



KEUSKUPAN MALANG (THE DIOCESE OF MALANG)

Jalan Guntur No. 2 Malang 65112
INDONESIA - Telepon (0341) 362524 - Fax. (0341) 323744
E-mail: malangkeuskupan@gmail.com

**PERATURAN PANTANG DAN PUASA
KEUSKUPAN MALANG tahun 2017**

Masa Prapaskah/Waktu Puasa Tahun 2017 dimulai pada hari **Rabu Abu**, 1 Maret sampai dengan hari Sabtu, 15 April 2017.

“Semua orang beriman kristiani menurut cara masing-masing wajib melakukan tobat demi hukum ilahi” (KHK k.1249). Dalam masa tobat ini Gereja mengajak umatnya “secara khusus meluangkan waktu untuk berdoa, menjalankan ibadat dan karya amal kasih, menyangkal diri sendiri dengan melaksanakan kewajiban-kewajibannya secara lebih setia dan terutama dengan berpuasa dan berpantang”.

Dalam Masa Prapaskah kita diwajibkan:

1. Berpantang dan berpuasa pada hari Rabu, 1 Maret dan hari Jumat Suci, 14 April 2017. Pada hari Jumat lain-lainnya berpantang saja.
2. Yang diwajibkan berpuasa adalah semua yang sudah berumur 18 tahun sampai awal tahun ke enam puluh (KHK k.1252).
3. Puasa artinya: makan kenyang satu kali sehari.
4. Yang diwajibkan berpantang: semua yang sudah berumur 14 tahun ke atas (KHK k.1252).
5. Mengenai pantang, hendaklah tiap keluarga atau kelompok atau perorangan memilih dan menentukan sendiri, misalnya: pantang daging, pantang garam, pantang jajan, pantang rokok atau pantang dari kecanduan pada yang kurang sehat, misalnya pantang nonton tv pada jam-jam tertentu demi menemani anak-anak belajar.

Malang, 18 Februari 2017

Mgr. Henricus Pidyarto Gudawan O.C.M.
Uskup Keuskupan Malang

