

дасть нѣкѣю ѿрадѣ и оутрѣва оустѣмъ: да оубѣща-
 етъ намъ пагоднѣвныя чреды, пріснѣ просѣщаа, и ни-
 когдаже престающаа: пріемлющаа днесь, и завтра за-
 бывающаа: егда насытитса, ѡ воздержаніи любовѣдр-
 ствуетъ: егда же издѣтса, забываетъ оуставленаа.
 Постъ заимованіа естѣственнаго не вѣсть, не смердитъ
 лихвами трапѣза пестѣщагоса: не даватъ сѣраго ѡтро-
 ка постникова лихвы ѡтчи, ꙗкоже зми ѡплетающіиса.
 Инакъ же вина въ веселіе естъ, еже поститса: ꙗкоже
 во жажда сладко питіе оуготсвѣдетъ, и глады предва-
 ривъ сладостнѣ оустроетъ трапѣздъ: такъ и брашенъ
 воспріятіе постъ свѣтитъ: средство бо себѣ предло-
 живъ, и частое пиши пресѣкъ, любезно ти воспріятіе
 постъ сотворитъ, ꙗкъ ѡходѣе. Тѣмже аще хощеши
 себѣ вождѣленнѣ сотворити трапѣздъ, пріими еже ѡ по-
 стѣ предложеніе: ты же, ѡ еже зѣлѣ пишею содержати-
 са, забывъ еси себѣ, возбранѣа пишѣ, и ѡ сластолюбіи
 сласть ѡбезчѣшаа: ничтоже бо такъ возжелѣнно ꙗкоже
 не съ частостію воспріятіа оудѣвь превѣдимо бывати:
 а ꙗже скѣдочно стажаніе, сѣхъ потщѣтельно воспріят-
 тіе. сѣце и создавый насъ, чрезъ еже въ житіи измѣ-
 неніе превывати въ насъ благодѣти данныхъ оухитри.
 Не зриши ли, ꙗкъ и солнце свѣтлѣйше естъ по ноци,
 и вѣрость сладостнѣйша по снѣ, и здравіе любезнѣйше
 по ѡскусѣ сопротивныхъ и трапѣза оубѣ радостнѣйша
 по постѣ, подобнѣ оубѣ богатымъ и благотрапѣзнымъ
 подобнѣ же простымъ, и самоуготовленнымъ пишею;
 оубойса притчи богатаго ѡнаго, егѣже предаде огню
 ꙗже въ житіи пиша: не бо ѡ неправдѣ, но ѡ ѡбильнѣ пи-
 ши ѡсѣжденъ бысть, пражашеса въ пламени пѣщѣмъ.
 ꙗкъ оубѣ да оугасимъ ѡный огнь, воды потреба, и
 не къ будущымъ тѣчию полезенъ естъ постъ, но и са-