

OBSAH

Úvod	5
1. Postní praxe rané církve	7
2. Půst – lék pro tělo i duši	13
3. Půst jako boj s vášněmi a neřestmi	23
4. Půst a modlitba	37
5. Půst – cesta k osvícení	51
6. Půst dnes	61
Závěr	77

