

Рождественский пост 2021–2022

РОЖДЕСТВЕНСКИЙ ПОСТ — последний многодневный пост в году. Он начинается 28 ноября и заканчивается 6 января.

Целью поста является духовное очищение человека и подготовка к празднику **РОЖДЕСТВА ХРИСТОВА (7 января)**.

ноябрь							FOMA.RU
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	
22	23	24	25	26	27	28	
ноябрь		декабрь					FOMA.RU
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	
29	30	1	2	3	4	5	
							
декабрь							FOMA.RU
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	
6	7	8	9	10	11	12	
							
декабрь							FOMA.RU
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	
13	14	15	16	17	18	19	
							

декабрь						FOMA.RU
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
20 	21 	22 	23 	24 	25 	26 
декабрь					январь	
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
27 	28 	29 	30 	31 	1 	2 
январь						FOMA.RU
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
3 	4 	5 	6 строгий пост Рождественский сочельник	7 поста нет Рождество Христово	8	9

Условные обозначения:



Сухоядение
(хлеб, фрукты,
овожи, компоты)



Разрешена
горячая пища
с растительным
маслом



Горячая пища
без масла



Разрешена
рыба

В пост не разрешается:



мясо



птица



молочные
продукты



яйца

* Календарь составлен по строгому монастырскому уставу. Миряне (не монахи), как правило, постятся в Рождественский пост мягче — согласуя это со своим духовником и в зависимости от своих жизненных обстоятельств.