

---

Subject: Pravilno postitjsja...

Posted by [Viktorija](#) on Mon, 05 Feb 2007 18:47:33 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zdravstvujte! Priblizhaetsja Velikij post, a u menja problema, strah pered nim :(Ja nedavno priwla k vere; na prowlij Velikij post pervij raz postilasj...bez opita, i mne stalo ,skazhim mjagko-plohovato ,sdavala krovj, vra4 skazala, 4to u menja upal gemoglobin, 4to ja dolzhna objazateljno estj mjaso..., vra4-dumaju, ne verujuwaja, vedj mjaso mozhno 4em-to zamenjatj. Znaju, 4to vinogradnij sok, granati, swekla powiwajut gemoglobim, no ho4ju znatj boljwe. S prowlogo Velikogo posta ja boljwe ne postilasj, ne mogu preodoletj strah. Podelitesj, pozhalujsta svojim opitom v postah. Budu o4enj blagodarna!

---