

O b s a h

Úvodem	3
1. Mají se postit všichni křesťané?	4
2. Jak se mám připravit na půst?	5
3. Jaký je účel půstu?	10
4. Jak dlouho se mám postit?	12
5. Co se děje během půstu?	14
6. A co nežádoucí tělesné reakce?	16
7. Jak mohu získat z půstu co nejvíce užitku pro tělo?	19
8. Jsou rozdílné druhy půstu?	20
9. Šabat a půst?	22
10. Jak mám ukončit půst?	26
11. Shrnutí	27

Původní název: How to Fast Successfully

© Derek Prince Ministries

© 1990 Vydavatelství LOGOS, U Pekařky 1, Praha 8

1. vydání 1990

Biblické citáty jsou uvedeny podle těchto překladů:
Ekumenický (E), Kralický (K),
New International Version (NIV)

ISBN 80-85335-02-6