

POSTNÍ PRAVIDLO* NA VELKÝ PŮST A STRASTNÝ TÝDEN 27.2. - 16.4.2023

Ghram Nejsvětější Trojice

Pravoslavná církevní obec v Sokolově



PONDĚLÍ

ÚTERÝ

STŘEDA

ČTVRTEK

PÁTEK

SOBOTA

NEDĚLE

1. týden Velkého půstu

27. února



28. února



1. března



2. března



3. března



4. března



5. března



2. týden Velkého půstu

6. března



7. března



8. března



9. března



10. března



11. března



12. března



3. týden Velkého půstu

13. března



14. března



15. března



16. března



17. března



18. března



19. března



4. týden Velkého půstu

20. března



21. března



22. března



23. března



24. března



25. března



26. března



5. týden Velkého půstu

27. března



28. března



29. března



30. března



31. března



1. dubna



2. dubna



6. týden Velkého půstu

3. dubna



4. dubna



5. dubna



6. dubna



7. dubna



8. dubna



9. dubna



Strastný (Pašiový) týden

10. dubna



11. dubna



12. dubna



13. dubna



14. dubna



15. dubna



16. dubna



PASCHA

Poznámky: Velký půst (svatá čtyřicátice), od čistého pondělí do Lazarovy soboty (před Květnou nedělí) - **středa, pátek** - suché stravování (voda, chléb, ovoce, zelenina, kompoty); **úterý, čtvrtek** - teplé jídlo bez oleje; **sobota, neděle** - jídlo s rostlinným olejem a víno. **Výjimky:** 1. **Zvěstování přesv. Bohorodice** (7.4.), kdy (není-li strastný týden) je povolena ryba; 2. **Lazarová sobota** - je povolena kaviár, olej a víno; 3. **Květná neděle** - je povolena ryba, olej a víno. **Strastný týden** (poslední týden před Paschou) - od pondělí do středy suchá strava (a to až po třetí hodině odpolední). Je to týden, kdy by se každý měl snažit postit se co nejpřísněji. Na Velký pátek by se nemělo jíst vůbec. Ve čtvrtek a ve Velkou Sobotu je povolena teplá strava bez oleje - na posílení před celonočním bděním.

Vysvětlivky



suchá strava



chléb a voda



teplá strava



rostl. olej



víno



rybí kaviár



ryba



přísný půst do 18:00

*tento kalendář je sestaven dle pravoslavného typiku pro kláštery, proto by se měl každý křesťan obrátit na svého duchovního otce pro požehnání postního pravidla, které bude pro něj nejvhodnější.