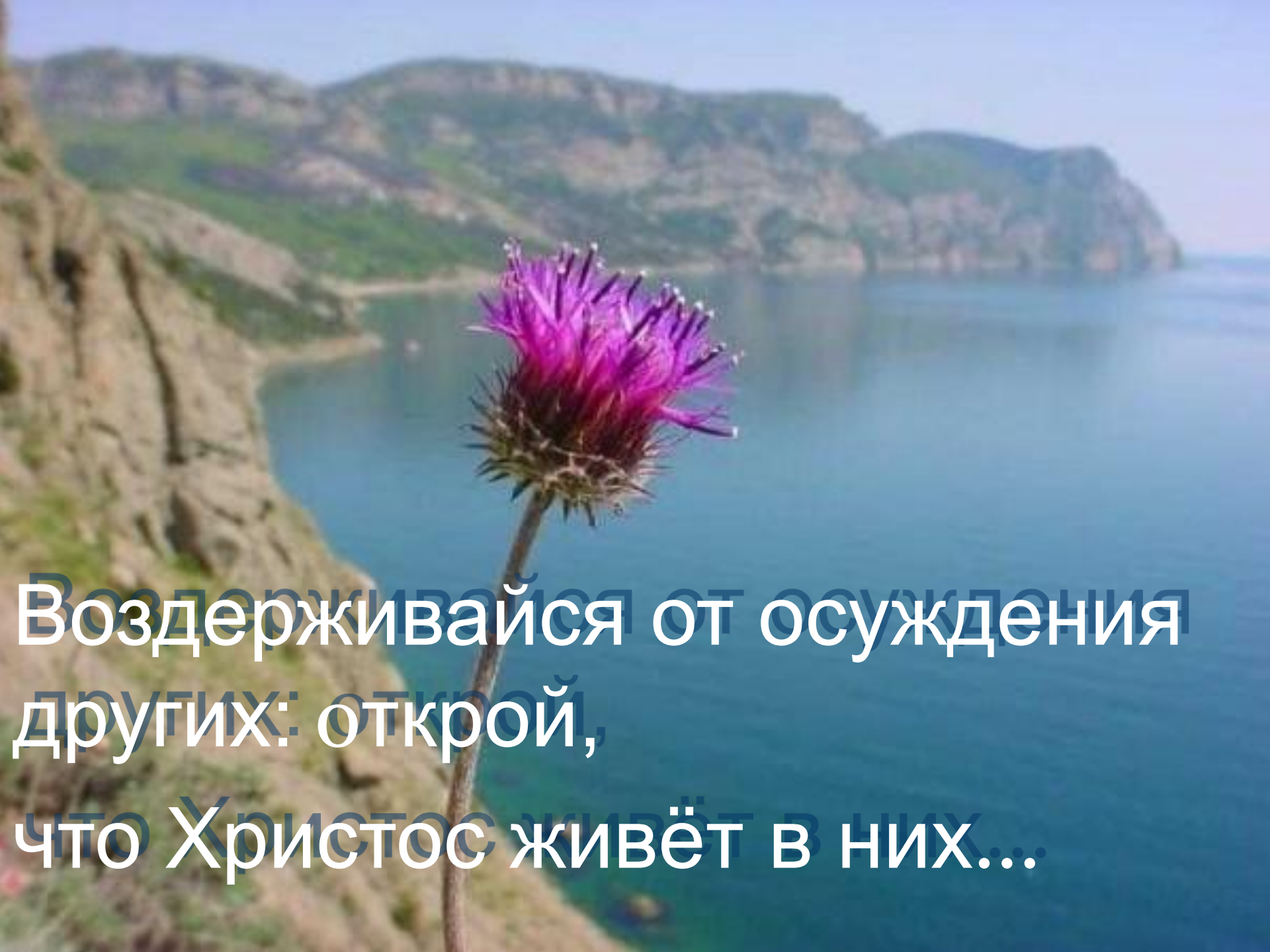
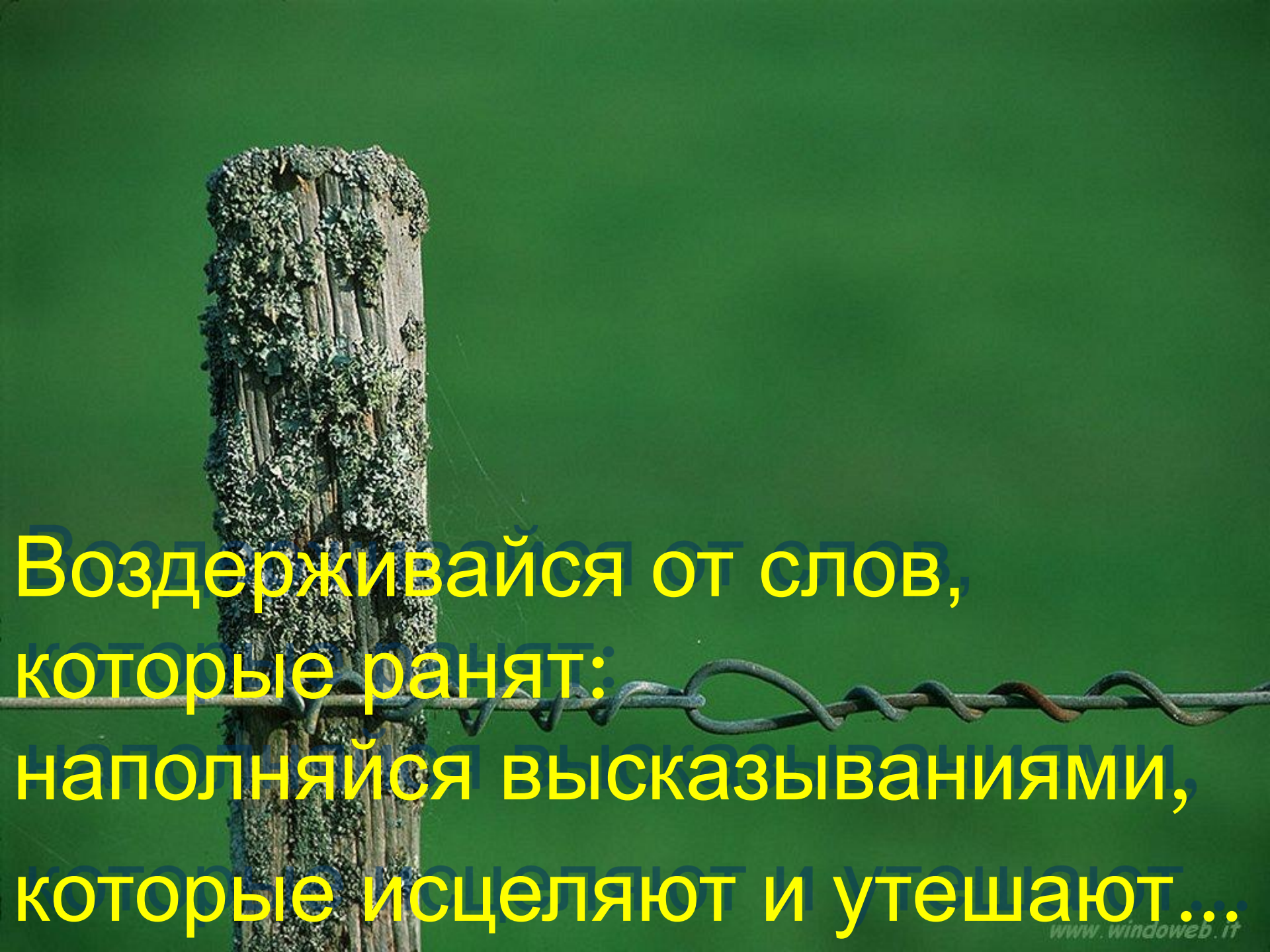




ПОСТ, КОТОРЫЙ УГОДЕН БОГУ...

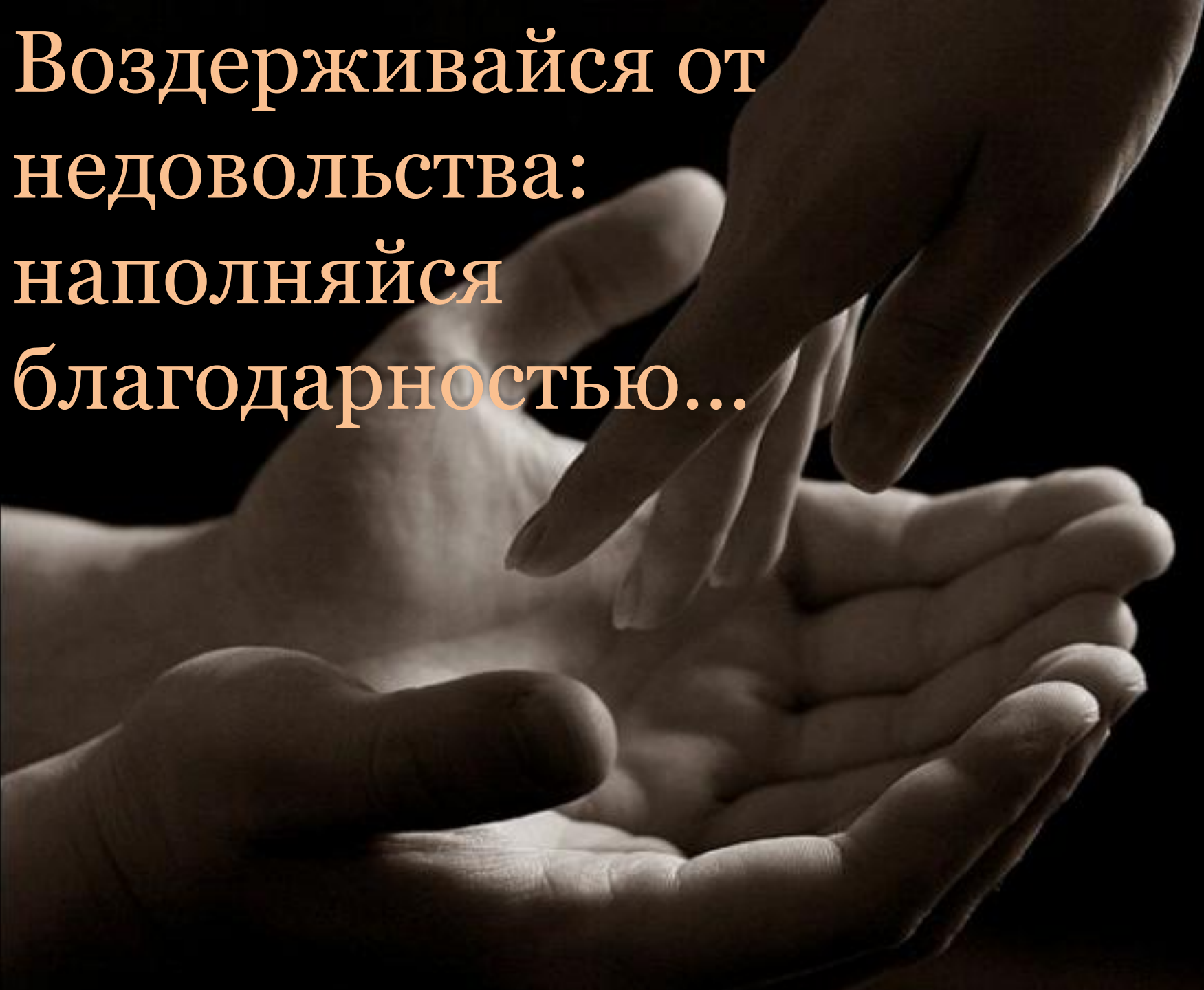


Воздерживайся от осуждения
других: открой,
что Христос живёт в них...

A vertical wooden post, heavily covered in green moss and lichen, stands against a solid green background. A single strand of rusty, twisted metal wire, resembling barbed wire, runs horizontally across the lower half of the image, passing behind the text.

Воздерживайся от слов,
которые ранят:
наполняйся высказываниями,
которые исцеляют и утешают...

Воздерживайся от
недовольства:
наполняйся
благодарностью...



A dramatic landscape painting of a sea under a stormy sky. The sky is filled with dark, swirling clouds in shades of grey, brown, and white, with a hint of blue light breaking through near the horizon. The sea is a deep, vibrant blue-green, with whitecaps visible in the distance. The overall mood is one of intense, turbulent energy.

Воздерживайся
от ярости и злобы:
наполняйся терпением...

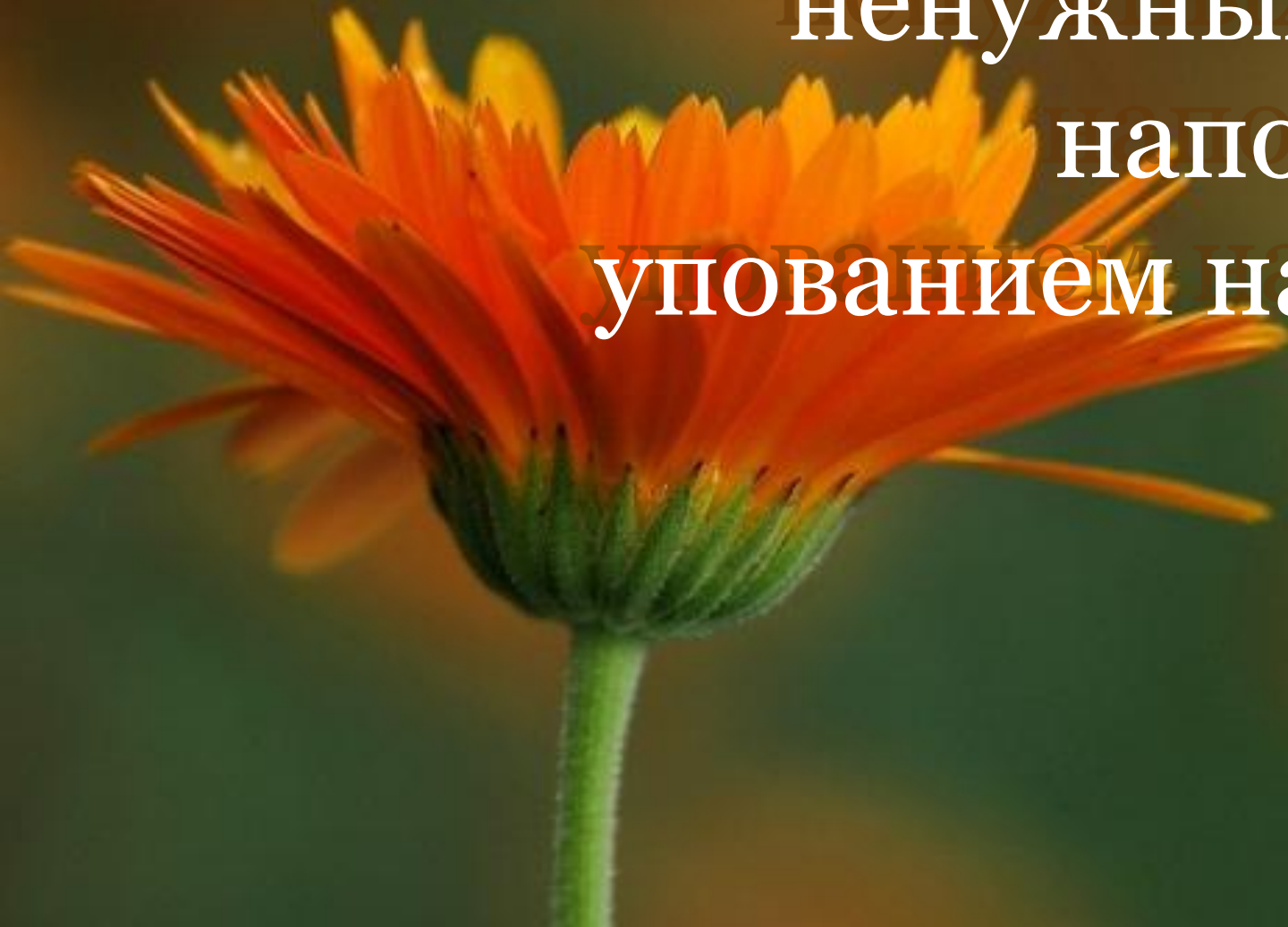
A sepia-toned photograph of a young boy and girl. The boy, on the left, is wearing a light-colored t-shirt and is kissing the girl on the cheek. The girl, on the right, is wearing a dark long-sleeved shirt and a patterned skirt, and is holding a large, light-colored teddy bear. They are standing outdoors, with a cloudy sky in the background. The text is overlaid on the bottom half of the image.

Воздерживайся от гнева:
наполняйся любовью
и примирением...

Воздерживайся от
пессимизма:
наполняйся христианской
надеждой...

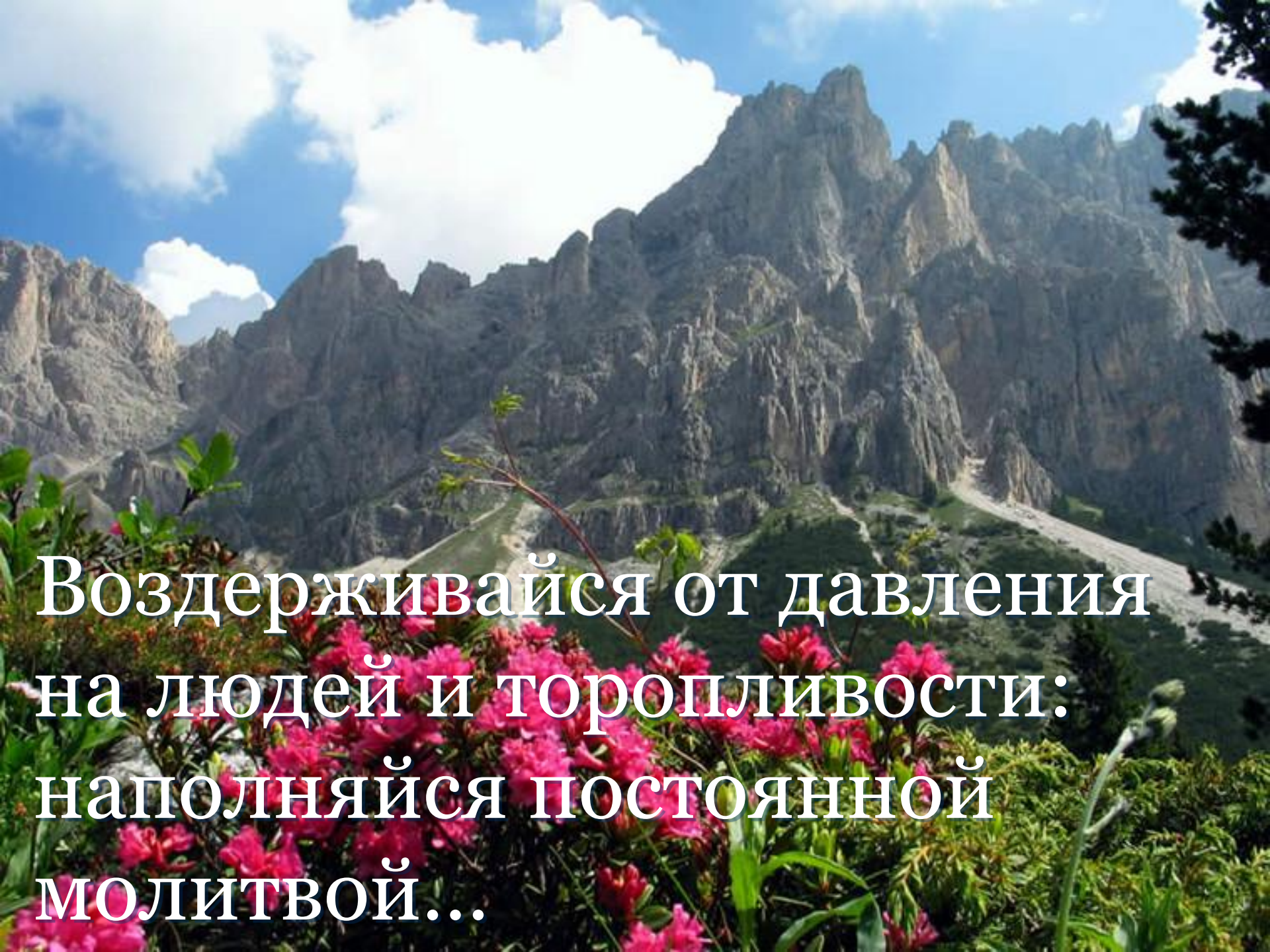


Воздерживайся от
ненужных забот:
наполняйся
упованием на Бога...



Воздерживайся от жалоб,
Наполняйся уважением к
чуду,
Которое называется
ЖИЗНЬ...

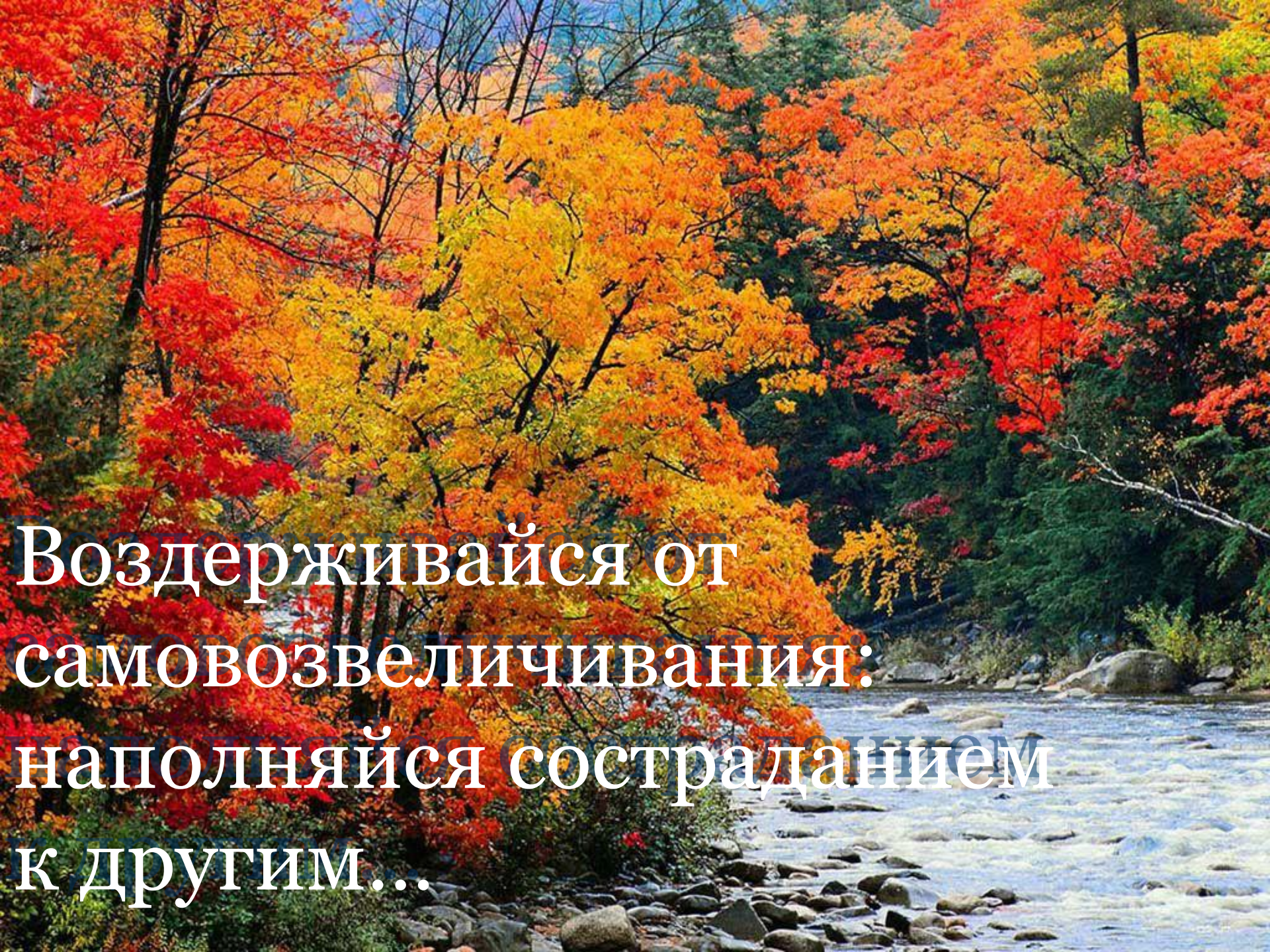




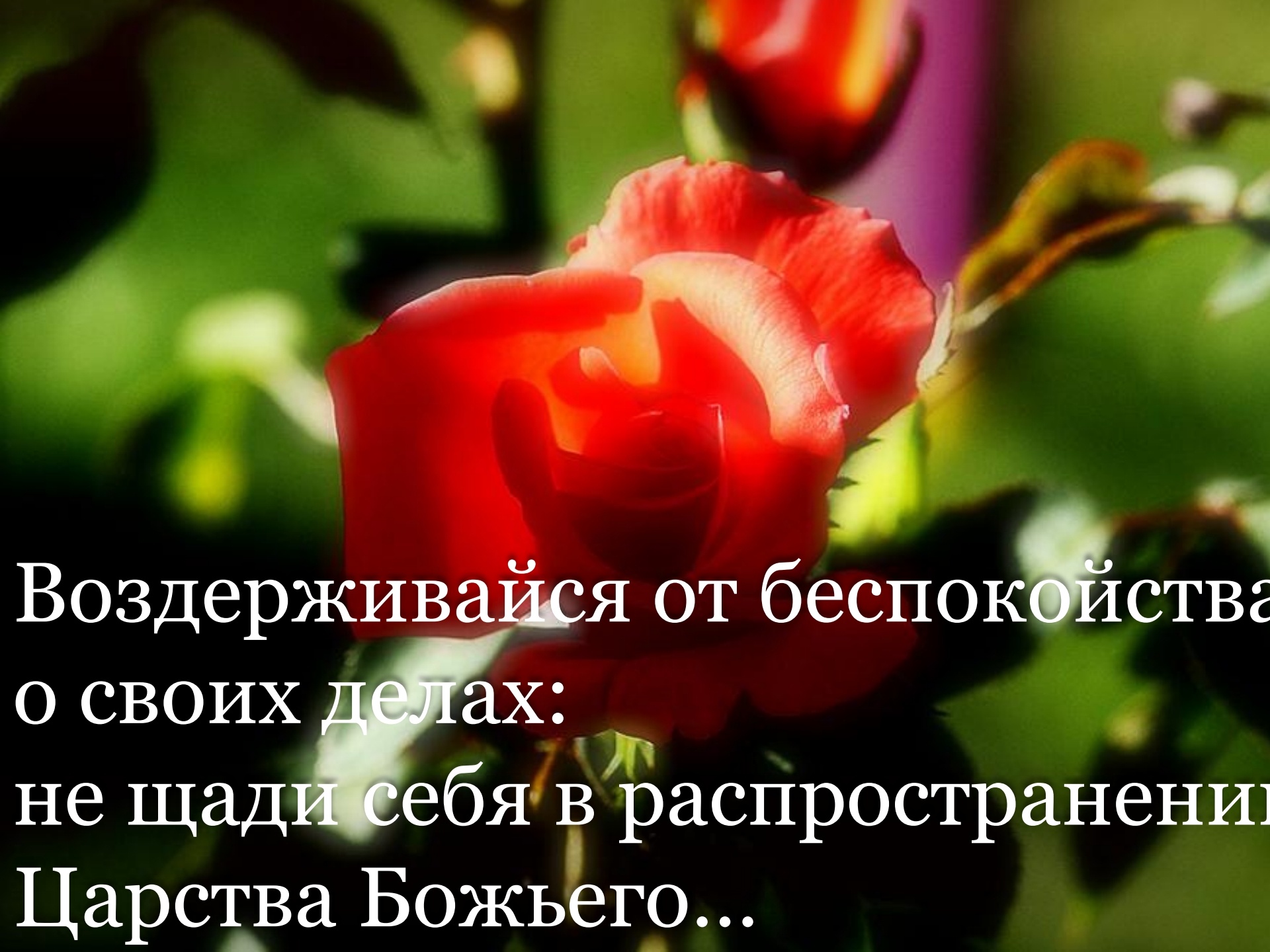
Воздерживайся от давления
на людей и торопливости:
наполняйся постоянной
МОЛИТВОЙ...



Воздерживайся от огорчения:
наполняйся прощением...



Воздерживайся от
самовозвеличивания:
наполняйся состраданием
к другим...



Воздерживайся от беспокойства
о своих делах:
не щади себя в распространении
Царства Божьего...



Воздерживайся от
подозрительности:
наполняйся открытостью и



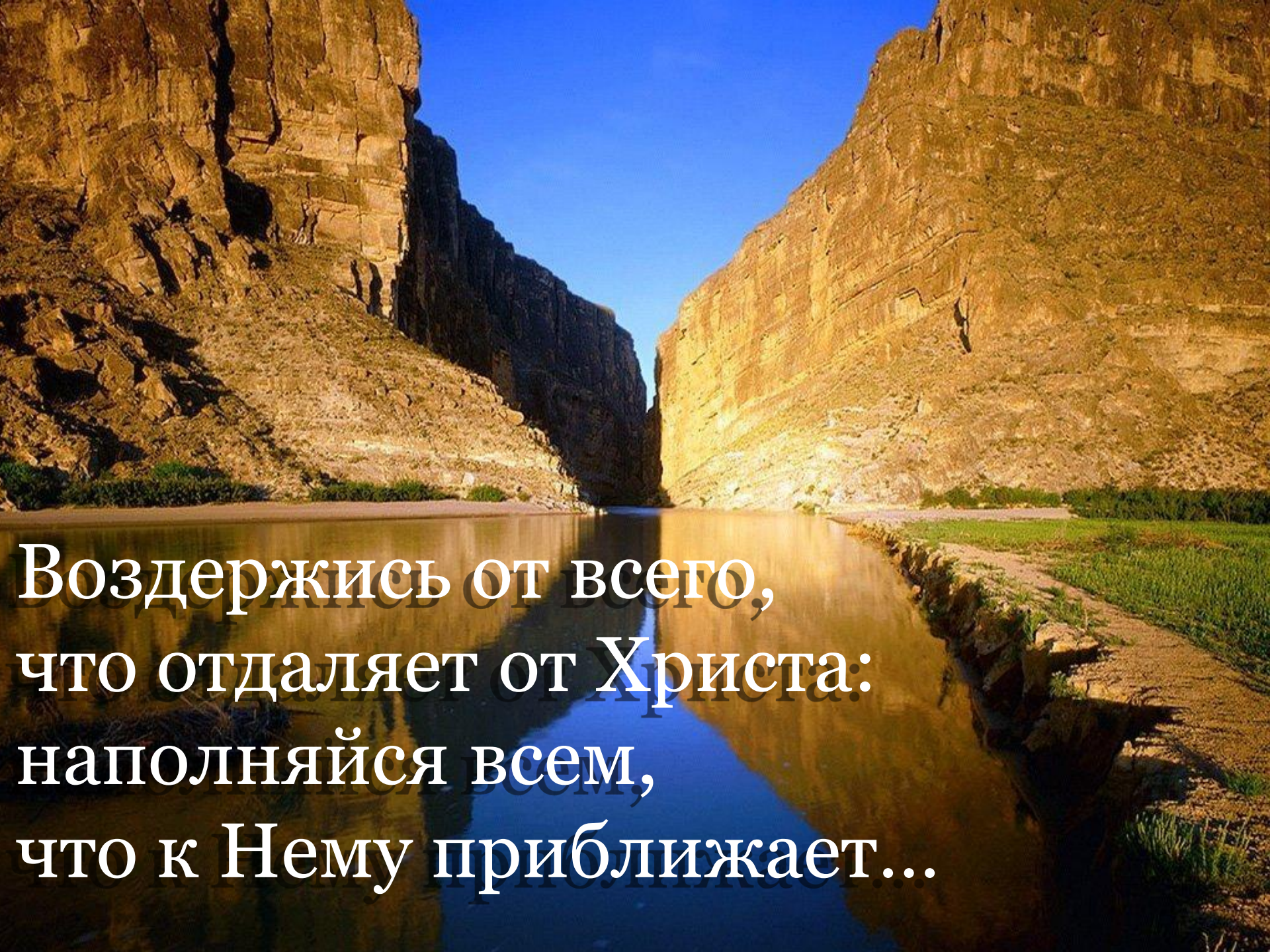
Воздержись от уныния и упадка
духа:
наполняйся энтузиазмом в вере...

A white dove is captured in mid-flight, its wings spread wide, moving from left to right. To the left of the dove is a dark, ornate metal cage with a domed top and vertical bars. The background is a solid dark color, making the white dove and the metallic cage stand out. The text is overlaid on the lower half of the image.

Воздерживайся от зависимостей
и привязанностей:
наполняйся покоем и свободой...



Воздерживайся
от тяжких грехов:
наполняйся милосердием Бога...



Воздержись от всего,
что отдаляет от Христа:
наполняйся всем,
что к Нему приближает...

Святой Дух,
Ты привёл Иисуса в
пустыню, где Он постился
40 дней и 40 ночей,
через заступничество
Пресвятой Богородицы,
Матери Иисуса и моей,
помоги мне поститься
так, как хочешь Ты...



A wide-angle photograph of a sandy beach at sunset or sunrise. The sky is a deep blue with scattered white clouds. The ocean is a vibrant blue, with white foam from the waves washing onto the shore. In the foreground, a heart shape is drawn in the sand, its outline filled with a darker, possibly wet or shadowed material. The word "АМИНЬ" is written in large, bold, yellow Cyrillic letters across the lower part of the heart shape.

АМИНЬ