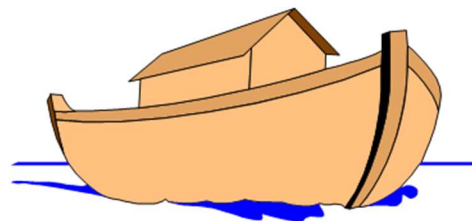


ARKA

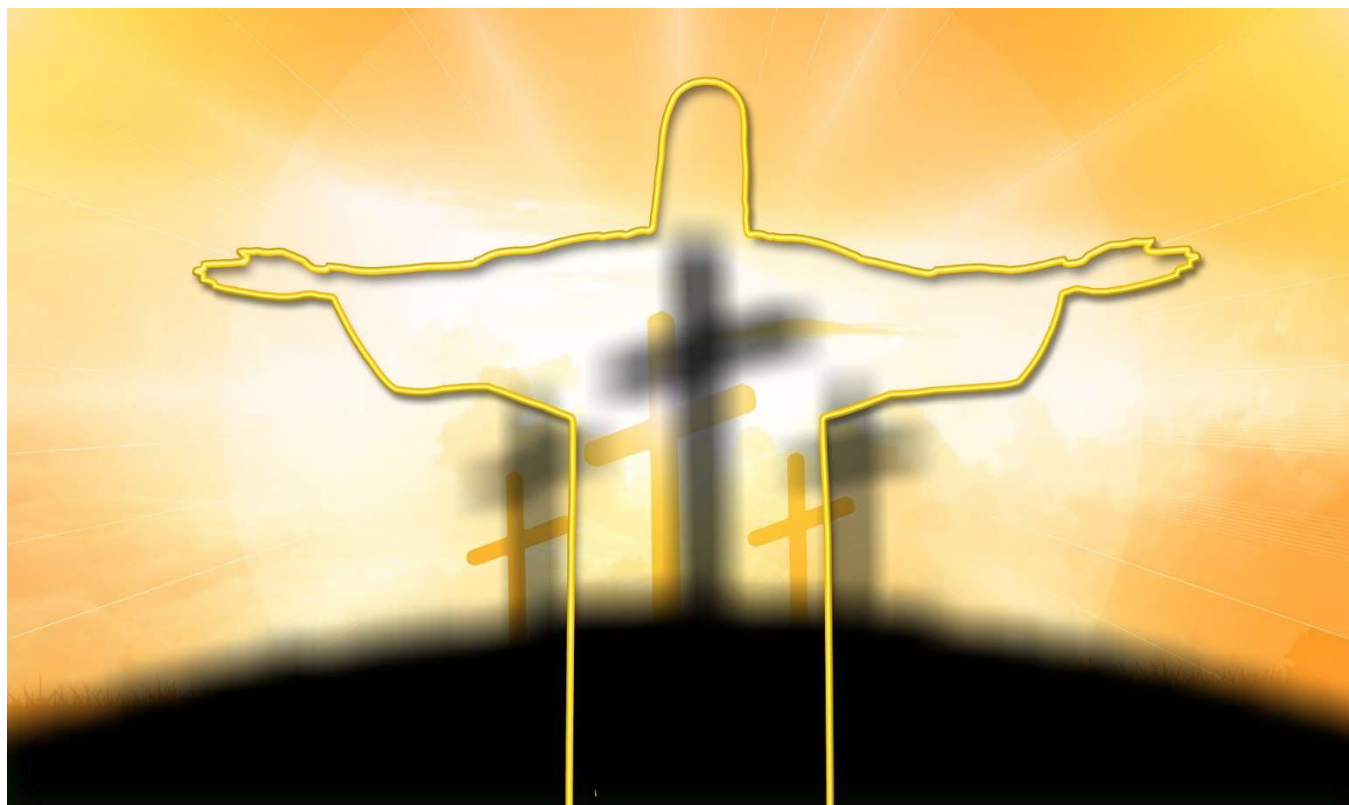
NR 4(310) ROK 28



POLSKA PARAFIA KATOLICKA w Ludwigsburgu kwiecień 2023
Filia HEILBRONN – Neckargartach, St. Michael- Kirche, Sudetenstr. 57
<https://ppk-ludwigsburg.de/arka>

UWAGA!!

Terminy dotyczące Rekolekcji, Triduum Paschalnego i Świąt Wielkanocnych będą wydrukowane na osobnych kartkach wyłożonych w kościele przez księdza.



Alleluja! Alleluja!

Wesoły nam dziś dzień nastał, Chrystus bowiem zmartwychwstał!!

Niech Zmartwychwstanie Pańskie, które niesie odrodzenie duchowe, napelni wszystkich spokojem i wiarą, da siłę w pokonywaniu trudności i pozwoli z ufnością patrzeć w przyszłość. Radosnych i błogosławionych Świąt Wielkiej Nocy, miłych dni świątecznych i smacznej święconki życzy ARKA

Co z tym postem?



Zbliżamy się do końca prawie sześćtygodniowego Wielkiego Postu. Wszyscy wiemy, że to czas, w którym nie organizujemy hucznych imprez i zabaw. Wiemy także, że Wielki Post obejmuje modlitwę, post i jałmużnę. Post, to dobrowolne, powstrzymanie się od jedzenia lub spożywania pokarmów mięsnych. Najczęściej pości się z przyczyn religijnych. Jaka jest historia naszego postu?

Dawniej, w czasie postu należało eliminować sporo potraw z jadłospisu. Surowe reguły postu zakazywały jedzenia nie tylko mięsa, ale też jajek, mleka czy masła. Listę zakazanych w poście produktów stworzyli ojcowie Kościoła, którzy obficie czerpali z zasad starożytnej diety – cenionej i popularnej dziedziny w tamtych czasach. Biskupi wykorzystali ówczesne zasady zdrowego żywienia i opracowali postny kanon, czyli zbiór zasad, który przetrwał wieki. Polska przez lata słynęła z rekordowo długich, bo niemal półrocznych postów. Wszyskim o poście w Dawniej, w średniowieczu aż do XVII wieku, pościło się w środę, piątek i sobotę. W środę, - to nawiązanie do zdrady Judasza, w piątek - do męki Chrystusa, a post w sobotę był wigilią, czyli przygotowaniem do niedzielnego świętowania. Oprócz tego istniał post w wigilię Wszystkich Świętych, Nowego Roku, czyli w Sylwestra - dopiero od północy można było jeść mięso i bawić się. Poszczono też w wigilię Trzech Króli, świąt wszystkich apostołów czy świąt maryjnych. Część świąt była ruchoma, ale na pewno w Polsce post trwał co najmniej pół roku! To nie wszystko, bo były jeszcze dni tzw. suche, czyli trzy dni ścisłego postu raz na kwartał, związane z kalendarzem liturgicznym np. po pierwszej niedzieli Wielkiego Postu czy Zesłaniu Ducha Świętego. Rezygnacja z mięsa nie oznaczała głodowania. Na talerzach pojawiły się wyszukane rodzaje tłustych ryb, ciasta, wino, co wzbudzało oburzenie prawosławnych sąsiadów.

W III czy IV wieku hierarchowie Kościoła stworzyli zasady postu, opierając się na różnych tradycjach. Według zasady dietetycznej i kulturowej wywodzącej się ze starożytności, gdzie mięso jedzono rzadko, w czasie święta pogańskiego. W starożytności nie znano takiego podziału na zwierzęta, jaki dziś znamy. Uważano, że pewne zwierzęta mają gorącą, wybuchową krew, zaliczano do nich większość ssaków i ptaków, a inne - te żyjące w wodzie, są zimnej natury i jedzenie ich oziębia. Kto zjadał za dużo mięsa był nerwowy, rozwiązły i chętny do bójki. Natomiast równowagę, spokój, opanowanie w działaniu, zapewnić miały pokarmy wilgotne i zimne: ryby i warzywa.

Z czasem udało się przekonać wszystkich chrześcijan do postu, który stał się symbolem religii. Zaczęto wymagać od ludzi, żeby jedli rzeczy zdrowe, jednakże dla większości były zbyt drogie i luksusowe (oliwa, wino, niektóre ryby), a nie mogli jeść tego, co mieli na wyciągnięcie ręki: masła, jajek czy słoniny. Pojawiły się kontrowersje i wokół nich toczyły się dyskusje prowadzące w

efekcie do reformacji. Znana jest historia Marcina Lutra i jego słynne tezy przybite do drzwi kościoła, ale wiemy też, że w Szwajcarii reformacja rozpoczyna się od publicznego jedzenia kielbasy w Wielki Piątek. Gdy Mieszko I ochrzcił się, od razu oznaczało to przyjęcie postu.

Post ukazał, w jaki sposób kultura religii miała wpływ na zmianę gospodarki. To mnisi założyli w średniowieczu liczne stawy, bo ryby z jezior i rzek stały się mało wystarczalne. Na stołach rozpowszechniły się tłuste ryby: karpie, węgorze, sandacze. Powstał sezonowy kalendarz kulinarny. Jesienią, kiedy było dużo mięsa robiło się wiele przetworów; marynaty, wędzonki. Nieprzypadkowo w Polsce smak Wielkanocy to smak pachnącej wędzonki, szynki, żurku, który stał się naszą tradycją. W czasie postu starano się szukać źródeł oleju. Pojawiły się uprawy konopi, bo miały tłuste ziarno. Wyciskano nawet z nich mleko i robiono masło. Nastąpiła nowa kulinarna moda. Było w niej wiele elementów, które dziś przypisujemy kuchni wegańskiej. Z mleczka migdałowego, z gęstej emulsji wyciśniętej z orzechów robiono ser, tak jak dziś ser z orzechów, który jest podstawą kuchni wegańskiej, dawniej popularnej wśród bogatych.

W czasie reformacji, we Francji, Włoszech i płn. Niemczech, biskupi liberalizowali post, pozwalając jeść masło, jajka, mleko. W Polsce tego jednak nie zniesiono. Dochodziło nawet do sytuacji, że wysłannicy papieża, którzy z Rzymu przyjeżdżali do Polski, byli zaszokowani surowością postu. Z drugiej zaś strony zakonnicy francuscy nie chcieli uczestniczyć na polskich ucztach, bo uważali, że na nich były stoły pełne wspaniałych ryb, co przeczyło idei postu, umartwiania się i ascezy. A z kolei polscy zakonnicy nie lubili chodzić do francuskich, bo uważali, że tamci postępują jak heretycy, ponieważ jedzą nabiał. Polscy księża tłumaczyli swoje reguły, że mamy nasz własny post polski.

Ten całkowicie bezmięsny post, bardziej surowy niż w innych europejskich krajach - dziś powiedzielibyśmy wegański czy wegetariański - jest naszą cechą narodową. Mimo złagodzenia postu wigilijnego przez biskupów, dziś większość Polaków przestrzega postu przed Bożym Narodzeniem. Tradycyjna kolacja wigilijna oparta jest na smacznych potrawach rybnych i bezmięsnych.

Z Biblii znamy sceny Chrystusa, Który pościł 40 dni na pustyni bez wody i jedzenia. My katolicy chcemy próbować naśladować Chrystusa, ale nie musimy robić tego, co On, bo nie jesteśmy w stanie tego uczynić. Mamy powstrzymać się od jedzenia w jakimś ważnym momencie i najlepiej w wybranej intencji.

Protestanci odrzucali post i powoli pod ich wpływem, w wielu krajach łagodzone odbywanie postu. W Polsce do XVII wieku trwał środowy post, a piątkowy i sobotni trwał jeszcze długo.

Dzisiaj chrześcijanie dobrowolnie przestrzegają powszechnie piątkowego postu. **Post ścisły obowiązuje w naszym Kościele w Środę Popielcową oraz w Wielki Piątek.** Polega na powstrzymaniu się od spożywania mięsa z wyjątkiem ryb i ograniczeniu posiłków. Post obowiązuje wszystkich pełnoletnich od 14 do rozpoczęcia 60 roku życia.

Zbliżając się do świąt Wielkiej Nocy, życzymy wszystkim wytrwania we wszelkich wielkopostnych postanowieniach. *oprac. Zofia Szkoc*



Msze Święte w niedziele i święta nakazane o godz. 12:30

Możliwość Spowiedzi Świętej

Heilbronn	w niedziele	po Mszy św
Ludwigsburg	w czwartki	od godz. 18:30 do 19:00
	w piątki	od godz. 18:00 do 18:30
	w soboty	od godz. 18:00 do 18:30

Msze św. w Ludwigsburgu:

czwartki -19:00, w piątki -18:30 soboty 18:30, w niedziele 10:15 i 18:30



Ks. Eugeniusz Bartnik	Proboszcz	beugeniusz@gmx.de	☎ 07141 251012 0177 5571367
Ks. Piotr Janaszczyk	Wikariusz	pjanaszczyk@wp.pl	07141 7889131 0152 07484601
Alicja Duczkowska	- Biuro Parafialne w Ludwigsburgu	parafia.lb@web.de	07141 893369
Zofia Szkoc	Redakcja ARKI		Fax: +49 7141 893368 07130 400345