

V postní praxi se v Katolické církvi velmi mnoho změnilo. **Pavel VI. zrušil půsty, zanechal jen 2 dny půstu v roce**

P. Stanislav Příbyl, CSsRJI 2, 12–18

25.02.2004

<http://kapky.eu/?p=21063> V postní praxi se v církvi velmi mnoho změnilo. Jestliže dříve platil půst újmy nebo zdrženlivosti od masa v různé dny, bylo v praxi tolik výjimek, že nikdo nevěděl, na čem vlastně je. Papež **Pavel VI. tělesný půst** jako církevní předpis velmi zmírnil, můžeme dokonce říci, že jej **téměř zrušil. Ponechal pro celou církev jen dva postní dny, Popeleční středu a Velký pátek.** Pro ostatní dny, tedy pro pátky, není půst od masa ani půst újmy závazný. Je jen doporučený. O pátcích si máme sami dobrovolně ukládat nějaké úkony kajícího. Půst je ze života věřících téměř odstraněn, ale postní doba, kterou začínáme, je i nadále nezměněna

Na dolním Valašsku se půst tvrdě dodržoval **ještě před druhou světovou válkou.** V dodržování půstu nebylo jednoty. Ti nejhrořivější zachovávali **půst po celých čtyřicet dnů,** nejčastěji se však udává pouze středa a pátek jako dny velkého postu. Někteří, zvláště pak staré pobožné ženy, nejedli celý den ničeho a teprve večer pojedli neomaštěnou kyselici.

<http://www.fos.cz/encyklopedie/objekty1.phtml?id=111483>

Vánoce na Valašsku - historický pohled. Zima se v lidové stravě ohlásila dlouhým předvánočním půstem o adventu.

<http://ic.hukvaldy.eu/encyklopedie/objekty1.phtml?id=111490>