



niedziela, 02.03.2025

Środa Popielcowa

Środa Popielcowa rozpoczyna Wielki Post, okres czterdziestodniowego przygotowania do największej chrześcijańskiej uroczystości - Świąt Paschalnych. **W Środę Popielcową** - zgodnie z kanonami 1251 - 1252 Kodeksu Prawa Kanonicznego - **obowiązuje wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych i post ścisły** (trzy posiłki w ciągu dnia, w tym tylko jeden - do syta). Prawem o wstrzemięźliwości są związani wszyscy powyżej 14. roku życia, a prawem o poście - osoby pełnoletnie do rozpoczęcia 60. roku życia. Sam zwyczaj **posypywania głów popiołem** na znak przemijania, pokuty i nawrócenia, praktykowany w Środę Popielcową w liturgii pojawił się w VIII w. Pierwsze świadectwa o święceniu popiołu pochodzą z X w. W 1091 r. papież Urban II wprowadził ten zwyczaj jako obowiązujący w całym Kościele. W tym też czasie ustalono, że popiół do posypywania głów wiernych ma pochodzić z palm poświęconych w Niedzielę Palmową poprzedniego roku. Kapłani, posypując głowy wiernych, wypowiadają słowa: „Prochem jesteś i w proch się obrócisz” lub „Nawracajcie się i wierzcie w Ewangelię”.