

الناس حریص علی مانع بر معاودت حریص که در بلکه حسن حمل کجا  
 و از نه و باید که در نظر اولت اکل و شرب و لباس فاخر را مخفی  
 کنند و در خاطرش مکنوز کرده اند که جامهای بلون و منقش شده  
 زناست و مردان باید که خود را ازین مترفع دارند و مطلق نظر آب  
 و علف ساختن عادت بهایست و اول ادا ب طعام خوردن  
 چنانچه خواهد که او را بیا موزند و تقویت کنند که عرض از خوردن  
 لذت و اغذیه و اثر بر نیز را دور است که بان دفع عجز و عطش  
 کنند و چنانکه او را بقدر ضرورت و مصلحت دفع مضر نماید  
 باید که در اغذیه و اثر بر نیز بقدر سد جوع و دفع عطش باید او را  
 از تقن طعام منع کنند و باقتضای بر یک طعام مایل باشند  
 او را ضبط کنند تا بهر طعام اختصار تواند کرد و بکند ای مشغول  
 نباشد و گاه گاه او را نان تهی دهند تا بوقت ضرورت بان  
 تواند ساختن و این آداب از اغنیای نیکوتر باشد و شام از  
 چاشت بیشتر دهند تا در روز خواب و کسالت بر و غلبه کند  
 و کوشش با اعتدال دهند تا موجب ثقل و ملالت نشود و از علما

دو

و مین و اطعمه سر بوی الاستحباب او را منع کنند و از آب بر میان  
 طعام خوردن منع کنند و هر چند عکس از مسکات اجتناب  
 و اجتناب در در که دکان بحسب عقل مبالغه بیشتر است بر نفس  
 و بدن ایشان مضرت و بر غضب و تهور و وقاحت و طش  
 باعث شود و این ملکات رو به در دستگی کرده بلکه او را از این  
 اینطایفه بی مصلحتی منع باید کرد و از سخنان قبیح شنیدن مانع  
 باید شد تا از وظایف آداب فارغ نشود و تعیین نام نکند طعام  
 دهند و از کارهای پوشیده کردن او را منع کنند تا بر قیاح دیگر  
 چه این باعث بر پوشیدن نماید بود که در آن فعل تصور کرده  
 باشد و از خواب روز و از خواب بسیار در شب منع کنند  
 و از جامه نرم و اسباب تنعم مثل خیش و سردار در تابستان  
 و از پوشیدن در زمستان اجتناب دهند و حرکت پیاپی  
 رفتن و سواری کردن در ریاضات مناسبه و رعایت  
 دهند و آداب خواستن و شنیدن سخن گفتن چنانچه خواهد  
 او را بیا موزند و بر بیت موی و شربین و ملا بس زنان او را

قیحی