

**Отвечает: Александр Серков**

**Мир Вам, Юлия.**

Первое упоминание о посте связано с Моисеем и с законом Божьим.

"И пробыл там Моисей у Господа сорок дней и сорок ночей, хлеба не ел и воды не пил; и написал на скрижалях слова завета, десятословие" (Исх.34:28).

С уважением, Александр Серков.