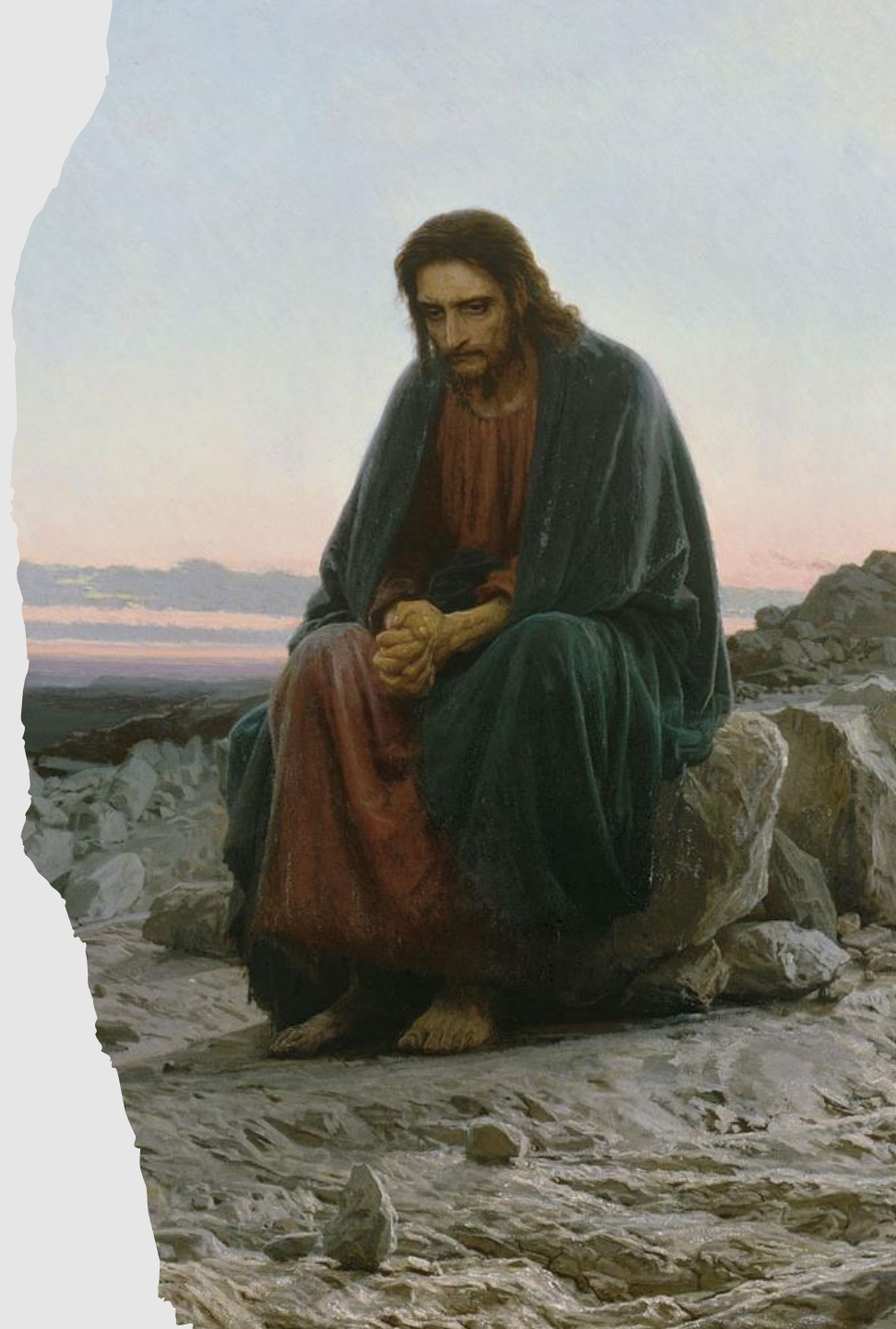
# Post

CZWARTE PRZYKAZANIE KOŚCIELNE



*„Zachowywać nakazane posty  
i wstrzeźliwość od pokarmów mięsnych,  
a w czasie Wielkiego Postu powstrzymać się  
od udziału w zabawach”.*

Post obowiązuje w Środę Popielcową  
i w Wielki Piątek wszystkich między  
osiemnastym a sześćdziesiątym rokiem życia  
(zob. KPK 1251-1252).



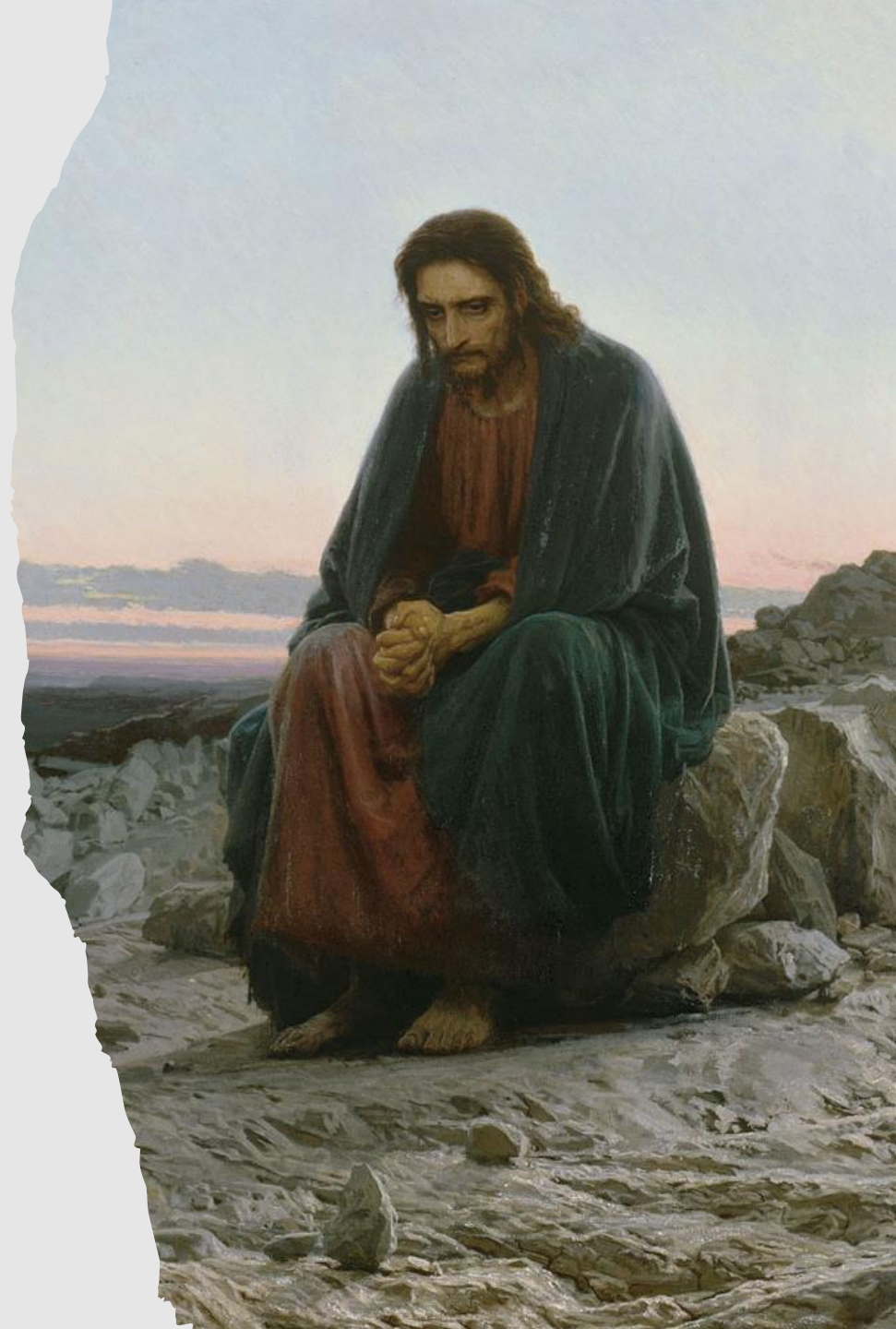
Wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych obowiązuje w Środę Popielcową oraz piątki całego roku z wyjątkiem uroczystości (zob. KPK 1251). Dotyczy wszystkich, którzy ukończyli czternasty rok życia. Zachęca się do zachowania wstrzemięźliwości także w Wigilię Narodzenia Pańskiego.



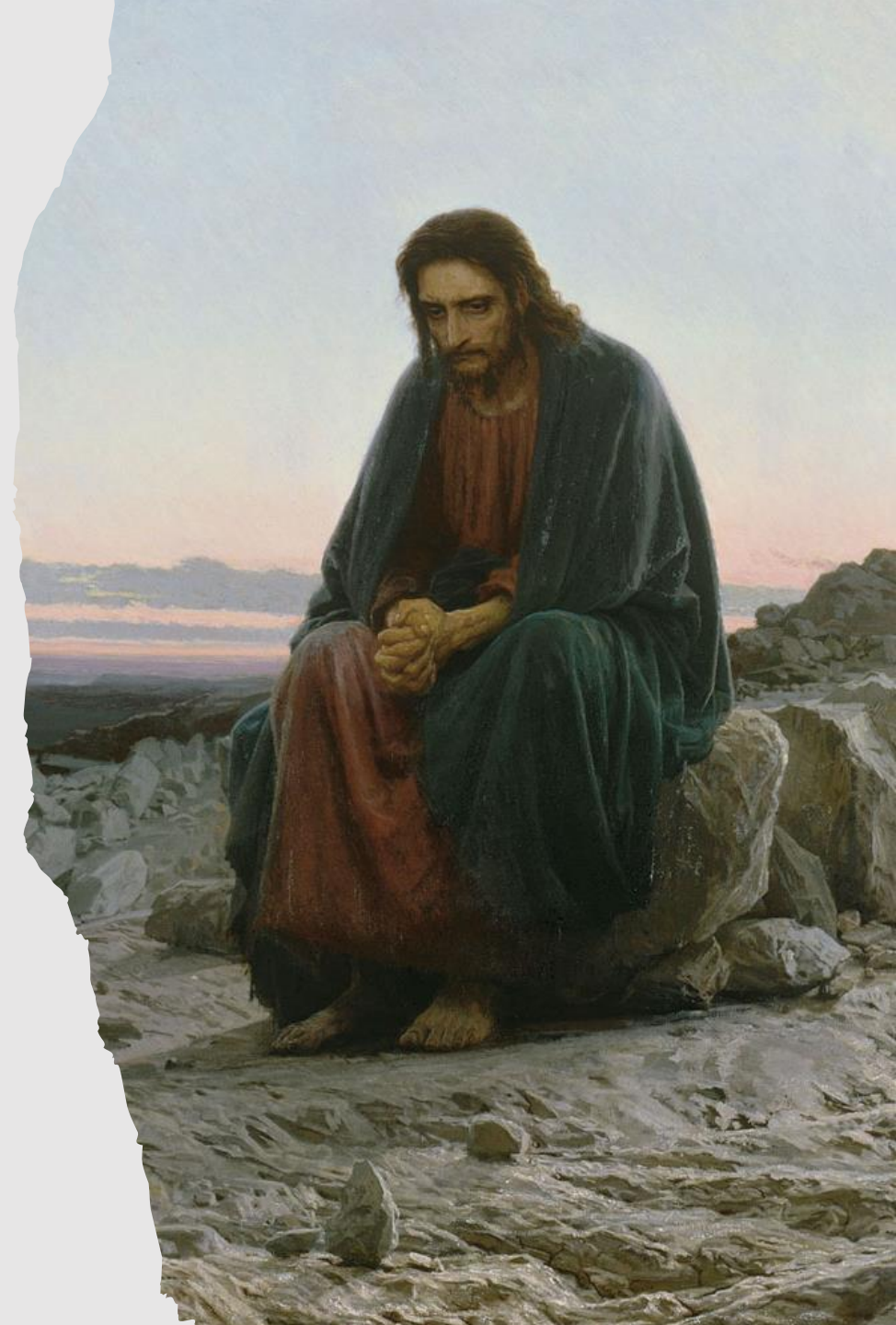
Uzasadniona niemożliwość zachowania  
wstrzeźliwości w piątek  
(np. zbiorowe żywienie) domaga się  
od chrześcijan podjęcia innych form pokuty.  
Powstrzymywanie się od zabaw  
sprzyja opanowaniu instynktów  
i sprzyja wolności serca (zob. KKK 2043).  
Obowiązuje we wszystkie dni Wielkiego Postu.



Nowelizacja zapisu czwartego przykazania nie zmienia w niczym dotychczasowego charakteru każdego piątku jako dnia pokutnego, w którym katolicy powinni „modlić się, wykonywać uczynki pobożności i miłości, podejmować akty umartwienia siebie przez wierniejsze wypełnianie własnych obowiązków, zwłaszcza zaś zachowywać wstrzeźliwość” (zob. kan. 1249-1250). Wyjątkiem są przypadające wtedy uroczystości. Jeśli zatem w piątek katolik chciałby odstąpić ze słusznej przyczyny od pokutnego przeżywania tego dnia, winien uzyskać odpowiednią dyspensę. (Wykładnia Episkopatu Polski z 2014 r., opoka.org.pl)



Oto dla was ustawa wieczysta:  
Dziesiątego dnia siódmego miesiąca będziecie pościć.  
Nie będziecie wykonywać żadnej pracy, ani tubylec,  
ani przybysz osiadły wśród was. <sup>30</sup> Bo tego dnia będzie  
za was dokonywane przebłaganie, aby oczyścić was  
od wszystkich grzechów. Wobec Pana będziecie  
oczyszczeni. <sup>31</sup> Będzie to dla was święty szabat  
odpoczynku. Będziecie w tym dniu pościć.  
Jest to ustawa wieczysta. <sup>32</sup> Dokonywać obrzędu  
przebłagania będzie kapłan,  
który zostanie namaszczony i wprowadzony  
w czynności kapłańskie na miejsce swego ojca.  
Włoży na siebie Iniane szaty, szaty święte,  
<sup>33</sup> i dokona obrzędu przebłagania nad świętym  
przybytkiem, dokona też przebłagania nad Namiotem  
Spotkania, ołtarzem, a także za kapłanów  
i za cały lud zgromadzenia (Kpł 16, 29-33).



Wtedy Duch wyprowadził Jezusa na pustynię, aby był kuszony przez diabła. <sup>2</sup> A gdy przepościł czterdzieści dni i czterdzieści nocy, odczuł w końcu głód. <sup>3</sup> Wtedy przystąpił kusiciel i rzekł do Niego: «Jeśli jesteś Synem Bożym, powiedz, żeby te kamienie stały się chlebem». <sup>4</sup> Lecz On mu odparł: «Napisane jest: Nie samym chlebem żyje człowiek, lecz każdym słowem, które pochodzi z ust Bożych». <sup>5</sup> Wtedy wziął Go diabeł do Miasta Świętego, postawił na narożniku świątyni <sup>6</sup> i rzekł Mu: «Jeśli jesteś Synem Bożym, rzuć się w dół, jest przecież napisane: Aniołom swoim rozkaże o tobie, a na rękach nosić cię będą, byś przypadkiem nie uraził swej nogi o kamień». <sup>7</sup> Odrzekł mu Jezus: «Ale jest napisane także: Nie będziesz wystawiał na próbę Pana, Boga swego». <sup>8</sup> Jeszcze raz wziął Go diabeł na bardzo wysoką górę, pokazał Mu wszystkie królestwa świata oraz ich przepych <sup>9</sup> i rzekł do Niego: «Dam Ci to wszystko, jeśli upadniesz i oddasz mi pokłon». <sup>10</sup> Na to odrzekł mu Jezus: «Idź precz, szatanie! Jest bowiem napisane: Panu, Bogu swemu, będziesz oddawał pokłon i Jemu samemu służyć będziesz»  
(Mt 4, 1-10).



Kiedy pościcie,  
nie bądźcie posępni jak obłudnicy.

Przybierają oni wygląd ponury,  
aby pokazać ludziom, że poszczą.

Zaprawdę, powiadam wam:  
już odebrali swoją nagrodę.

<sup>17</sup> Ty zaś, gdy pościsz, namaść sobie głowę  
i umyj twarz, <sup>18</sup> aby nie ludziom pokazać,  
że pościsz, ale Ojcu twemu,  
który jest w ukryciu. A Ojciec twój,  
który widzi w ukryciu, odda tobie  
(Mt 6, 16-18).



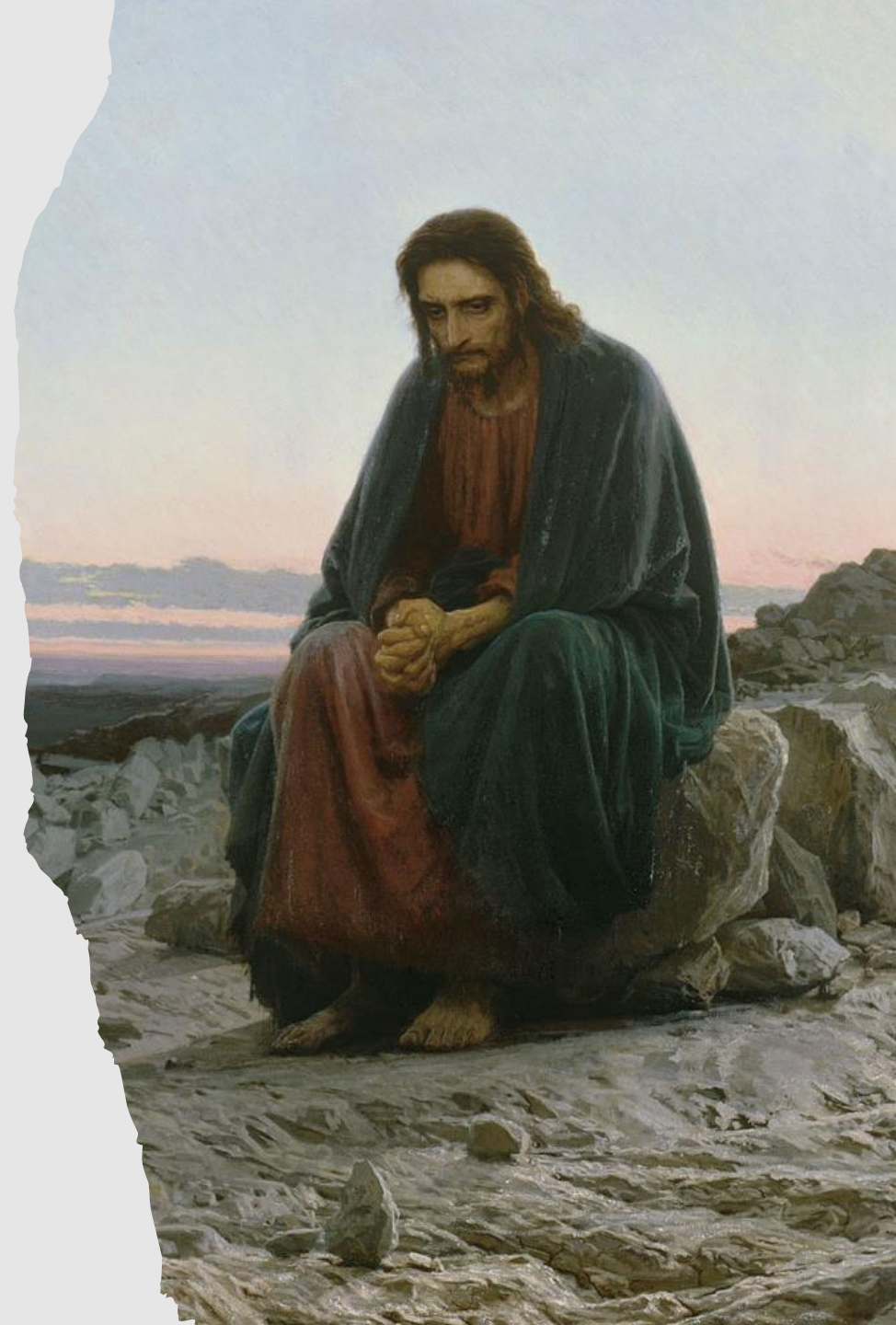


Wtedy podeszli do Niego uczniowie Jana  
i zapytali: «Dlaczego my i faryzeusze  
dużo pościmy,  
Twoi zaś uczniowie nie postują?»

<sup>15</sup> Jezus im rzekł:

«Czy goście weselni mogą się smucić,  
dopóki pan młody jest z nimi?

Lecz przyjdzie czas,  
kiedy zabiorą im pana młodego,  
a wtedy będą pościć  
(Mt 9, 14-15).



Gdy przyszłi do tłumu, podszedł do Niego pewien człowiek i padając przed Nim na kolana, <sup>15</sup> prosił: «Panie, zlituj się nad moim synem! Jest epileptykiem i bardzo cierpi; bo często wpada w ogień, a często w wodę. <sup>16</sup> Przyprowaǳiłem go do Twoich uczniów, lecz nie mogli go uzdrowić».

<sup>17</sup> Na to Jezus odrzekł: «O plemię niewierne i przewrotne! Jak długo jeszcze mam być z wami; jak długo mam was cierpieć? Przyprowaǳcie Mi go tutaj!»

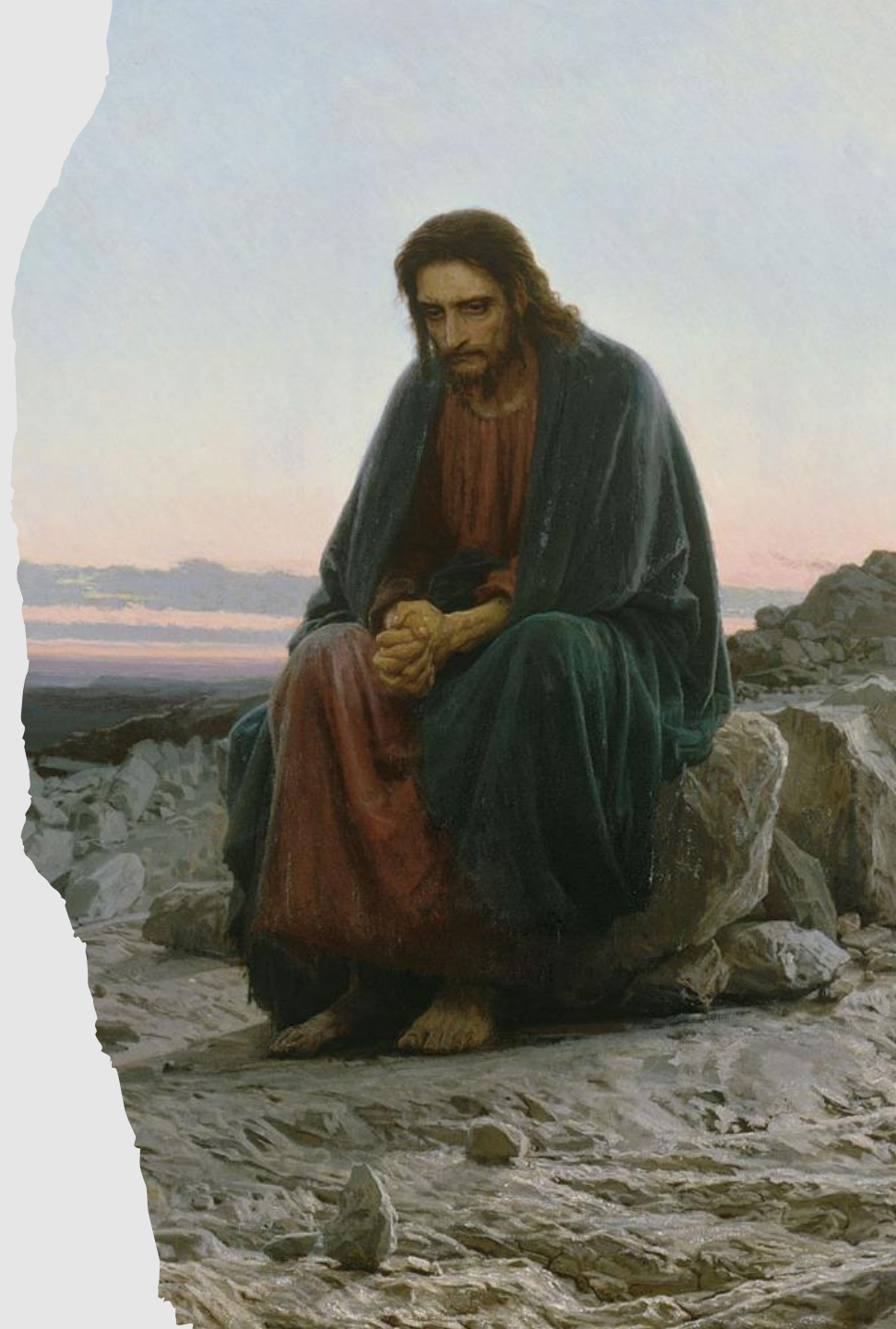
<sup>18</sup> Jezus rozkazał mu surowo, i zły duch opuścił go. Od owej pory chłopiec odzyskał zdrowie.

<sup>19</sup> Wtedy uczniowie zbliżyli się do Jezusa na osobności i pytali: «Dlaczego my nie mogliśmy go wypęǳić?»

<sup>20</sup> On zaś im rzekł: «Z powodu małej wiary waszej. Bo zaprawdę, powiadam wam: Jeśli będziecie mieć wiarę jak ziarnko gorczycy, powiecie tej górze: "Przesuń się stąd tam!", a przesunie się. I nic niemożliwego nie będzie dla was.

<sup>21</sup> Ten zaś rodzaj złych duchów wyrzuca się tylko modlitwą i postem»

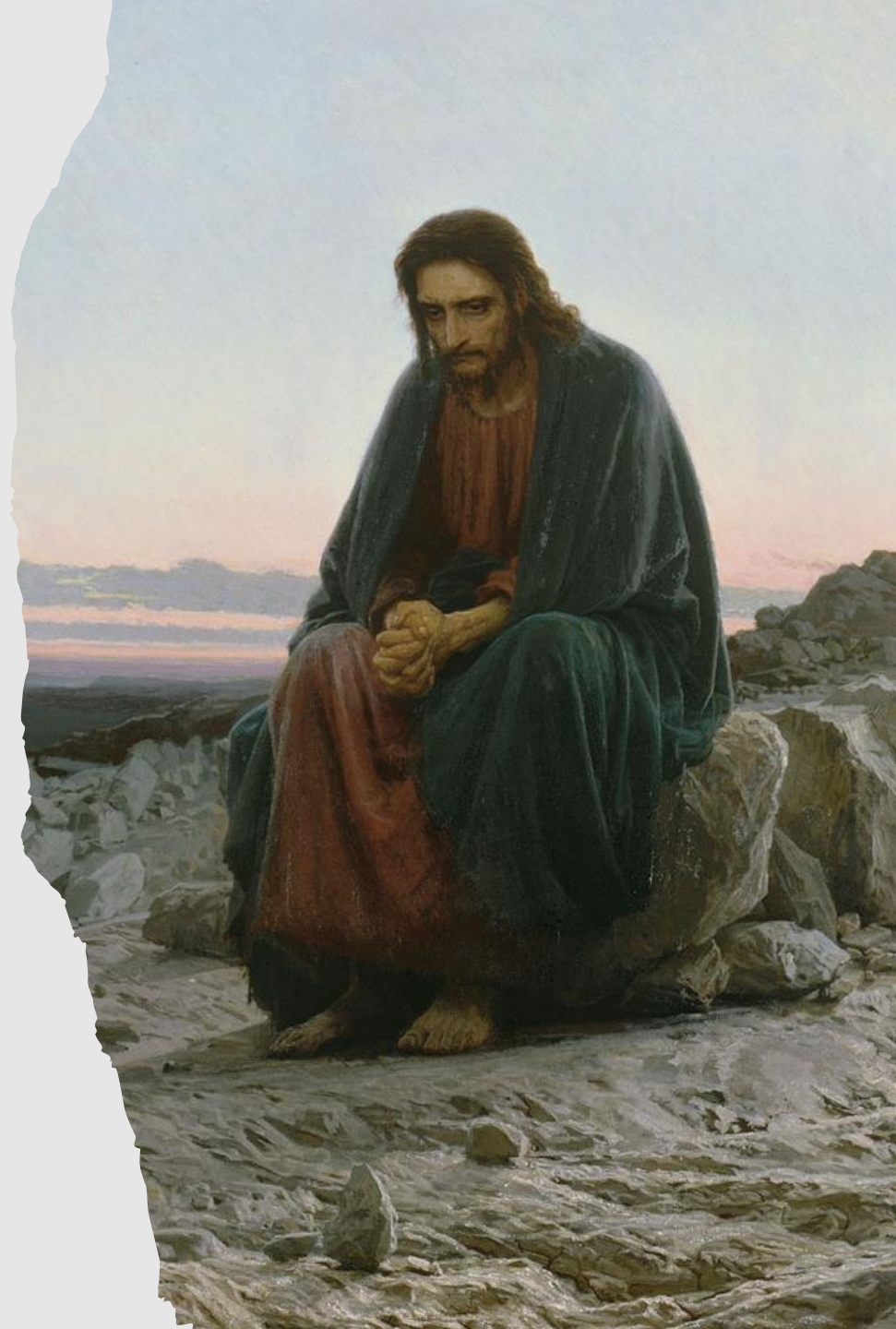
(Mt 17, 14-21).



Była tam również prorokini Anna,  
córka Fanuela z pokolenia Asera,  
bardzo podeszła w latach.  
Od swego panieństwa siedem lat żyła z mężem,  
<sup>37</sup> i pozostała wdową.

Liczyła już sobie osiemdziesiąt cztery lata.  
Nie rozstawiała się ze świątynią, służąc Bogu  
w postach i modlitwach dniem i nocą.

<sup>38</sup> Przeszedłszy w tej właśnie chwili,  
sławiła Boga i mówiła o Nim wszystkim,  
którzy oczekiwali wyzwolenia Jeruzalem  
(Łk 2, 36-38).

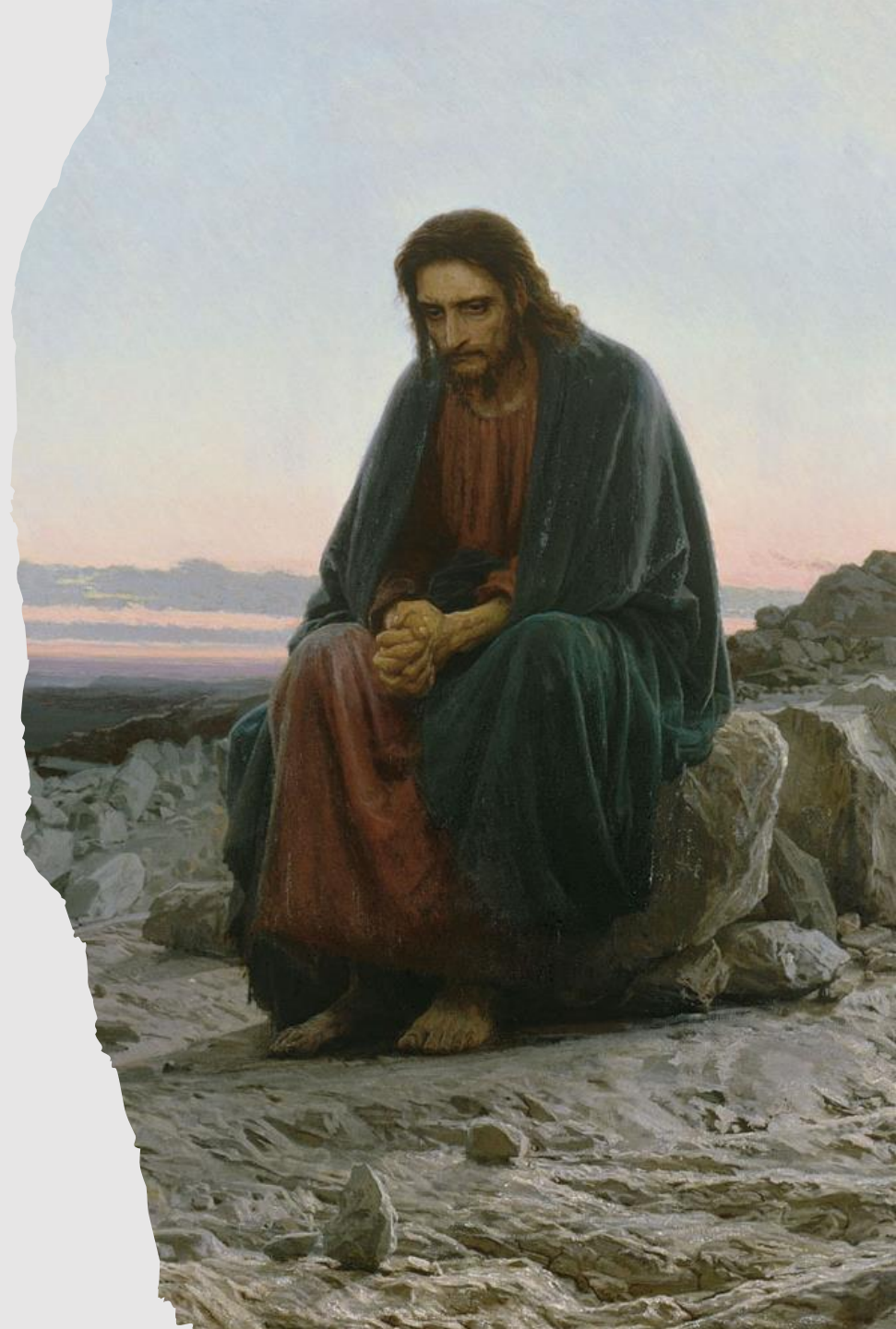


W Antiochii, w tamtejszym Kościele, byli prorokami i nauczycielami: Barnaba i Szymon, zwany Niger, Lucjusz Cyrenejczyk i Manaen, który wychowywał się razem z Herodem tetrarchą, i Szawel.

<sup>2</sup> Gdy odprawiali publiczne nabożeństwo i pościli, rzekł Duch Święty: Wyznaczcie Mi już Barnabę i Szawła do dzieła, do którego ich powołałem.

<sup>3</sup> Wtedy odprawivszy post i modlitwę oraz położywszy na nich ręce, wyprawili ich.

<sup>4</sup> A oni wysłani przez Ducha Świętego zeszli do Seleucji, a stamtąd odpłynęli na Cypr (Dz 13, 1-4).



Kiedy w każdym Kościele  
wśród modlitw i postów  
ustanowili im starszych,  
polecili ich Panu, w którego uwierzyli.  
24 Potem przeszli przez Pizydję  
i przybyli do Pamfilii.  
25 Głosili słowo w Perge, zeszli do Attalii,  
26 a stąd odpłynęli do Antiochii,  
gdzie za łaską Bożą  
zostali przeznaczeni do dzieła, które wykonali  
(Dz 14, 23-26).

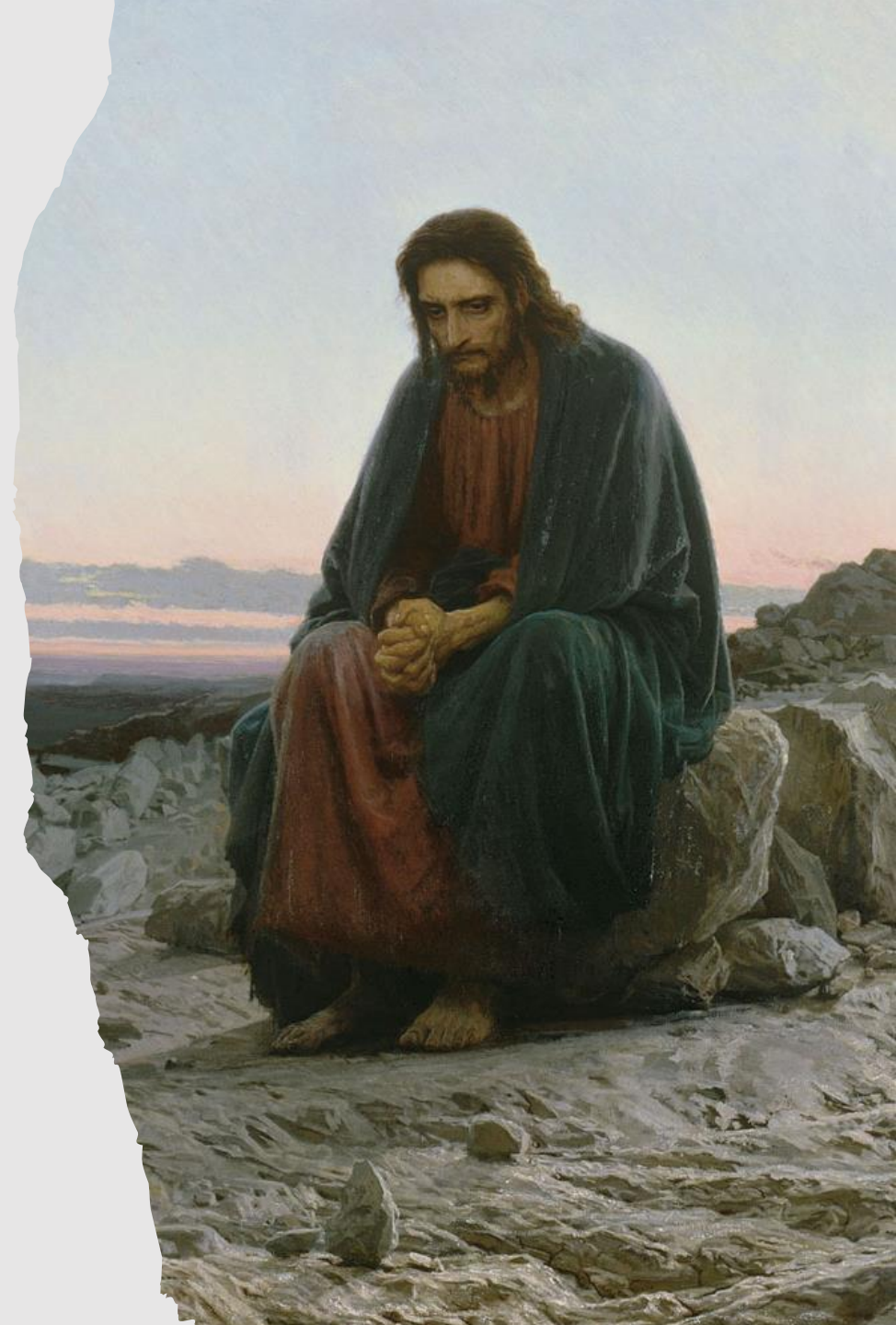


## Polecenia:

1. Przedstaw treść i wykładnię  
4. przykazania kościelnego.
2. Omów temat postu w Piśmie Świętym.

Ilustracja: Iwan Kramskoj, Chrystus na pustyni (Wikipedia).

Opracowanie: Syracydes.pl



Dziękuję za uwagę!  
Króluj nam, Chryste!

