

мой плоти полезнѣишъ: ѿже бо до концѧ здравїѧ пре-
 брашенїѧ ѿмѹтъ ѿ препѧданїѧ. ѿблѣнѡшѹса естество,
 ѿ носити таготѹ здравїю не могѹшѹ. Зри, да не ѿпле-
 вѧѧ нынѣ водѹ, послѣжде капли возжелѧеши, ѿкоже ѿ
 богѧтый. никтоже пїѧнъ бысть ѿ воды: никогѹже главо
 поволѣ когда, водою ѿтагчѧна: никтоже чѹждыхъ ногъ
 вострѣбова съ воднымъ питїемъ живый: никомуже съ-
 зѧсѧа ноги, ниже комѹ рѹки непотрѣбны быша, водою
 напаѧемы: еже бо въ варенїи стомѧха нѣмошное, еже
 питѧюшымъ нѹждѣ послѣдѹетъ, сїѣ сѣбѧѧѧ недѹгва-
 нїѧ тѣлѣсѣмъ содѣловаетъ. Постѧщагѹса чѣстенъ видъ
 не въ червлѣнъ безстѹднѹ прѣцвѣтѧѧѧ, но блѣдостїю,
 цѣломѹдрїѧ оѹкрашенъ: ѡчиѧ кротекъ, чинно стѹпанїе,
 лицѣ смысленно, недѣржымъ смѣхѹмъ недосаждаемо,
 оѹмѣренїе словѧ, чистота сердца. Помѧнї сѹщихъ ѿ вѣ-
 ка свѧтыхъ, ѿхъже не вѣ достѡннъ мїръ: ѿже ходїша
 въ мїлостехъ ѿ въ кѡсїѧхъ кѡжахъ, лишаѧеми, ѿскорбѧѧе-
 ми, гонїми, ѿсловѧѧеми (Евр: гл. 11): ѡныхъ подра-
 жѧѧ житїю, ѡще въискѹеши тѣхъ чѧсти: что Аѧзара
 оѹпоксѧ въ нѣдрѣхъ Авраѧманыхъ; не постъ ли; И Іо-
 ѡанново житїѣ едїнъ постъ вѧше, ѿже ни ѡдрѧ ѿмѧше,
 ни трапѣзы, ни земли ѿрѣмыѧ, ни ѡрющагѹ волѧ, ни
 жїта, ни житницы, ниже ѿно что ѿ сѹщихъ въ житїи:
 сегѹ рѧди всѧѧ въ рожденныхъ женѧми не воста Іо-
 ѡанна Крестїтелеѧ. Пѧвѧла со инѧми: ѿ постъ, егѡже въ
 скорбныхъ похвалѧнїихъ причтѣ, на нѣво возведѣ третїѣ.
 Главо же надъ глѧголемымъ, Господь нѧшъ, постѡмъ
 плоть, ѿже за ны воспрїѧтъ, оѹтвердѧвъ, сїѣ тѣмъ
 дїавѡли прилогн подѧтъ: нѧсъ наказѡѧ въ постѣхъ по-
 мѧзѡвати, ѿ ѡбѣчѧти себѣ къ сѹшымъ во ѿскѹшенїихъ
 подвїгѡмъ, ѿ сопостѧтъ скѹдостїю ѿкоже винѹ дѧвъ:
 непрїстѹпенъ въ вѣ емѹ рѧди вышѡты Божества, ѡще