

**T.B.M.M**

DDC :  
YER : 74-2229  
YIL :  
CLT :  
KSM :  
KOP :  
DEM : 74-4178

**KÜTÜPHANESİ**

( مصحح )

وظائف اطفال

معارف عمومیہ نظارت جلیلہ سنجہ مکاتبہ قبول اولنشدن

اثر

مصطفیٰ مامی باشا

حق طبع و نشری مطبعہ عامریہ عائددر



مطبعہ عامریہ

۱۳۱۹

## وظائف اطفال

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

جدوئنای لایعد اول مربی حقیقی به احرا والیقدر که بزى  
تکنسای عدمدن فستحسرای وجوده کتیروب کنسدى خیر  
وشرحسرى بیلمز ویوزومزدن سینکی قوغغه کوچز یتمز ایکن  
مزاج واشتهامزه کوره بیهجک وایچه جکمزى ویردى ومحض  
عنایتدن نورفکر واذعان ایله مخلوقات سائرهدن فرق وتمیز  
بیوردی وصلاة وسلام بیحد پیغمبرمن افندمن (محمد مصطفی)  
صلی الله تعالی علیه وسلم حضرتلرینه شایان ووافقدر که حق تعالی  
حضرتلرینک اوامر عایهسنی بزه تبلیغ ایله طوغری یولی  
کوستردکن وبربریمزله قرداش کبی کچمنه نك اصولنی اوکرتدکن  
ماعداهذب اخلاقه چالیشمقاغمزی امر ایلدیلر .  
وتحیات زکیات آل واصحاب سعادت آیات حضرآنه سزا  
واحددر که انلرک طوتدقلری یوللر بزه کوره برر شاهراهدایت  
وموصل سرمزل فوز وسعادندر .

خفی دکدرکه انسان یالکز کوریلن صورت ظاهره سیله  
 انسان اولیوب بلکه واجب تعالی حضرتلرینک کندیسنه احسان  
 بیورمش اولدینی جوهر کرانبهای عقل ایله حیوانات سائرهدن  
 کسب امتیاز ایلدیکی کبی اول جوهر دخی دستگاہ تربیده  
 صیقل نور معارفله جلالاندقجه اهل عرفان نظرندہ دکرمز  
 اولدینی وهرشیدن اول سوء اخلاقی دعوت ایدر شیلردن  
 نورسیدکانک منعیله کلغنجہ عقل هیولانیلرینی نسیم تربیه وتعلیم  
 ایله آچدرمق الزم واهم بولندیغی جهتله اشبو عصر معارفحصرده  
 معنأ ومادہ آن بآن مشهود باصرہ اذعانمز اولان آثار تسهیلیه  
 برعلاوہ ناچیزانه اولمق امنیه سیله اطفالک تهذیب اخلاقنه مدار  
 اولدجق صورتده وهرچوجفک آکلایه بیله جکی مرتبهده اشبو  
 رسالہ ناچیزانه نک جمع وتالیقیله واصلنه دخی نصفندن زیاده  
 مقداری علاوہ سیله « زبده العلوم » کتابمزه مقدمه اتحاد اولندی  
 جناب حق جلہدی توفیقات الہیہ - نہ مظهر بیورسون آمین \*

مصطفیٰ مامی



## ❖ مقدمه ❖

چو حقلر . بو عالمده انسان بر حیات اولدقجه کندیسنه ایکی طریق واردر که بری طریق نجات و سهـ عادت . دیگر ی طریق فلاکت و ندامتـدر . ایعدی پدر و والـده کزه خیرا خلف اولمق و حسن صیت قازانه رق خیر ایله یاد اولنمق ایستر ایسه کز طریق فضیلتـه سلوک ایله جبل متین سلامتـی قویجه طوتملی و سهـ عادت ابدیه کزی بو بولده آرا ملیسکز .

فلاکت و ندامت کتیریمچی یوللره صاپانلر ایسه تربیه لریته همت اولنمیان و تحصیل هنر و معارفده چالیشدی رلمیان یا خود چالیشمیانلر در . ایشته بونلر دنیا و آخرتده بر خوردار اوله میوب ایکی جهانده درلو درلو فلاکت و ندامتلر چکـرک اقران آراسنده خور و حقیر اولدقلر نندن ماءـدا بو کبی یاراماز چو جقلر پدر و والـده لرینی دخی بدنام ایدر لر . کور عز میسـکز که فقرانک چالیشقان و معلوماتلی چو جقلری اغنیا و کبرانک تنبل و معلوماتسز چو جقلرینه هر وجهله ترجیح ایدیلور بونک حکمتی ایسه هر یرده علم و معرفت انسانی عزبـز و مقبول طو تدبغی کبی جهالت دخی هر کسی خور و حقیر ایدر .

بزی یوقدن وار ایدن حق تعالیٰ حضرت قاری عالمی اویله توزل  
 ومنتظم وضع وقانون اوزره یار آتمشدرکه بوفانی دنیا ده بولندجه  
 هرکس بولندیقی صنفده چالیشهرق مدار تعیشنی یعنی کیمه جانی  
 تدارکه مجبوردر ایشه بوکا اصل واسطه ایسه عیو هنردرکه ودخی  
 چوجقلق زماننده کسب اولنور .

بونک ایچون شفق آتدقدن صکره کونش طوغمه سیله برابر  
 صباح اولدقده جله مخلوقات وحقی قوشلر بیله بولندقاری حال  
 سکوتدن حرکت کلیلر یعنی اویایوب ایشلرله مشغول اولورلر  
 ایشه بومشغولیتله طبیعی بر یورغونلق کله جکندن بونک منع  
 ودفعی ایچون دخی کیمه خلق بیورلمشدرکه اقسام اولدقده  
 یر یوزنی بر قراقلق قاپایوب بوزمانده خلق استراحتده وار برلر  
 بوسایده کوندوزلری مشغولیت سببیه صرف اولنان قوت  
 اویقو اویومقله یکیدن قازانیلور .

بونجه اشجار ونباتاتک نشو و نما بولدیغنی وانمارک اجناس  
 متعدده اوزره لذاند مختلفه کسب ایلدیکنی وازهار کونا کون  
 حاصل اولدیغنی یکنظرده مشاهده اتمکده یز . ایشه بونلرکجه سی  
 جناب واجب الوجود حضرتلرینک اراده علیه و مشیت ازلیه سیله  
 وجوده کلمشدرکه هر نه یه نظر اولنسه صنع الهمیدن ماعدا بر ماده  
 گورلمدیکندن عقل بشر حیرته اولمغله آرتق بزم ایچون :

سبحان من تحير في صنعه العقول

سبحان من بقدرته اعجز الفحول

ديگدن بشقه سويلايد جاك ونعمت آلهيه شـ کردن غيری

ايله جاك برشی يوقدر .

چوجقار ، دنيا و آخرتده عزيز و فيضياب اولمغي وصاحب

عقل و سداد اوله رق دين و دولته حسن خدمت ايله بيلمگزي دائما

بزي يوقدن وار ايدن حق تعالی حضرتلرندن نیاز و تمنی ايله کز

لازمدر .

زيرا بو عالمده سعادت حال انجق اخلاق حسنه ايله متعلق

اولانلر ايچوندر که دنيا و آخرتده مظهر مکافات اولانلر بونلردن

عبارتدر بر آدم برخير ايشلمش ايسه انی در خاطر ايله کجه کنديسي

دخی مسرور و خوشنود اوله رق مستريح القلب اولور و بر کيسه

معاذ الله تعالی بر کوتولک ايشلش اولسه بو حال ، ندامت و محجوبيتی

مؤدی اولور . بونک ايچون عقللی چوجقار دائما جناب حقندن

کوزل عمللر ايله ابو خوی و حضور قلب ايستمک لازمدر بوده

رضای باری بی کوزتمک و انا و بانا و اقربا و استادلرک خیردعالرینی

آلمق و هنکام صباوتی بيهوده کچيرميرک تحصیل علم و فنونه

چالیشمق ايله حاصل اولور .

چوجقار ، بزم ايچون ايکی شرفلی و قيمتلی طريق دهاواردر که

بری « دیانت » دیگری « قیاس عقل » اولوب بونلرک  
اقتضالرینه کوره عمل ایدنلر دنیا و آخرتده سعادتحال قازانمش  
اولورلر . فقط دیانت ، طبیعت بشریه اوزرینه او یله برحاکم  
عادل معنویدرکه دلالتنده هیچ بروقت انسانی طریق مستقیمدن  
آیرماز .

ایمدی حق جل و علا حضرتلرینک جمیع امرلرینی طوتوب  
نهی بیورمش اولدیغی شیلرک کافه سنندن صاقینق و بی نوعنه  
واقرباسنه الدن کلن ایولکی دریغ ایتمک و فقر اوضع قانی کوزه دوب  
حایه و مسافرینه رعایت و اکرام ایتمک اقتضا ایدرکه بودخی  
دیانت و انسانیت اقتضاسندندر .

### ❖ والده ❖

چوجقلر . بزى بسلیوب میدانه کتیرن شفقتلی و مرحمتلی  
انلر آیلرجه طاشیوب بیکلرجه زجت و مشقتلر ایله بزى  
طوغوردقندن ماعدا برچوق و قتلر دخى امریرمک و خصوصات  
سائرهمزک تسویه سنه چالیشمقله لیل و نهار حضور و راحتلرینی  
ترک ایدرلر و بونکله برابر شفقت و مرحمتلری ایجابینجه اولادلرینک  
جزئی کیفی لکلرینه طیانه میوب باش اوچلرنده پروانه کبی دوندرک  
کندی لری دخى آشوری درجه راحتسز اولورلر بوجهتله  
نظر اولنجه چوجقلر نباتاتک یا لکزجه بیومسی کبی پرورش  
بولیوب مطلقا بر مهربییه محتاج اولدقلرندن والده لرینک



اعانه لریله میدانه کلدکاری ا کلاشیلور واشبوأمک وزجتدن ناشی  
 چوجقلر کیسه دن کوره مد کلری شفقت و محبتی والده لرندن  
 کورر لر بوکا بناء چوجقلرک اک لازمی واک بیوک وظیفه لری برآن  
 وبردقیقه والده لرینک حسن رضالردن چیقیمیوب دائماً امرلرینه  
 اطاعت و انقیاد ایله خیردعالرینی قازانقدن عبارتدرایشته وظیفه لری  
 طانیان چوجقلر بیودکن وکسب قدرت ایلدکن صکره یینه  
 والده سنک قوجاغنده همه امیدکی زمانک عجزواقندار سرزاغنی اوکنه  
 کتیره رک والده لری حقنده دائماً رفق و ملایمتله معامله ایدر لر  
 وخدمتلرنده بولنغی جانلرینه منت بیولورلرکه انجق بو خدمت  
 سایه سنده والده لرینک انلری بیوتک خصوصنده چکمش اولدقلری  
 زحقی اونوتدیره رق ممنونیتلری ایله خیردعالرینی قازانمش اولور لر .

### ❁ پدر ❁

پدریمزدخی بزى ووالده منى راحت راحت کچندر مک ایچون  
 کجه یی کوندوزه قاتهرق چالیشور. زیرا اوتوره جق پروکیه جک  
 البسه و بسلیه جک ما کولات و مشروب اتغزی تدارک ایدن هپ  
 بابالریمزدر . چوجقلر ، پدرلریمزک قان تره غرق اولنجیه قدر  
 چالیشدینی هپ بزم ایچوندر . بزدخی انلرک شگرینی بیلی و خدمت  
 و اطاعتلرنده قصور ایتمالی بز. اتالیق حقنی اود، مک ایچون پدرلریمزک  
 اختیارلق و اقتدار سرلقلری زمانلرنده دخی الدن کلدیکی قدر رعایت

ومعاونت اتمکلمز لازمدر . اولادك بابا وانا سنه شفقت و مرحتی  
 واطاعت و انقیادی فرض عیندر . بونك ایچون ابوینی کوز میدرک  
 معاذالله بدمعامله ده بولمسی و به جهتله انکسار قلبه باعث اولمسی دنیا  
 و آخرتده کندیسنده ائک اجینه جق برحالك وقوعنه سبب اولور .

### ( اولادك ابویننه اطاعتی )

ابوین و اقربا و تعلقانزه هر وجهله محبت ایدوب انلرک محظوظ  
 اولمیه جقلری و نفرت ایده جقلری شیردن کمال درجه احتراز  
 ایله انلره موجب الم اولان فناقلردن و سوء حرکتدن اجتناب  
 یعنی هر وجهله انلردن خوف و حجاب اتمکلمز لازمدر .

اولادك ابوین و اقربا سندن قورقوسی جبات و قورققلق کبی  
 صفات رذیله دن ایلری کلیوب انجق پدر و مادرینک الم و کدر  
 و انکسار خاطرینی موجب اوله جق حرکات نالایقه دن قاجینمق  
 صفت مدوحه سندن نشأت ایدر بوسیدن ابوین و اقربا سندن  
 حجاب و خوف و حذر ایله من لازمدر . ابوین و اقربا منزه کمال  
 خلوص ایله انقیاد ایده جک و کندیلرینی دارلتمقدن قورقه جق  
 بیله اولسحق عیب دکلدن بلکه بزه کوره بیوک بر شرفدر چونکه  
 بو قورقو بزه عداوت پرده سی التندن کلیوب آنا و بابا مرک  
 محبتدن طونمیش غایت شرفلی برناموسدر . کرچه بعضاً کوجک

قصور لریمزی مسامحه و عفو ایله معامله ایلرلر ایسده گوردیکمز  
 لطف و مسامحه دن یوز بولاملی یز . انلردن نقدر لطف و ملامت  
 کورسه ک او قدر حجاب و قور قومزی آرتیرمق اوزریمزه الزمدر  
 احترامی بروقتده دن براقق جاؤدکلدر . یکیدن موجب  
 الم اوله جق حالانک بردها وقوعه کتورلمه مسیله هر یوزدن  
 کندیلری خشنود براقق فرضدر . ایدمی بوینه تمامیله مطیع اولمق  
 انجق هر امرلرینی کولر یوز ایله قارشولایوب اجرا سندها - تعجیل  
 و ایستمدکلری شیردن اجتناب ایله رضالرینی استحصال ایتمکن  
 عبارتدر . الحامل چوجقلر اویندن ایجابنه کوره کوردکلری  
 والدقلری نصایح و ابرام و اخطارات و تکدیر و تعذیر و تأدیباتی مجرد  
 کندیلرینک اولکلری ایچون اولدیغی بیایوب کمال اطاعت ایله  
 قبول ایدهرک متنه اولمیدر . زیرا ابوین و اقربانک برچوجق حقنده  
 کوستردیکی سرتلک مجرد محبتدن ناشیدر بونلرک بودرلو معامله لری  
 چوجقلرک حسن حاللرینه چالیشمق و کندیلرینی طوغری یوله سوق  
 ایتمک ایچوندر . ابوین و اقربادن کوریلن خشنوت چوجقلرک  
 تربیه سی امرنده اولان خواهش و آرزویه منیدر .

بونک ایچون چوجقلر بیوکلرندن آلمش اولدقلری تعذیر و تکدیردن  
 خشنود اولوب بویوزدن بروقتده عنف ایله جواب ویرماملی  
 و تواضعی دن بر اقاملیدر . معاذلله بوینه دکل امر باسندن برینه

بیله وقورانہ قارشولاق ویرمش اولسدنیاده پک بیوک تأدیبه مستحق اولوب بونک ایچون آخرتده دخی عقاب وجزا کورسه کرکدر . بویله اولدیغی تقدیرده چوجقلر ابون واقرباسی طرفدن تعذیر و تکدیر اولدقلری زمان توبه لر اولسون بردخی تکدیره مستحق اوله جق حرکتده بولنمام سوزندن بشقه برسوزه جرأت وشق شفه ایلمه سی اقتضا ایدر .

ابون واقربا بعضاً چوجقلرینی بالجبوریه تأدیب ایدر لرکه چوجقلرینه بووجهله اولان معامله لری انجق محبت اثری اولدیغنده ذره جه شبهه یوقدر چونکه بونلر چوجقلرینی اصلاح و تربیه ایچون آره صره ایجابنه کوره تکدیر و تعذیر و تأدیب اتموبده هر بر ایتدکلری قصور و خطالرینی کورمانک و مسامحه ایلمک چوجقلرینه براطف اولیب بلکه اهانت دیمک اولدغندن قباحترینه کوره مستحق اولدقلری جزا و تعذیری اجرا اتمک مطلقاً محبت صحیحهلری اثریدر .

چوجقلر ، متجاسر اولدیغمز قصور دن طولانی انا و بابامزدن وره جکمز جزا و ترهیدن اورکوب بزی سومیور لر ظن و ذهابنده بولنماملی نز و حقمزده روا کوردکلری تأدیب و ترهیبک بزه اولان الم و اطرابندر زیاده قصور و خطا سر آنلره ایشلمش اولمیدر که کال شفقت و مروتلریله برابر بزی تأدیبه مجبور

اولشدر . ايسته اصل بوکا کمال مخجوييتله برابر کدر اتمليز .  
 ابوين وافرنا سندن خوف وحييا ايد، رك انله تاميله مطيع  
 اولان چوجقلمر دائماً اطاعت، وانقيادده بوانه رق هر برامر  
 ونبيلريني طوتوب نهی ايتدککری شيلردن مجابت ايدر فقط  
 چوجقلمرک ابوينک هر بر امينه مطيع اولمري يالکز صورت  
 ظاهرده برکوسترش اوليوت عن صميم القلب انقيادده بولمري  
 ووقوعبولان اوامرك جيله سنی يولنده وحتلی اولديغنی بيلوب  
 بويله جه اعتقاد ايلمري لازم اولديغدن تاميله اجراسنه خالصانه  
 نيت ايليدر زيرا انلرک امر ونهيلري چوجقلمرينک منافع ذابيلري  
 ايچون اولديغنده ذره جه شبهه يوقدر .

چوجقلمر ، آراطاعتدن آز خشنودلق وچوق اطاعتدن چوق  
 خشنودلق قازانيله جفی امر بديهيدير . لکن عدم اطاعتک آزى  
 وچوغى مساوى کيدير . بعضاً عدم دقت واونو متعلقدن خفيف  
 اطاعتسزلك وقوعبولورکه بودخی بي-وك قباحتر . زيرا بو حاک  
 ويريلن تنبيهي سمع قبوله پک آلامتدن نشأت ايدر . بناءً عليه  
 کنديسنه اجرا ايديلن نصح وپندي کوش قبوله کوبه کبی طاقينوب  
 اونو عاق الزمدر زيرا چوجق حقنده عدم اطاعت نتایج وخيمه يي  
 مؤدی اولور . چوجقلمر صباوتلری اقتضاسنجه هر شئی لايقيه  
 اکلايه ميه جقلمردن اين وفنايى وفانده وضررلی شيلری وافعال

وحرکاتک مقبول و مستحسنی فرق و تمیز ایده منزل لکن ابوین و اقربا  
 عقل و قیاس و کورکو و مجربہ سایہ سندہ حالاً و استقبالاً اولہ حق  
 منافعی و کوریلہ جٹ مضراتی فرق و تمیز ایده جکلر نندن بونلرک امر  
 و تنبہلرینہ بلا سؤال و بلا تردد تمامیلہ اطاعت ایلیک فرض حکمنده درہ  
 ہرنہ وقت پدر و مادر چو جغندہ بر امر و تنبیہ ویریر ایسہ ہمہ حال  
 ای ایکی ایچون اولہ جغندن ہرنہ اوور ایسہ اولسون منع  
 ونہی ایتدیکی شیئک فنا اولدیغی بیابوب اندن مجانبت ایلیدرہ  
 بعض چو جقلر واردرکہ ابوینک امرلرینہ تمامیلہ اطاعتدہ  
 بولمییوب بر طاقم حیلہ و دسیسہ اختراع ایدهرک امرلرینی اجرادن  
 قاجینورلرکہ بو حال کندیلرینی انجام کار تغافل و حیلہ کارلق  
 وریاجیلق کبی اخلاق ذمئیدہ آیشدیرمش اولورہ

ایمدی ابوین و اقربا مرکز ہر بر امرینہ کال ممنونیت ایلہ انقیاد  
 و اطاعت ایدر ایسہک عدم اطاعتدن ظہورہ کلن نیجہ نیجہ  
 فناقلردن مجانبت ایتمش اولورزہ چونکہ یاراماز و اطاعتسز اولانلرک  
 باشلرینہ نیجہ قضا و بلالر کلدیکی کوریلوب ایشیدلمشدرہ

( ابوین حقندہ لازم کلان اعتماد )

ابوینمزہ تمامیلہ اطاعت ایلہ برابر ہر یوزدن اعتماددخی ایتک  
 لازمدرہ چونکہ جناب حق بزم کوزہ دلمہ مزی ابوینمزہ وظینہ

قیلوب حرکات واقعه منک نیک و بدینی کوسـ تره چک در جهده  
انلره عقل و درایت احسان ایشلدر .

چو جقلر ؛ بزم حدائت سن و تجرب به سزل کمز کنندی کندی عزی  
اداره ونه وجهله سلوک و حرکت ایلمدن لازم کله جکنی فرق و تمیزه  
غیر مقتدر قیله جغندن هر حالده بزلی ابوین واقربا منک  
کوروب کوز تمسی و فنا یوللردن منع ایلمسی و ایجاب ایدن نصایحی  
و یرمسی لایم و لازمدر . ابوینه تمامیه امنیت و اعتمادی اولمیان  
چو جغک دنیا ده پک چوق فلاکتلره گرفتار اوله جغنی بی اشتباهدر  
زیرا عدم اعتماد آدمی کذب و یلانجیلغه اجبار و یلانجیلق ایسه  
جیع کوتولکلره سوق و دلالت ایدر . بر کیمسه یه یلان سونلک پک بیوک  
قباحت اولدیغی حالده پدر و مادرینی الدائق بر کنهه منزله سننده در .  
بو صورتده ابوینی اغفال ایدره ک حقیقت حالی انلردن کیزلمک موجب  
عقوبت بر حرکتدر زیرا انلر بیله مدیکمز و فرق و تمیزینه مقتدر  
اوله مدیغمز پک چوق شیرلی بیله جکلر نندن خطر و تهلکه لره دوچار  
اوله جغمزی کورملری سـ بیله بزلی مخاطره لی شـ یلردن منع  
و تحذیر ایله فنا لغه دخی واقف و آگاه ایدر .

بو یله اولدیغی تقدیرده هر ماده یی پدر و مادر لر مژدن صابلاماق  
لازمدر انلر بزه طریق نجاتی کوسـ ترلر فنا و مذموم اولان  
یوللره صـ اعمقندن بزلی محافظه ایدر لر . الحاصل هر کیم اولور

ایسه اولسون ابوینندن کیزلی اوله رق برشی یاغغه یول کوستر  
 ونصیحت ویریر ایسه انی کمال دهشت ونفرت ایله رد  
 ایدهرک بومقوله نصیحت ویرنر ایله بردها اختلاط ایدوب  
 کور شمامک واکر برکیسه برچوجغه پدر ومادریکه صاقین  
 سویله دیو بر سوز سویلش اولسه اول کیسه نی کندیسنه دشمن  
 بیلک لازمدر چونکه اکر سویلدیکی سوز فنا ومخاطره لی  
 دکلسه نیچون پدر ووالده سندن کیزلمنی تنبیه ایدیور الحاصل  
 هرچوجق کافه افکار وافعالندن تمامیله ابویننه معلومات  
 ویردکن ماعدا آنلرک نصایح واطخاراتنی جان قولاغی ایله دکلمک  
 وعبرت الوب مستفید اولق وویرمش اولدقلری نصیحتلری  
 عمری اولدجه طوتوب اولوجهله حرکت اینک لازمدر .

مقتضای صباوت برچوجق هر نقدر قباحت ایشله مکدن چکنمش  
 اولدیغی حالده ینه برقباحتی ظهوره کلش اولسه کال ندامت ایله توبه  
 ایدهرک کندیسنی اصلاح اینک لازمدر . وبوکا علامت دخی  
 ایشلیدیکی قباحتیه آشوری نادم ومتأسف ومکدر اولمقدر .

انسانک کندیسنی اصلاح ایتیمی ایچون ایتدیکی قباحتی بردخی  
 ایشله مامسیدر یوقسه برقباحتی ایدیوب براز ندامت واسفدن  
 صکره ینه تکرار ایشلمسی لایق وروا دکلدر . بونک ایچون ایشلنن  
 هر قصور و قباحتک توبه وندامتی اصح ومتمد و بردها ایشلامکه



دخی قلباً و قویاً متعهد اولوب توبه سنده ثابت قدم اولمیدر .  
 قباحتلری پک اندر اولان و اولسه دخی در عقب توبه و بردها  
 ایشلامکه صحیحاً عزم و جزم ایدرک بو وجهله هنکام صباوتلری  
 بی جرم اولان اطفال ، مستقبلده خطا و خطر دن آزاده برکنجک  
 ایله معمر اولور . و بو مقوله مقبل چو جققره سمادت حالدده  
 بولنش دینلورکه عقلی چو جققر ایچون بو صفتی قازانغه اقدام  
 نام ایتمک واجیدر .

﴿ سوز دکلیان یاراماز چو جققرک باشلرینه کلن قضا ﴾

— وفلاکتلر —

احبادن برینک چو جفی شدتلی قیزامیق علتند مبتلا اولوب بوکا  
 باقان طیب ایجاب ایدن تد اویستی ترتیب و روز کار دن امر محافظه سنی  
 قویاً تنبیه ایتمش ایدی ، چو جقق براز یاراماز و اطاعت سزجه  
 اولدیغندن والده سی بتون کون یانندن آیرلمه رق طیبیک امرینی  
 تمامیه اجرا ایلمکده ایکن برکون او حالی نصل ایسه مرقومه  
 خاتون آشغی اینه رک بش اون دقیقه چو جقک یانندن آیرلده  
 چو جق بولندیغی اوطه نک پنجره سنی آچه رق روزکاره قارشو  
 سواقعه باقوب اکلنمکده ایکن والده سی کلوب چو جو غنی بو حالدده پنجره  
 اوکنده کوردیکی کبی اولادم پنجره بی آچه دیو سکا تنبیه ایتمدی

دیو عجله پنجره بی قبا یوب چوجغنی پنجره اوکندن آلمش ایسه ده  
نه چاره که آچیق پنجره نك اوکنده بولندیغی مدت روز کارک  
تأثیر یله کوزلرینه شدتلی عفونت عارض اوله رق هر نقدر تداوی  
اولمش ایسه ده اوکی آله مامش و کرچه کوزلری بسبتون  
کور اولماش ایسه ده لایقیله او قویوب یازمغه مقتدر اوله میده جق  
صورتده نعمت بصریه سنه نقیصه طاری اولمشدر .

جده تجارندن یک چشم بر تاجر هنگام صباوتنده قوشلره آشوری  
مجبور اولدیغندن زیاده سودیکی بر قوشی بتون کون الندن بر اقیوب  
اوینار و اوقشایوب اوپر ایکن قوش نصل ایسه تاجرک صول  
کوزینی غاغه سیله اوره رق آقیدوب کورایلدیکنی مذکور تاجر  
بر مناست ایله بنده کزه جنده ده نقل و حکایه ایتمشدر .

بیک ایکیوز التمش ایکی سنه سی طائفده بولندیغم ائنده قومشومزدن  
برینک یاراما ز چوجغنی بتون کون پنجره دن صارقه رق سوقاغه  
باقه بی عادت واکلنجه عد ایده رک بر کون ینه یاری بلینه قدر  
صارقوب باقار ایکن آکسزین بره دوشوب بیهوش قالمش و بو حالده  
خانه سنه نقل اولنده رق تداوی لازمه اجرا اولندقدن یکرمی  
درت ساعت صکره صبیء مرقومک کوچ بلا ایله عقلی باشنه کلش  
ایسه ده ایکی قوللری خورده وخاش اولدیغندن تام اللی بش

کون ظرفنده افاقت بوله بیلش ونهایت برقولى چولاق قالمشدر.  
 بوندن اون بش سنه مقدم احبادن برينك ياراماز چوجنى بچاق  
 وچاقى كېي آلت جارحه ايله اويناغنه آشورى مجبور اولديغندن  
 مذکور چوجق برکون النده بچاق ايله قوشار ايکن يوزى قيون  
 قيانوب دوشمه سيله برابر حفظنا الله مذکور بچاق قارنده صاپلانوب  
 ياغرى صاغى طيشارى اوغرا دىغنى باباسى كورمه سيله شاشيرو ب يالين  
 آياق سوقاغه حيقمش ونعم التصادف بنده كزك ياننده فرانسزار دوسى  
 سر جراحى موسيو (لوسترمان) بولنديغندن وقوع حالى بيان ايلسى  
 اوزرينه خانه سنه واريلوب پك كوچك ايله باغرى صاغى اچرويه  
 ادخال ايديله رك ياره سى ديكلكدن صكره تام قرق كون قدر تدابير  
 لازمه اجرا ايله افاقت بولمش ايسده پك چوق زجت چكمشدر .  
 چوجغك برى يانمش موم وكبريت ايله اويناغنه زياده سيله حريص  
 اولوب سوز دكلز وباشنه كلجك قضايى فرق وتميز  
 اتمز اولديغندن برکون كيزليجه ينه كبريت ايله اوينار ايکن  
 نصل ايسه البسه سى طوتوشه رق چوجغك آجى آجى فرياد و فغان  
 ايلسى اوزرينه والده سى تيزالدىن يتيشوب سوندرنجديه قدر علو  
 براز وجودينه تأثير ايده رك ياقمش . چوجق اشبو يارامازغى  
 و بيوك سوزى ديكلمه ماهى سبيله برچوق وقت يانيق ياره سى  
 آجيسى يوره كنه تأثير ايده رك نهايته تور توملش ايسده پك  
 چوق زجت چكمشدر .

یاراماز برچوجق بتون کون دکز قیسنده اوینایوب اکلنکی عادت  
 ایدندیکندن بونک منعی ایچون هر نه قدر تکدیر و تأدیب اولمش  
 ایسهده متنبه اولیوب فرصت بولدقچه ینه صاووشوب کیدر  
 ایدی برکون چوجق بربالق اولطه سی تدارک ایلیدرک  
 ساحل بحره واردقده اولطه سنه یم طاقق ایچون اسکله  
 طاشلری کنارنده اوفق مدیه قوپارمق قصدیله اوزانوب اکلنسیله  
 برابر باش آشاغی دکزه دوشه رک غرق و نابید اولدیغنی  
 کورنلردن بری همان دکزه آتیله رق اون دقیقه قدر  
 زایوب بولسیله طیشاری چیقارمش و اثر حیات کورلمدیکندن  
 چوجق اسکله اوزرینه یاتیریلوب عجله طیب جلیله تدابیر  
 زمه اجرا اولمش ایسهده عمری وفا ایتمیوب وفات ایشل اولدیغندن  
 اندسی خبر آله رق جسدی خانه سنه کتورلدکده چوجقک پدر  
 والده سی بر ساعت مقدم صانع کوردکلری بردانه جک اولادنی  
 نه بوغولمش کور دکلری کی اوزرینه قپانه رق قوجاق لایوب کوز  
 لری ایله چوجقک جسدینی غسل و برچوق وقت اغلا یوب  
 یالرقدر کوزیاشلری دوکشلر و آه و فغانلرینی کولکره چینه ره رق  
 یاشلاردر . ایسته اناوبایا سوزی دکلمین شو چوجق یاراماز لغی  
 سبتیله هم کندی جانسه قییمش هم ده پدر و مادر و فاملیا سنه  
 آخر العمر یورکلرندن چیقماز بر جی بر اقسدر .

ایشته دگز و حوض و قیو باشارنده و بو کبی قضالی یرلر  
 اوینیان و آنا جلره طیرماشان و باروت و کبریت و آلت جارحه که  
 شیرایله اکلن چوجقلرایچون بومقوله قضالک هر وقتده وقوع  
 بعید اولیه جغندن بیوکلرک سوزلرینی دکله یوب یاغه دیو تنه  
 ایتد کرمی شیردن کال درجه مجابت ایلمری حقلرنده خیرلید  
 الحاصل یاراماز و سوز کارایتمز چوجقلرک باشارینه کلن قضال  
 کافه سی یازلمش اولسه بش اون جلد کتاب اوله جغندن یالکز  
 ایله کورمش اولدیغم حزن و یریحی ماده لردن بعضارینک بوک  
 درجی ایله اکفا ایلدم ایشته بونلردن عبرت آلق و کتاب  
 فن حفظ صحت بخت بختنده ذکر اولنه حق قواعد صحیه ایله مت  
 شرح و ایضاح قلنه حق عقائد دینیه و وظائف انسانیدینی دقله او قوی  
 آکلامق و هر شیده حق تعالی حضرتلرینک توفیقی تمنی  
 خصوصلرینی بالجمله چوجقلره مشفقانه و پدرانیه توصیه ایدرم.  
 رساله ناچزانه مده حسب البشریه وقوع بولمش اولان نقص  
 و قصورک او قویان و مطالعه ایدنلر طرفندن دامن عفو ایله  
 و بوفقییر پر تقصیری دعای خیر ایله یاد و تذکار بیورملرینی تمنی

﴿ ابون واقربا حقنده لازم کلان تعظیم و تکریم ﴾

ابون واقربا من حقلرنده تمامیه ایفاسنه بورجلی اولدیغمن

و تکریم یالکز حال صباوت و کنج لکده اولیوب بلکه عمر من اولد قجه  
 و سنمز کسب کمال ایتد کجه شو و وظیفه ده از یاده کوزه دیله رک عزیز  
 طو تولیدر زیر امدت عمر من یچنده عقلزک ایرد بکی و قتده اولان احوال  
 و اطوار و حرکاتمزک کنج لره ده از یاده تأثیر اوله رق عبرت آلور لر .  
 بر کیمس دنک رفعت قدری و علوشانی نه قدر زیاده اولور ایسه  
 اولسون و وظیفه مذکور هی کاینجی ادایه مانع دکلدر بزلر پندر  
 و مادریمز یا نلرنده ساکن اوله رق بواند یغمز مدت کند یغز دن  
 خشنود ایتد یرمکه و هیچ برو قتده حق لرنده لازم کلن حرمت  
 و تعظیم و رعایتده نقصان کوستر مامکه کمال دقت ایله دائماً حال  
 و خاطر لرینی سؤال ایلك و کوروشمک لازم کلدیکی کبی بالآخره  
 تأهل ایدوب یا نلرندن آیرلد یغمز و قتده دخی صیق صیق  
 زیارتلرینه کیدوب کورمک و اللارینی اوپوب خیر دعا لرینی آلق  
 و طشرده بواند یغمز وقت مکتوبی اکیسک اتمیه رک صحت و عافیت  
 خبر لرینه مطلع اولمق الحاصل ابو یغز ایله هیچ بروقت مناسبتی قطع  
 ایلامک الزمدر . ابو یغز حقنده یالکز کند یغزک تعظیم و رعایت  
 اتمسی کافی اولیوب بونکله برابر عیال و اولاد و جاریه لریمزه  
 دخی لازم کلن تعظیم و رعایتی بلا فرق اجرا ایتد یرمکه بر  
 وجهله قصور اولماملیدر .

اکر تحصیل کالاتمزجه اولان نصیبمز ابوین و تعلقاتمز دن زیاده

بولتمش اولسه بيله بوکا اصلا مغرور اولماق وکندیغیزی بر  
وقته انلردن عالی ظن ایلامک مقتضای انسانیتدر چونکه بویله  
کسب کمال ایدهرک انلری بکنمامک وکمال کبر و عظمت ایله تحقیر  
ایلمکدن ایسه جاهل اولمازن ده خیرلیدر .

حسب القدر برکیمسه نک نهقدر رتبه سی عالی و ثروت و سامانی  
زیاده اولورسه بونلر پدر و مادرلرینه اکرام و احترامی او قدر  
زیاده ایدوب هیچ بر صورتله انلرک رضا و خشنودی حاللرینی  
کوزتمکدن آیرلما لیدر .

بعض کوی چوجققلری بیویوب کسب معلومات ایلدکده پدر  
و مادرلرینک کویلولک حالی و قبالقزلیله معاملات ظاهرده  
اولان اطوار و اوضاعی قبیح کوروب ایکیده برده یوزلیهرک  
محبوب ایدرلرکه شو معاملات ، شعائر انسانیت و صفت آدمیته  
اصلا لایق و روا دکلدرا حاصل ابویتمز صاغ اولدقجه هیچ بروقت  
تعظیم و رعایتلرندن روگردان اولمیوب ارنحان داربقا ایلدکلرندن  
صکره دخی حین صبا و تمزده تربیه و تحصیلز ایچون هرجه تله  
ویرمش اولدقاری امک و نصیحتلری در خاطر ایدهرک خیرده عالیله  
یاد ایلمک خیرلی اولان اولادلرک وظیفه سیدر .

شوراسی دخی خفی اولیه که مافوقنده بولنانلرک ، مسن و اختیار  
و ولی نعمت اولانلر ایله کندیسنندن ایولک کوریلان کیمسه لرک  
دخی تعظیم و رعایتلرنده قصور اولنماسی لازمدر .

❖ قرنداشلق وظيفه‌سی ❖

ابوين واقربا وتعلقاتمز حقنده اولان رعایت مخصوصه‌یه دلالت ایدن شیلردن بری قرنداش وهمشیره لریمزه کمال درجه محبت ایتک و آنلر ایله عاقلانه و اوصالی چکینمکدر . پدر ایله مادر چوجقلرینک بربرینه محبتلی ویک وجود اوله‌رق خوش چکیندکلیرنی کوردکجه نه درجه‌لرده محظوظ و قلبلری مسرور و چله‌سندن خشنود اوله‌جقلری حالدرنده مشاهده ایدیلن فرح و سرور و چهره‌لرندن کوریلن تبسمدن اکلاشیلور . بیوجک بولنانلر داغما کندیسندن کوچک اولان قرنداشنی خیرپالامیوب نلسدن کلن معاونت و تلطفینی دریغ ایتماک و قرنداشلق محبتنی تزئید ایتک لازم کله‌جکی کبی کوچک قرنداشی دخی بویولکی بیلوب بیوک قرنداشنی اوفکه لن‌دیره‌جک و کوچ‌دیره‌جک حرکتده بولنمالمیدر . زیرا قرنداشلر پیننده شتم و مخصوصه و مضاربه الحاصل بربرینی قیل قدر اینجیده‌جک حال و حرکت و قوعه کتورلماک قرنداشلق وظائف مخصوصه‌سندندر و بیوک قرنداشلر کوچک قرنداشلرینه سوء امثال اوله‌جق حال و حرکتده بولنمیوب بلکه کندیسی انلره عبرت اوله‌جق طور و حرکتده بولنمی و کوچک قرنداشی برقصور ایشلیدیکی کبی کمال نزاکت و حسن معامله



ایله بویله فنا ایشلر یاعه دیو نصیح وپند ایدهرک کوزل شیلر  
 کوسترمسی وپدزبان وکوتو سوزلر سوتلامسی وابوینی طرفندن  
 بالوکاله کوچک قرنداشلیخی کوروب کوزمسی اخوت حقیدر.  
 کوچک قیز قرنداشلر ارکک قرنداشلینه نظراً عاجز و قدرتسز  
 وداًما جایه و معاونه محتاج بوانه جقلرندن ارکک قرنداشلینک  
 بونلره هر وجهله معاونت اتمسی وداًما خاطرلینی صایمسی  
 وهیج بروقت یوزلرینه قارشو باغیروب چاغیرمامسی الحاصل  
 محبت اخوته ذرهجه نقیصه ویرهجک وقلبلرینی اینجیدهجک  
 برمعامله باردهده بولنیوب هر بررلینی کندیسنک اعضای  
 وجودندن برعضو عد و اعتبار ایلسی لازم کلور .

### ﴿ مکتب ﴾

مکتب وقتی کلدیکی کی آنا و باباسنی کوجندی رمدن و راحتسز  
 ایتمدن قالقهرق اللرینی اوپوب طوغریجه مکتبه دوام ایدن  
 وهر وقتده پدر ووالده لرینک رضاسنی تحصیل ایلین چوجقلردن  
 ابوینی کی هرکس دخی خوشنود اولوب حقلرنده خیردعا ایدر لرکه  
 چوجقلر بونک واسطه سیله ایکی جهانده فیضیاب اولور لر .  
 چوجقلرک وظائف مخصوصه سندن بری دخی درس لرینه  
 کوزلجه چالیشوب خواجه لرینی خوشنود وراضی ایتمکدر

زیرا خواجه حتی بیوک اولدیغندن بونلر حقیقته دخی ذره جه  
 قصور اولناملیدر. خواجه سنه کندیسینی سودیرمک و خوشنود  
 ایتک ایستین چوجق هرکون آلدینی درسلی کوزلجه یاپار.  
 ایسته چوجقار، چالیشوب تحصیل علوم و معارف ایدیگز.  
 مکتبه کیدر ایکن هرکس و هر اصنافک دکا نلرنده اقسامله قدر  
 چالیشوب ایشلریله مشغول اولدقلرینی کوریکز. آت  
 ویاپونلر ایله کلوب کچنلر و عالمک حرمت و حسن توجهنی  
 قازانوب اعتبار بولانلر دخی صباوتلرنده سزک کبی کتابلری  
 قولتوقلرنده بتون کون مکتبه دوام ایدوب تحصیل علوم و فنون  
 ایله مشغول اولانلردر. بالعکس انواع محن و مشاق ایله اقسامله  
 قدر خور و حقیر اولانلر ایسه چوجقلقلرنده انا و بابالرینک  
 نصیحتلرینی دکلهمین و مکتبه دوام ایتیدرک اوینایوب جاهل  
 قالانلردر. ایسته بونلردن عبرت آلهرق مکتبه دوام ایله چوجقلق  
 عالمنده وقتکزی او قویوب یازمغه و تحصیل علم و معرفت ایتکه حصر  
 ایدیگز. چونکه احوال عالمه کسب و قوف ایتک علم سایه سننده  
 اولدیغندن سزلردخی ایلروده امور خصوصاتکزده علم و معرفت  
 واسطه سیله شهرت قازانوب راحت و حرمت بولورسکز. بعض  
 قصه دن پک چوق حصه آلهرق برخیلی شیلر اوکره نیلدیکندن  
 بونلردن بعضیلری بروجه آتی بیان اولنور:

﴿ اغستوس بوجکی ایله قرنجہ حکایہ سی ﴾

اغستوس بوجکی بتون یاز شکوفه زار و چایراق محللرده کزوب طوزه رق و قوش-وب صیچرایدرق بلاقید اوتک ایله ذوق و صفاده وقتی کپیرر . قیش کلدکده ذخیره سزلکله قحطه دوچار اولور . قومشوسی قرنجہ یه حال بدبختی بیان و عرضہ کیدر « جانم قومشو رجا ایدرم تعیشم ایچون بکا بر مقدار ییدجک احسان ایت اول بهار کلدکده تدارک ایدرک تأدیہ ایدرم » دینکده قرنجہ چالیشقان و عاقبت اندیش اولمسیله بتون یاز چبالیوب قیشلاق ذخیره سنی تمامیه تدارک ایلدیکندن اغستوس بوجکنه « بتون یاز موسمی نه ایله کچوردک » دیوسؤال ایدر . ساز چالوب اوینامق ایله اصرار ایلدیکی جوانی آنجه « اوله ایسه شمیدیه آجلقدن زیب زیب صیچرا » دیرک ردایله جواب و یروب یوواسنه کیرمشدر ایسته اغستوس بو حکنک بلاهت و تنبلیکی و هوایه تابعیتی هم کندیسنی بتون قیش ذخیره سز برافعه وهمده قرنجہ کبی نحیف بر حیوانک مظهر تعذیر و تکدیری اوله رق محجوب اولسنه سبب اولمشدر . هر نه ایسه ابو نمزه اولان اطاعت و انقیاد بزلی مکتبه دوام و کمال شوق و غیرت ایله چالیشوب تحصیل علوم ایلک وظائفنه اجبار ایدر .

﴿ مکتبه دوام ﴾

ابو نمزک بزلی مکتبه ابرام ایدوب کوندرملری مجرد کندیمزک

بالآخره ایولکی ایچوندر زیرا بوکونکی کونده تحصیل ایتماش  
 برجاهل، تحصیل مثابه سنده رتبه و ثروت صالحی آدمک قپوسنده  
 اوشاقلق ایتمکدن بشقه نهیه یارار . ایشته پدر ووالده من بزی  
 شوسقنئیدن قورتارمئ تصدیله کوچکدن مکتبه کوندر و دوام  
 ایتمه منی ابرام ایدر . بزم دخی مکتبه دوام ایلمه من لازمدر . زیرا  
 چوجققلق حالی تحصیل فنونک فائده سنی فرق و تمیزه مقتدر  
 اوله میوب رفته رفته فرقنی و کیتدکجه تحصیلک حظنی بولوب  
 صکره فائده سنی کوردکجه ابوننه خیر دعا ایدر لر .

خلاصه کلام چوجققلر اک قیصه و طوغری یولدن طوغر بجه  
 مکتبه کیتک واکلنوب اویناماق و مکتب وقتندن براز اولجه  
 وارمق و اوستنی باشنی تمیز طوتمق و مکتب قپوسندن ایچری به  
 کمال تعظیم و آداب ایله کیروب خواجه سنده لازم کلان تعظیمی  
 ادا ایلدکن صکره طوغر بجه برینه کیدوب یاننده بولنان رفقاسنی  
 بر صورتله بمحضور ایتمه رک راحتجه اوتورمق و مکتبدن آزاد  
 اولنجه ده قدر تحصیلدن غیری بر شیده صرف ذهن ایلیوب  
 درسار یله مشغول بولتمق لازمدر .

مکتبه یاننده بولنانلر ایله کوریشوب لطیفه ایتمک و اوینایوب  
 کولمکدن و کورلتی ایتمکدن کمال درجه احتراز ایده رک خواجه سی

کندیسی کورمه بیله کوریور و باقیور کبی هر زمان اوصلی  
 و راحت طور ملیدر و مکتبیدن آزاد اولدقده بنه طوغریجه  
 وقتيله خانه سنه عیدت ایلیدر .

ای بر شاگرد غایت ادیب و اهل عرض اولوب درسندن  
 اکلامدینی شیئی خواجه و قلفه سندن کمال ادب ایله سؤال ایدر  
 اصلاً کبر و انانیت دعوی مذمومنده بولنماز و درس لرینی کندیسی  
 قدر بیلین چوجقلری بر وجهله استهزا اتمز و الندن کلدیکی  
 قدر انلری دخی درس لرینی اوکرتمکه تشویق ایله حق اخوته  
 رعایت ایدر و تفوق دعواسنده بولنماز .

گرچه مکتبده چوجقلر بر برندن ایی تحصیل ایدوب ایلر یلکه  
 و کسب امتیاز ایلکه چالیشمق اقتضا ایدر ایسده فلان چوجق  
 درس و تحصیلجه بندن آشاغی دیو تفاخر و یاخود بندن اوست  
 دیو حسد اتمک لازم کلیمک غیرت و اقدامی آرتیره رق  
 کندیسنندن اوست اولانه یتشمک وانی کچمکه چبالامق و دائماً  
 اقران و امثالر بیله کوروشمک و الحاصل کرک مکتبده ، کرک مکتبک  
 خارچنده رفیق لرینک قصور لرینی یوزله مده مک و نزاع و غوغا ایلمه مک  
 و ایتشمه مک اقتضا ایلدیکی کبی مکتبک خارچنده وقوع بولان  
 شیلری درون مکتبده سویلشمه مک و کیسه یه طاقیلامق و بر کیسه یی  
 ذم ایتماک و فتنه کارلقده بولنماق لازمدر .

كذلك برعاقل شاگرد مناسبت دوشد چکه هرکس ایله دوستانه  
 صحبت ایدوب زیاده عقللی اولانلر ایله الفت و یاراماز رفیقلرندز  
 کمال درجه احتراز و مجانبت اوزره بولنوب احق اولانلر ایله  
 انسیتدن صاقینمق لازم کلور چونکه احقلاق و ملاحظه سزاق بتو  
 فنالقارک مبدائی اولان اطاعتسزک بلیه سنی جلبه سبب اولور  
 شوراسی دخی معلومکز اولسونکه برای شاگرد هرکسه ای  
 امثال اولوب خواجه سنه دخی کمال درجه محبت اید  
 و خواجه سی طرفندن ویریلن امر و نصیحتی کمال اطاعت ای  
 قبول و بومقوله اولنان اخطارانه اظهار تشکر ایدهرک به  
 کوردیکی آزار و تکدیردن برکونه مراد انقمسزین سکوت و حیا  
 ایتک و خواجه سنی برکیمسه یه ذم ایتدیر میهرک کانه کنندی پدر  
 نه وجهله جایه و ثنا ایدر ایسه خواجه سی حقنده دخی اویو  
 حرکت ایتک اقتضایدر ایسته بیان اولنان اسلوب اوزره حر  
 ایدن چوچقلر خواجه سندن آلدقاری درسلردن استفاده ای  
 ایسه بو حال ابوینک دخی سرور و افتخارینی موجب اوی  
 چوچقلر ، تعریفه حاجت اولمدیغی اوزره رتب و منا  
 عالییه نائلیت اویله حسب و نسب و ثروت ایله اولیه  
 انجق تحصیل علوم و فنون سایه سنده اوله جغندن بوسا  
 فرومایه بر آدمک اولادی پک بیوک رتبه لره نائل او

دولت و ملتہ پک چوق خدمتار ایدہ جکی کبی جاہل و تریبہ سز اولان زادکان ایسہ پدیرلرینک براقش اولدقلری مالی مدت قلیبلہ ظرفندہ تلف ایدوب عمرلرینی انواع ضرورت ایبلہ کچوردکلری دفعاتللہ کورلمشدر بونک ایچون خیرلی پدیرک تیرک ایدہ جکی میراث انجق صاغلغندہ اولادینہ کوزل تریبہ ایبلہ تحصیل معارف و کسب کمال ایتدیرمک اولوب حالبوکہ وقتیلہ تریبہ و تحصیل ایتدیرلیوب ایلرودہ ضرورت چکدیرمہمک خلیاسیلہ یالکز مال براقق املندہ بولنق محضا بیوک برجاقتدر .

### ﴿ چالیشمق ﴾

حوجقلر چالیشکز زیرا بو عالمده کافئ ذی روح حرکت ایتمکلہ شغول اولوب چالیشمقلہ کسب معیشت ایدر . حتی آریلر و قوشلر و ایاقق و قرنجہ لر قیشلق ذخیرہ لرینی طویلایق و الحاصل بر مخلوق مقدر اولان رزقنی تحصیل ایلک ایچون چالیشوب بالار و اورومجک کبی نحیف و ضعیف حیوانجق بیبلہ اوفق نکلری صید و بویوزدن تعیش ایتک ایچون آغ نسج ایلر رحلی بوزولمش اولسہ آنی تعمیر ایلک کمال اقدام ایبلہ چبالار سورتنہ چالیشمق هرکسک فریضئ ذمی اولدیغندن جلہ نک وظیفہ بی اجراییه و بقای وجود ایچون اکل و شرب تدارکنہ جدر و بونلرک کافہسی چالیشمق ایبلہ حصولہ کلیر .

﴿ بال آریسی ایله اشك آریسك حكایه سی ﴾

بال آریلری کونش طوغدقدن صکره قووانلرینی ترك ایدهرك شكوفه زار برلره وخیلی اوزاق محلله کیدوب چیچکدن چیچکه قونهرق بال آلوب طویلاقدن صکره قووانلرینه عودت ایله بال پتکلرینی اعمال وانکله تغدی ایدرلرکه بومثللو حیوانجققلرک حصوله کتوردکلری نسنهك قیمتدار و طاتلی اولسی چالیشماری سایه سنده وجوده کلدیکندن سعی وغیرتك حاصل ایده جکی ماده و نتیجه نك بال کبی و بلکی دها طاتلی اوله جنفی تعریفه محتاج دکلدر .

اشك آریسی ایسه تنبل و تن پرور اولدیغندن بوجنس آریلر انشای صیفده چیچکلر اوزرنده کچینهرك واوینایوب جنبش ایدهك قیش ایچون اقتضا ایدن غدالرینی تدارکله مقید اولمیوب ایلروسی دوشنه مدکلرندن موسم شتاده بیهجك بوله میوب تنبلك بلاسنندن کوز کوره آج آجینه تلف اولورلر . دیمك اولیورکه زمان فرصتی تنبلك و کزمله کچورنلر نهایتنده بیوک راحتسزلیکه و بلکه هلاکه کرفتار اولورلر .

﴿ میوه لی آغاج ایله میوه سز آغاج ﴾

میوه لی آغاج اول بهارده چیچك آچهرق لطافت کسب ایدر چیچکینی متعاقب قادر مطلقك قدرت بالفه سیله میوه دخی ظهوره کلوب کسب کمال ایدر و بویله میوه لی آغاجه هرکس



باغچه‌سنده اولادی کبی باقوب صوینی ویرر تیماریله اوغراشیر .  
 میوه‌سز آغاج ایسه جاهل ونادان بر آدم کبیدرکه برشیء حصوله  
 کتور مدیکندن کیسه نك اعتبارنده اولمیوب بالآخره قطع اولنهرق  
 اودون دیو آتشلرده یاقارلر بوکا بناء عاقل اولانلر میوه لی آغاج  
 کبی هرکسک یاننده معتبر اولمق ایچون علم و معرفت میوه سی  
 یتشدرمه که سی انلیلیدر .

### ❁ فضیلتی اولمق ❁

چوجقلر ، سرزه نصیحت ایدنلر دوستدر . فنایه یارامازلغه سوق  
 ایدنلر دشمندر . ای ایشلر انسانی شرفلی قیلهرق حضور قلب  
 اعطا ایدر . فنا ایشلرده بولنانلر ایسه فناقلری سببیله دائماً  
 هرکسک نظرنده اعتبار و حضور قلب بوله مازلر .  
 ایولک کیزی آرزو ایدنلر سرزه نصیحت ویرنلدر . فنا لکیزی  
 ایستیانلر سزی طوغری یولدن یعنی باشدن چیقارانلدر .  
 الحاصل ایولر دائماً ندامتدن سالم اولهرق راحت و حضور  
 بولورلر . فنا لرایسه دائماً مکدر و ایشلدکری شیلردن نادم  
 اولوب یاپدیغم شیء عجبانه وقت دو بیله جق دیه کیجه ، کوندوز  
 قورقو و یورک اوینامسندن قورتیله مازلر . چوجقلر قیمتلی وقتکیزی  
 بیهوده ضایع ایتمه رک چالیشکز که بوسایه ده راحت و هر برده  
 عزت و حرمت بولورسکز .

## ﴿ نظر عبرت ﴾

چو جققلر ، بو عالم فانیده هر شیئه عبرت نظریله باقوب ایولرک  
طوندقلری طریقه سلوک و دوامه غیرت و کوتولرک مسلک لرندن  
عجابت ایلیک لازمدر .

کنجلیک و اختیارلق انسان ایچون اولوب بر حال و قرار اوزره  
بولنق جناب حقه مخصوصدر . کنجلیک ایله کوزلک علم و هنرکی  
اولیوب مرور زمان ایله فنا بولور چونکه هر شی فانی اولدیغندن  
کنج و توانا کوردکلریمزی صکره مسن و اختیار و یوزلری بوروشمش  
وبللی ایکی قات اولوب یوریمکه بی مجال برحاله مشاهده ایده رز  
بونک ایچون کنجلیکده چالیشق ، خیرلی برپیرلک حاضرلار یعنی  
پیرلک زمانده هر حالده راحت اتمکه سبب اولور .

## ﴿ تربیه ﴾

چو جققلر ، تربیه دنیان شی عقللی برالا مشابه سنده اوله رق جمیع  
اوقاتده طریق صوابی ارا نه ایدر . برکیسه نک تربیه لی اولوب  
اولدیغی طور و حرکتندن و روش حال و معامله سنندن معلوم  
اوله جغندن اوله ریا کارانه ازیلوب بوزولمکدن بلا موجب  
کبر و عظمت کوسه ترمکدن و راحت طور میوب متوالیا قلدا نلق  
وال وقاش و کوزیله اشارت ایلیکدن اکیلوب یا خود کمال  
رخاوت ایله ایکی قات اولق و یا خود باشنی ا کوب طور مق

ویا وقورانه قالدیروب دیک طومتق کبی حال وحرکتدن زیاده سیله  
 حذر ایدوب وجودی طبیعی طوروشده طوغریجه طوتوب  
 بولندیرمق آثار تربیه دندر. هر نه وقت بر محله کیرلده کده ای بر آراق  
 وهر کسک اوست طرفنه کچوب اوتورمق بیوک تربیه سز لکدر.  
 بریره اوتورلده قده او یله بی ادبانه اوتورماق یا خود بولدیغی  
 صندالیه ویا قنپدی ارقه سنی طیاماق وایکی طرفنه میل ایدوب  
 صالانماق الحاصل یاننده بولنانی بروجهله تعجیز ایتماک لازمدر.  
 کذلک اوتوردیغی یرده باجاق و دیزلرینی پک آچماق لازم  
 کلدیکی کبی پکده صیقنماق و آیاقلرینی صندالیه نک دکنکلی اوزرینه  
 قویماق مقتضای آدابدن و او یله صیق صیق وضعیتنی دکشدیروب  
 گاه باغداش قورارق، گاه آیاقلرینی اوزاتهرق اوتورمق ایسه  
 خلاف آداب انسانیه دندر.

هر کس اوتوروب طوررکن ایکیده برده بلا موجب صیچرایوب  
 آیاغده قالماق و سائر لری قالدق لری وقت انلره تعظیماً اوتورمیوب  
 برابر قالمق و بالابجواب بولندیغی وضعیتده راحتسز ایسه  
 صندالیه نی چکمکسزین یواشجه وضعیتنی دکشدیرمک لازم کلور  
 بر سوز سویلر ویا دیکار ایکن او یله ارقه سنی صندالیه  
 یاتار کبی طیانبوب طورمق بولندیغی جمعیتی صایماق و تحقیر ایتماک  
 دیمک اولدیغندن بومثلاً مغایر آداب حرکتدن احتراز ایتلیدر.

كذلك اسمی ذكر او نوب سوینیلین کیمسه بی پارق ایله کوسترمک  
قبالق و تربیه سزک اولدیغی کبی بر کیمسه یه اویله اوزون اوزادی یه  
بلا فاصله کوزینی دیکوب نظریخی اندن آیرماق یا خود باشنی  
یره اکوب متصل اوکنه باقق آدابک خلاقی بر حرکتدر .

مخالصه کلام هند طاوغی کبی قولتوقلرینی قالدیروب قبارتمق  
یا خود سوز سوینیلین کیمسه یه آرقه سنی چویرمک پک بیوک  
تربیه سزک و آیقارینک اوجیله خفیف بر صورتده یوریمک خفیفک  
اولدیغی کبی او کچه سیله مغرورانه کیمتک ده معیاندندر .

باش دو' و طوغری طوتلمیدر . باشنی شاشقین شاشقین ایکی  
طرفه چویروب دوندرمامک وبلا موجب و خصوصیه اثنای  
صحبته النی صیق صیق باشنه کتورمامک و اثنای طعماده دخی  
باشنی قاشیماق لازمدر پارمغی ایله بورتنی قورجه لاق پیسلک  
اولدیغندن وشو حال یاننده بولنانلری بیحضور ایده جکندن چیینده  
مندیلمی اکسیک ایتمامک ولزومنده چیقاروب استعمال ایلمک  
وبعد الاستعمال میدانه بر اقامق لازمدر .

قاشلرینی چاتمق حدت و یا تحقیره دلالت ایدر بر علامت اولدیغندن  
بومقوله حالانک تربیه لی اولان کوچک و بیوک لردن صادر اولمسه  
لایق کوریله من اوکسوروب آفصرلدیغی زمان مندیلمی یوزیه  
طوتتمق ونزاه دن طولایی اوکسوروب توکورمک ضروری

اولدیغندن بو حالده یوزینی دوندیره رک اصول ایله مندیلهنه تو کورمک  
آداب اقتضاسیندندیر .

ایکیده برده سوموکنی چکمک عالمک منفوری بیوک برتربیه سزک  
اولدیغندن چو جتلر بو عادت قبیحه دن زیاده حذر ایلمییدر برده  
برون سیلنور ایکن اوله پک کورولتی ایلامک ویاننده بولنانی  
راحتسز ایتمک ایچون باشنی بر کیسه اولمیان طرفه چویرمک  
لازمکلور بر دعوت و جمعیتده بعدالطعام هلال ایله جمعیت حضورنده  
دیش قارشیدیرمق مناسب اولدیغندن دیش قارشیدیرمق آرزو  
اولدیغنی حالده تنها بریره چکیلوب قارشیدیرلمسی ده چسباندر .  
آغزینی اکوب چارپمقدن، طعام ایدر ایکن زیاده جه طولدیرمقدن  
مجانبت اولنمیدر زیرا اوله آغز زیاده جه طولدیریلور  
و عجله اکل اولنور ایسه بو عادت ناس ارسنده مذموم اولدیغنی  
کبی اطعمه لایقیله چیکنمیه رک بلع اولنه جغندن حفظ صحت  
قاعده سنه دخی منافی و مخالفدر

قهقهه ایله کولمک مغایر ادب و قبالیق اولدیغنی کبی بلا موجب  
هر شینه کولمک دخی خفیفلک و ادب سز لکدر تحف بر حکایه نقل  
ایده رک صحبتندن متصل کندیسی خندان اولمق سامعینک پسند  
و تحسیننی زور زورینه طلب ایلمک اوله جغندن شو حال بالعکس  
دیکیلنرک تعیینه وبالذات کندیسنک دخی تربیه سز لکنه باعث

اوله جنی بدیهیدر الحاصل نهایتنده مسخره اغه نتیجه ویره چک  
 بالجمله کلامر وائهای تکلمده هم جنسنک تقلیدینی یاهرق سوز  
 سوینک کبی تربیه سز لکاردن زیاده سیله حذر اولنمیدر .  
 سائرلرک قصورلرینه کولمک افعال قبیحه دن اولوب ابنای جنسنک  
 کالسزلکنی ذوقلنک اکثریا بالذات کنیدیسنک طور وحالی  
 لوم و طعن ایتدیرمه سببیت ویرر .

برکیمسه نک مذهبنه مخالف سوز سوینک و ذوقلنک دینه طوقنور  
 بر ماده اولدیغندن غایت حذر اولنمیدر ائهای صحبته اوت و خیر  
 کلمه لرینی ائندم سوز یله تعقیب ایتدیرمک یعنی اوت ائندم دیو  
 لسانی آیشدیرمق نزاکت و تربیه اثری دیمکدر .

ایکی کیمسه بیننده فیسلدی ایله جریان ایدن سوزلره قولاق  
 و یروب دیکلمک واکلامغه چبالامق آدابیه مخالفدر .

آزسویلیوب چوق دیکلمک و موقعنده و تام وقتنده سوینک لازم  
 کله چکی کبی هیچ بروقت کنیدی چیقارینه سوز سوینمیب سائرلرینک  
 قابلیتینی مدح و ثناده بولنمق و برشیء مدح اولندیغنی زمان کانه هیچ  
 برشیء کور مامش کبی کمال تعجب و حیرت ایله بیان ایلامک لازمدر

﴿صحت و سلامت بدنی کوزتمه نک اصولی﴾

چو جقار صحت وجود و عافیت بدنه هرشیدن زیاده محتاجز .  
 زیرا بتون مصالح وجودک صحت و عافیتله ادا اولنور .

صحت دنیان حالت جناب رب العزتک عبادینه بیوک احسانیدر  
انسانه وبالجمله مخلوقه انک کبی دولت اولدینی پادشاه ربع  
مسکون و وواضع قانون جنتمکان غازی سلطان سلیمان خان طاب  
ثراه حضرتلرینک

اولیه دولت جهانده بر نفس صحت کبی

مصراع رعناسیله دخی بیان اولمشدر .

بوکا بناء بر کیسه جسمآ و روحآ جمع الم واضطر ابدن خالی  
اولدینی حالده کیجه اویقوسنی راحتجه کچورمش اولسه شکرینی  
ایفادن عاجزدر .

کمال صحتده اولان کیسه نیک اون ساعته و قتی برساعته قدر  
کلدیکی کبی کیفسز اولانک دخی هر بر ساعتی اون ساعته قدر متمد  
اولدینی کیجه نیک خواب و راحتدن محروم و کوندز لری یاتاقد آه  
وانین ایله وقت کچیرن خسته لره معلومدر بویله اولدینی حالده  
صحت اولمینیجه وارغاک نه حظی اوله ییلور یاتاقلرده اینم اینم اینله این  
خسته لره مال و املاک و رتبه و منصب و ذوق و صفا فائده ویرمز.  
صحتک قدری خسته اولمینیجه بیله مز. صحتک امر محافظه سی ایسه  
تداوی ایله تکرار کسب صحت و اعاده عافیت ایتمکن قولاید  
بونک ایچون صحتی محافظه ایتمکن اصولاتی هرشیدن اول بیلک  
لازمدرحتی « هر کس کندی وجودینک طیبی اولمیدر » سوزی  
عادتا ضرب مثل اوله رق بتون کون سویلنمکده در .

چو جقدر، معلومگزر اولسونکه نوع انسان، حیواناتدن زیاده صحت خصوصنده برطاقم اسباب مضره ومهلهکه نک تاثیراته متصادف اولور شویله که بر آدمک افراط درجدهده طعام ایتسی وهضمی کوچ شیر یعمسی وبدن والبسه سنک طهارت ونظافتنه دقت ایلامسی ووجود تری ایکن روزکاره قارشو طوروب اوزرنده کی تری قوروتسی وتری تری طوندورمه وبوزلی صو ایچمک کبی حالدرده بولنسی کلدن نازک اولان وجودی درلو درلو درد وعلته گرفتار ایتمهکه سببیت ویرر همده پدر ووالده ومتعلقاتی دوچار محنت والم ایدر . خلاصه کلام خسته اقلری جلب ایدن شیردن صافنق وصحت بدنک محافظه سنه موقوف اولان اصولدن بحث ایتمک لازمه دن اولوب بونلردن بحث ایدن علمه « فن حفظ صحت » دینور .

فن حفظ صحت ، انسانه فائده لی شیر ایله مضر شیرک نلردن عبارت اولدیغنی بیلدیرر .

فن مذکور تجارب عدیده ایله بولنوب بیلنمش برطاقم اصول وقواعد صحیه بی جامع بر علم نافعدر که بزه عافیت داغمه ایله معمر اولمه نک اصول وطریقنی ارائه ایدر .

اغدیله یعنی یسه جک واشربه یعنی ایچه جک وهوا وحرارت وبرودت والبسه وسکنا واستراحت وحرکت واشتغال ذهن



و نوم و یقظه و امراض نفسانیه کبی شیردن هر برینک وجود انسانه نه وجهله فائده و نه صورتله مضرتلری اوله جتی بروجه زیر بیان اولنور:

### ❁ اغدیه ❁

وجودی بسلین یعنی اعضای بدنیه من جوهر و اجزای ماده سنه تحول و تبدل ایدن ما کولاتک جمله سنه « اغدیه » تسمیه اولنور . وجودک صحتی انجق اغدیه نک بسیط و حداعتداله اولسنه منوطدر یوقسه بو اصوله رعایت اولندقچه صحت و عافیت وجود ممکن اوله ماز چونکه هر شینک افراطی بغایت موزی و مضردر حتی زیاده جه خام و اولور اولماز میوه لری و بقله و فصولیه و نخود و لخنه کبی یللی سبزه لری و آبور جو بور شیرلی و قتلی و قنسرز زیاده یمکن معده و باغرساق عفونتیله امتلاء و اسهال و حاکبی خسته لقلر ظهوره کلور .

### ❁ لحوم ❁

لحوم حیوانیه یعنی اکلله صالح اولان حیوان اتلرینک اکه معتبرلری قویون و قوزی و صیغر و دوه و شکار اتیله طاوق و بالاق اتلرندن عبارتدر علی العموم لحوم وجودی بسلیوب قوت و یردیکندن قوای بدنیه نک تعمیر و ترمیمی خصوصنده انسان هرشیدن زیاده لحومه محتاج ایسه ده افراطی یا خود سبزه سرز دائمیا

لحوم اكلی قان ايله صفرايى و بالجملة اخلاط بدنیه يى زياده لشدیره رك  
 ذهن و بدنه ثقلت ویرر و بوندن پك چوق كیفسر لكر ظهور ایدر  
 بو تقدیر جه اغدیه یالکز لحوم یا خود یالکز سبزیه حصر اولتمیوب  
 آره صره تبدیل ایدمك و ایکیسی برلكده اوله رق قدر کفایه ده  
 استعمال ایلک اقتضا ایدر .

بعض کیمسه لرك وجودی سبزیه دن زیاده ات یمکله زنده لك پیدا  
 ایده چکی کبی بعضری بالعکس اتدن زیاده سبزیه یمکله وجود لرنده  
 ایولک حس ایدر لر بونك ایچون هر کس کندی وجودینه الویروب  
 الویر میه چك شیرك فرق و تمیزی بی بشقه لرندن ده ااعلا بیله چکنندن  
 ما کولات و مشروباتی اكا کوره اویدر مق اقتضا ایدر .

یازین و خصوصیه صیجاق موسملرده لحومه دائر اطعمه ده اشتها  
 و ایستك آزاوله چغندن بو موسملرده قیش موسمنده اولدیغی  
 قدر افراط اوزره ات یمامك و هضمی بطی شیرك کثرت  
 استعمالندن صاقینق لازمدر لحومك اصول طنجیه سنك هضمجه  
 کلی فائده سی واردر . کولباستینك هضمی یخنینك هضمندن  
 اسهل و قوه غدا ئیه سی اندن زیاده در زیرا یخنی طرزنده طبع  
 اولنان لحوم قوتی صویه ترك ایدر .

بالق و قویون و طانه و طاوق اتلرینه نسبتله اوکوز و قویون  
 اتنك قوه غدا ئیه سی زیاده در . یورطه ده غدا ئیت خاصه سی

لحوم ايله سبزه بيننده در سوتك غدائيتي لحومدن دون-سبزه دن افزوندر .

### ﴿ بالقر ﴾

بالقرک نفاست لحمیه سی دکزده و طاتلی صوده اولدیغنه کوره تخالف ایدر مثلا طاتلی صوبالغناک اتی کوشکجه اولدیغندن هضمی دکزده صید اولنان بالغناک اتندن اسهلدر .  
قیبالغندن ماعدا بالقرک اکثریسنک هضمی براز صعوبتلیدر  
زیت یاغیله پیشورلدیکی زمان هضمی دهها آغیر اوله جفندن  
بوصورتله پیشمش بالقرک افراط اوزره اکلندن حذر اولنمق  
اقتضا ایدر .

### ﴿ نان عزیز ﴾

نان عزیز یعنی اتمک امطعام اولدیغندن بونک ازهر جهت ایولکنه هرکس طرفندن دقت اولنمسی اقتضا ایدر اتمک اعلاسی اونی خاص و مایه سی حدنصابنده و خوری پیشکین اولانیدر . بونلر ایله برابر جسمی دخی نه پک آغیر ونه پک خفیف ونه پک تازه ونه پک بایات اولمیدر .

بغدای اتمکی سائر جنس اتمکلرک جمله سننه مر جحدر چاودار آزیسلر و معدیه کوشکلک و برر بوسیدن یکی خسته لقدن

قالقان کیمسه لر ایله معده لر نده ضعف و صیقندی حس ایدنلر بغدادی  
اتمکندن بشقه اتمک اکنه هوس ایلیه لر .

پک تازه و صیجاق اتمک هضمی بطی اولوب بونی هر معده قولایلق  
ایله هضم ایده میه جکندن پک رغبت اولنمیه .

### ﴿ چوربا و سوتلاج ﴾

پرنج چورباسی هر کسه و خصوصیه چوجقلر و کثرت اشتغال  
ایله وجودلری زیاده جه یوریلان کیمسه لره غایت نافع برغدای  
مخصوصدر زیرا چوربانک اکل و استعمالی وجودی  
بسلیه جکندن ماعدا دمه دخی سرتک ویره رک بدن و باغیر صاقلرک  
حدتی دفع و تسکین ایدر .

تارخنه و اون و قولاق چوربالرینک شعریه چورباسی قدر  
هضمی خفیف اولدیغندن معده لری ضعیف اولانلر بو چوربالره  
پک هوس ایلیه لر .

صدرلری ضعیف اولوب اکثریا اوکسور و کدن قور تلمیان کیمسه لر  
حقنده سوتلاجک هر وجهله فائده سی واردر اینک و خاتون و مرکب  
سوتنده شکر ماده سی زیاده جه موجود اولوب خاصه غداشیه سی  
دخی سائر جنس سوتلردن زیاده در قویون ایله کچی سوتنده یاغ  
ماده سی افراط در چده بولندیغندن هضمی مشکلجه در .

سوتلرک کافه سندن یوشادینجی برخاصه اولدیغندن شکر کيفسز لکلر نده استعمالی نافعدر فقط صیق صیق معده فسادینه دوچار اولانلر حقنده استعمالی موافق دکلدر .

### ﴿ سودلی قهوه و چیقولاته ﴾

سوتلی قهوه ساده قهوه دن خفیف اولوب وجودی جزئی بسلر ایسه ده افراطی بدنه کوشکلک ویردیکندن نحیف البنیه کیمسلر ایله چوجقلر حقنده دوامی مضردر . چای دخی بوقیلدنر . چیقولاته گرچه قهوه یرینه قائم اوله بیلور ایسه ده مقویلاک خاصه سنه زیاده جه مالک اولدیغندن معده وباغ صاقلری صیقار بونک ایچون مجرای هضماری حدت و عقونتنه مبتلا اولانلر ایچون استعمالی مناسب دکلدر .

### ﴿ چرز ﴾

بادم و فندق و جوزک طبیعتاری حار و هضماری بطیجه اولدیغی کبی کستانه و مصرک طبیعتی یللی و هضمی متعسرجه اولدیغندن افراط اوزره اکلنندن حذر اولنمیلدر الحاصل بتون میوه لرک آج قارنده اکللی و خام وقارتلرینک استعمالی جائز دکلدر .

## ﴿ تَنْبِيْه ﴾

يَكْه اَشْتَهَا يُوْق اَيْسَه يَخُوْد مَعْدَه دَه اَغْرَاق يَعْني يَدِيْكِي شَيْئَك هَنْوَز  
هَضْم اوْلَمْ دِيغِي حَس اوْلُوْر اَيْسَه يَمَامَك كَر كَدْر زِيْرَا بُوْحَالَدَه  
يَنْه جَك يَمَك هَضْم سَرْزَغِي يَخُوْد اَخْر بَر خَسْتَه لَغِي دَعْوَت اَيْدِر .  
اَطْعَمَه يِي يُوْتَمَازْدَن اوْل اَغْرَدَه اِيُوْجَه چِي كَنْيُوْب اوْ كُوْتَمَك  
اِقْتِضَا اَيْدِر زِيْرَا هَضْم كَيْفِيْتِي اَغْرَدَه بَدَأ اَيْدِر مَعْدَه دَه اَكْمَال  
اوْلُوْر .

سَرْعْتَه اَكْل اَيْتَمَك موَافِق طَب دَكْلَدْر چُوْنَكَه اَطْعَمَه سَرْعْتَه  
اَكْل وَا لَيْقِيْلَه چِي كَنْه مَدَن بَلَع اوْلُوْر سَه مَعْدَه دَه صِيْقَنْدِي وِبَطْنَدَه  
يِل حَاصِل اوْلُوْر . وُجُوْدَك لَيْقِيْلَه بَسَلْمَسِي چُوْق شِي يَمَك اَيْلَه  
اوْلِيُوْب اَكْل اوْلُنَان شَيْئَك اِيُوْجَه چِي كَنْه نُوْب لَيْقِيْلَه هَضْم  
اوْلَمْ سَنَه مَتُوْقْدَر .

طَعَام اَشْنَسَنْدَه اَعْتِدَال اوْزْرَه صَوَايْچَمَكْده بَأْس يُوْق اَيْسَه دَه طَعَام  
عَقِيْبَنْدَه چُوْق صَوَايْچَمَك هَضْمِي تَعْطِيْل اَيْدَه جَكَنْدَن اِيُوْد كَلْدَر .  
پَك صِيْچَاق وَا يَپَك صَغُوْق شِيَارَك سَرْعْتَه اَكْلِي مَوْذِي اوْلَدِيغِي كَبِي  
جَزْئِي تَعْفَنَه يُوْز طُوْتَمَش شِيَارَك اَز چُوْق اَكْلِي بَغَايْت مَضْرَدَر .  
اَطْعَمَه يَه لَذْت وَا يِرْمَك اِيْچُوْن طُوْز وَا بُوْبِر وَا صُوْغَان وَا صَارْمَسَاق  
وَا سِرْكَه وَا خِرْدَال وَا مَاشَالِي مَوَاد مَصْلَحَه نَك قَدْر كَفَايَه دَه اِسْتِعْمَالَنْدَه

هضمجه فائده اولور ايسهده افراطی معده وباغصاقلرك عفوئتی  
وبالآخره اعضای مذکورہ نك بطائنی موجب اولور طوق  
قارننه پكچوق قوشمقدن وزیاده باغیرمقدن حذر اولماید  
زیرا بو حالدہ كثرت اوزره یورغونلق ویرن شیلرك كافهسی  
موذی ومضر در .

### ❖ اكل وشرب حقننه رعایت اولمسی اقتضا ایدن قواعد ❖

اطعمه واشربه نك مقداری وكیتی مزاج وسن واقلمیه كوره تخالف  
ایده جكندن هر شخص ایچون لزومی اولان اطعمه واشربه نك  
مقدارینی تعیین وتحدید ایلك ممكن اوله ماز .  
بونك ایچون هر كس معده سنك قوه هاضمه سنی بشقه سندن اعلا  
بیله جكندن ما كولات ومشروباتی معده وقوه هاضمه سنه تطبیق  
ایتماید . شو تقدیرجه هر بر شخص احتیاجندن زیاده يك  
واچمكدن صاقنوب معده سنك هضم ایتمدیكى نوعی ترك وهضم  
ایده بیلدیكنی والحاصل ما كولات ومشروباتك كافه سندن مزاجنه  
موافق بولدیغنی اكل وشرب ایلمسی اقتضا ایدر اكر بعدالطعام  
باشده سر بستك وبدنده خفت وایولك وذهنده كشایش وصفوت  
حسن اولنور ايسهده بوندن اكل وشرب اولنان شیئك قدر كفايه

وحدنصابنده اولدیغی بونک عکسی اولدوق بعدالاکل والشرب  
 وجودده آغیرلق وزهنده دورغونلق ونشئه سزک ومعه طرفنده  
 شیشکینک وطوانغونلق ایله برابر او یقوغلبه سی وقوعبولور ایسه  
 بوندن اکل وشربک افراط درجه استعمال اولندیغی معلوم اولور.  
 نتیجه کلام اکل وشرب حقنده رعایت اولندجق قاعده سفره دن دها  
 اکل وشربه اشتها واقبال وارایکن قالمق و اوقات معینه ده طعام  
 اتمک ومعه ده طوانغونلق و اوجه ییلین شیک هنوز هضم اولندیغی  
 حس اولندجه برشی یامکدن عبارتدر .

### ﴿ صو ﴾

صوکافه مخلوقاتک مابه الحیاتی وجهله مشروباتک انفی اولدیغندن  
 حد اعتدالده شرب واستعمالی حرارت بدنیه یی تسکین وغدایی  
 تطیب وهضمی تسهیل ایدر . صوسزیشامق ممکن دکلدن لکن  
 افراطی معده یه ضعف وقوه هاضمیه بطائت ایراث ایدرک برچوق  
 خسته لقلرک ظهورینه سببیت وبرر .

صولر اکثریا اجسام غریبه دن خالی اولدقلرندن بومقوله صولرک  
 شرب واستعمالی علل متنوعه نک تولدینه بادی اوله ییلور بونک  
 ایچون انسان راست کلدیکی صوی ایچمیوب ایوسنی ایچمک اقتضا



ایدر چونکه ایو صوایچنلرک بدنلری قوی و صاغلام و فنا صوایچنلرک بالعکس صحت وجود و عافیت بدنلری مختل و مشوش اولور . شربه صالح اولان صولر پیکار و چشمه و چای و یاغور صولرندن و غیر صالح اولانلری آجی قیو صولری ایله را کد و بولانیق صولردن عبارتدر .

صویک اعلاسی براق اولوب رایحه دن عاری و طعمی طاتلی و صابونی تیز کوپورتیر . صابونی تیزولایقیله کوپورتمین و قوری فصولییه کیچ پشیرن صولرده کیچ طوزلری بولندیغندن بودرلو صولرک شربی مضردر .

### ﴿ هوا ﴾

تنفسنه هر آن و دقیقه محتاج اولدیغمز هوانک صافیلکی عاقیت بدنی و متوالیا آق جگرلره نفوز و تأثیری بقای حیاتی موجب اولدیغندن آق جگرلره برقاچ دقیقه هوانک منع دخولی آئیده هلاک و تلفی مؤدی اولور .

بونکله برابر دروننده یشاد یغمز هوانک درچه کثافت و انبساطی و حرارت و برودتی و رطوبت و بیوستی جهتلیله وجود انسانه تأثیرات مخصوصه سی اولور . زیاده یوکسک محللرک کثافت

هواسی قلیل اولدیغندن بویله مواعدهه بالطبع تنفس کسب سرعت و حرکت قلب تزیاید ایلیه چکنندن آق جگر ایله قلب فنا حالده یوریلور بوسیدن ضیق صدر و خلجان قلب علتلرینه مصاب و یامستعد اولانلر اومقوله یوکسک یرلرده و جبال اوزر لرنده ساکن اولمیه لر . هوانک افراط اوزره صیجاقلنی وجودی زیاده ترلته رک بدنه ضعف و یردکدن بشقه قانک بینه طوغری صعود و هجومی موجب اوله جفندن موسم صیفک شدتلی صیجاقلرنده و خصوصیه زوال وقتنده اوزون اوزادی به کونشده کزمامک و موسم شتاده ساکن اولنان اوطه پی نهایت اون سکز و اون طقوز درجه حرارتدن زیاده ایصیتماق اقتضا ایدر صفوغک وجوده سوء تأیری جلدک سطحه قریب طمارلری بوزه رک قانی اعضای داخلیه به سوق و متوجه قیلیمیه مذکور عضولردن سده و عفونت پیدا ایتدیرمه سیدر . بونک ایچون صفوق هوالرده آچیق صاحیق و حفیف البسه ایله کزماک کار عاقل دکلدیر .

صاعلام اولمیان هوانک مضراتی و صاغ و تازه اولان هوانک منافی درکار و انسان ایسه ساکن اولدیغی اوطه نک تجدد هواسنه قویا محتاج اولدیغی بدیدار ایسه ده اوله قپو و پنجره لری آچدق

جریان هوایه قارشو کوکس و یروب اوتورمق زیاده سیله  
مضر در .

چوجقار ، ایوجه معلومکز اولسونکه اوله جریان هوا پیدا ایدن  
کوشه و سوراق باشلرنده و قپو ارالرنده و آچیق پنجره اوکلرنده  
اکنوب اوینامقدن و یوریلوب وجود تره غرق اولدقه کوکس  
باغرینی آچوب روزکاره قارشو طورمقدن زیاده صاقینمق  
اقتضا ایدر .

زیاده رطوبتلو هوانک وجوده مضرتی اولور زیرا هوانک  
رطوبتی ترشح جلدیدی عوق و تأخیر و ترشح رنه بی تشویش  
ایتمکله بوندن خناق و نوازل و امثال امراض ظهوره کلیر .  
زیاده یبوستلی هوانک دخی وجوده کلی مضرتی اولور چونکه  
هوا نقدر حار و یابس اولور ایسه ترشح رنه اوقدر تزاید  
ایده رک آق جکرلره کرکی کبی یبوست و قور و واق عارض اولدیغندن  
بو حالده نفس زحمله آلور و قان پینه زیاده جه صعود و هجوم  
ایده رک سرسملک و بعضا سکتته علتی ظهوره کلیر .

### ﴿ سکنا ﴾

یکی یاپیش برخانه یا خود تعمیر اوانوب بویا و صیواسی لایقیله قورو-  
مامش براوطده ساکن اولمق برطاقم علل مهلکینی منتج اولور .

كذلك سكنا مثلو هواسى محدود و محفوظ محللرده ساكن اولان انسان و حيوان، نفساريله محال مذكوره نك هواسنى تغيير و افساد ايدر شوييله كه هر نفس ده هواتك مركباتندن مولد الحوضه آندرق بدلتنه حامض فخم اسميله تنفسه غير صالح برغاز ترك اولنديغى وكذلك موم و لامبه و قنديل و غاز ايقاد اولندقدده بونلر دخى هوايه حامض فخم دنين غاز مهلكى اعطا ايتدكلى جهتله بومقوله محللك هواسى بوزيلور بونك ايجون اره صره پنجره آچيله رق سکنانك تجدد هواسنه دقت اولتمق و طارجه محللرده غلبه لك يا تمامق و يتاق او طه لرنده قوقولى چيچك بولنديرماق اقتضا ايدر .

كذلك او طه و سائر قبالى محللرده كمور يا تمامق و كمور قوقوسندن كال درجه صافتمق لازمدر زيرا قبالى بر محله كمور قوقوسى انسانى تلف ايدر .

### ﴿ رياضت بدنيه ﴾

تعليم و حرکت بدن ترشح جلدى بى تسهیل و قوه عضليه بى تزويد و ذهنى ايقاظ ايدنه جکندن بونك حداعتدالده اجر اسنده وجودجه پك چوق فائده كسب اولنور نتكيم اثرده وارد اولديغى اوزره ( سر بعد الطعام ولو كان خطوة ) قولنجبه طعامدن صكره برخطوه حرکتك بيله وجوده نفى اولديغى فهم اولنور فقط افراطى

مضر در بونک ایچون چوجقاره اوله تحمللرینک فوقنده اوزون اوزادی یه قوشمق وطاقندن قانجه یه قدر اویون اوینامق پک فنادره . جیناستیق تعلیلری اطفالک سنلرینه ووجودلرینک درجهء تحملنه کوره اجرا و بوخصوصه معملر طرفندن دقت اولنور ایسه فأنده سی مشاهده اولنور فقط دقت اولنمیوب چوجقاره کیف مایشاء تحمللری خارجنده زورلو حرکات و تعلیلر اجرا سنه مساعده کوستریلور ایسه بوندن اکثریا قاصیق یاریغی و قیریق و حقیق واینجیک و امشالی عارضه لر ظهوره کلور . جیناستیق تعلیمه هوسکار چوجقار ریاضت بدنیه بیتیه نام کتابغزی اربانندن او قویوب شکلرده کوستریلن حرکتلری یولیه اجرا ایدر لر ایسه بوندن وجودجه فأنده کوره جکلرندن ماعدا بعض علل و امراضک دفعی چاره سنه دخی بیوک برهمت ایدلش اولور .

### ﴿ نوم و یقظه ﴾

کوندوزلری اشغال و حرکت بدنیه ایله وجوددن ا کسین قوتک یکیدن ا کتسابی ایچون اویقواویومق مطلقا لازمدر . چونکه انسان اویقویه واردقدنصکره بالجمله قوای اختیاریه عملدن قالب سکونت واستراحتده بولنه جفندن وجود دخی راحت بولوب کسیکلک و بورغونلق دفع و زائل اولور .

نوع بشرک نه درجه لرده غذا ایله هوایه احتیاجی وار ایسه اویقویه  
 دخی او درجه لرده احتیاجی اولدینی درکار در چونکه  
 اویقوسزلق کبی قوؤ بدنیه تی زافنا ایدر شی اوله ماز الحاصل  
 قدر کفایه ده اویقو وجودک غداسیدر . اویومدن یشامق ممکن  
 دکدر اویقو وجودک غداسی مثابه سنده ایسه ده بونده دخی  
 حد اعتدالی کوزتمک لازمدر زیرا حد نصاب و اعتدال دن  
 زیاده اویقو صحت بدنی مختل قیلوب ذهن و بدنه کسالت و بطاات  
 ایراث ایدر .

الحاصل اویقوسزلق هضمی تسویش و اعصاب حسیدینی تحریک  
 ایدرک انسانی دماغ علتیرینه اوغراته جغندن اویقوی تشویش  
 ایدن بالجه اسبابدن مجانبت اولنوب اویقو اماره سی حس اولنور  
 اولنماز و قتیله یاتیلوب قالمق اقتضا ایدر برده اویقو کیمجه یه  
 مخصوص و کیمجه اویقوسنک وجوده فائده سی بشقه اولدیفندن بونک  
 ایچون کیمجه لری اوزون اوزادی یه مشغول اوله رق اویقوسز  
 قابوب کوندوز اویومق ایو دکدر .

صاغ وصول یعنی هانکی طرف اوزریند یاتیلوب اویومقده راحت  
 اولنور ایسه او طرفه یاتیلوب ایستدکجه صاغ وصولنه دونیله .  
 باش یا صدیقی براز یو کسکجه اوله رق اوزانوب یاتلدقده راحت  
 زیاده اولور .

مدت نوم مزاج وسن وه موسمہ کورہ تخالف ایده جکندن سناری  
یکرمی بش ایله قرق بش بینده اولانلره یدی ساعت وکنبلره سکز  
ساعت وچوجقلرایله قادینلره طقوزساعت واختیارلره التی ساعت  
اویقو کفایت ایدر .

اویقونک کفایتنه باشلیجه علامت قبل النوم انسانک اوزرنده کی  
ثقلتک بعد النوم زائل اولهرق تکرار اویقویه ایستک واحتیاج  
قالماقدر .

### ﴿ البسه ﴾

البدسه دنیان شی وجودی قیشک تأثیر برودتندن ویاژک حرارتندن  
محافظه ایده جکندن قیشین صیجاق ویاژین سرین طوتار البدسه  
اکساسنه رغبت اولنمیدر .

وجودی چندره یه قویار جهسنه طار وصیق البدسه اکساسی  
دوران دمه واطراف واعضانک سر بست حرکاتنه مانع اولهرق  
وجوده مضرت ویره جکندن بومقوله طار البدسه یه رغبت اولنیه  
البدسه مملکت وموسمه کوره اویغون اولمیدر یعنی صیجاق مملکتلرده  
بولجه وسرین طوتان وصفوق مملکتلرده براز طارجه وصیجاق  
طوتان البدسه اکسا اولنمیدر . پک آغیر وصیجاق طوتان البدسه  
وجودی زیاده ترلته رک بدنه ضعف ویره جکندن موافق طب دکلدیر .

انجق بیوجک سنلرده اولانلرک جلدی بالطبع صیقیشوب اخلاط  
بدنیه سنک حرارتی ده کنجیلکده کی کبی اوله میه جغندن بونلر  
حقنده صیجاق طوتان البسه نک اکسای مناسیدر .

سهولته ترلین سیمز آدملر ایله صدر ونزله علتلرینه مستعد اولان  
کیسه لرک همه حاله تن اوزرینه فانیله کیمه سی اقتضا ایدر .

زیرا حرکت ایله تیز ترلین کیسه لرک وجودی سهولته برودتک  
تأثیرینه دوچار اوله جغندن بومقوله لر حقنده فانیله کیمک خیرلی در .  
چونکه پموق بزلی کوملک ، ترايله اصلانیدیغی وقت سائر جنس  
بزلر کبی تری چارچابوق بخاره منقلب ایده مدیکی کبی وجودی  
اختلاف هوانک مضرت وتأثیرندن ونزله صدر ونوازل مثللو  
کیفسر لکلردن وقایه ایده من جزئی صغوغک تأثیریه قارنده  
راحتسزاق حس ایدنلر ایله اسپاله مستعد بولنانلر وبل آغریسی  
چکنلر قارنرینه فانیله قوشاق صارملیدر لر .

### ﴿ آیاق قانی ﴾

چوجقلر ، معلومکز اولسونکه جناب واجب الوجود انسانی  
حیوانات سائر دن نطق ایله ممتاز بیورمش اولدیغی کبی حیواناتک  
دخی اسباب محافظه وجودیه لرینی واحتیاجات ضروریه لرینی بیله



بالذات تدارکدن معرا اوله رق یوقدن وارایتمش اولدینی کونش  
کبی آشکار وانسانک ایسه احتیاجاتنک بعضارینک تدارکچون  
ابنای جنسنه محتاج ایدوکی بدیداردر .

مثلا آیاق قابی مقامنده حیوانانده طرناق وسائره موجود اولوب  
لکن انسانک شرف خلقتی و مزیت فطرتی سببیه حیوانات سائره  
مئلوچیلاق آیاق ایله کزه بیلسی قابل اوله میه جغندن قوندوره و یعنی  
وپوتین و چیزمه مثللو آیاق قابیری انسانه مقتضی در زیرا آیاق قابی  
آیغی ارضک برودت و رطوبت و حرارتندن محافظه و آیاق التنده  
تصادفا بوانه جق سیوری کیمک پارچه سی و حیوی و جام قریغه  
بکزر اشیای جارحه خارجه تهلککسندن محافظه ایدر .

آیاق قابی پک ککیش اولور ایسه آیاغه ملاصق و او یغون  
اولمه جغندن حالت مشیده چیقوب صاحبنه زجت و پرر و طار  
اولور سه ایاق و پارمقلره صیقندی ویره رک ناصور و وجع کتورر .  
چورابک یاز و قیشده اولان محسناتی بدیهدر بوسیدن یازین سرین  
و قیشین صیجاق طوتان چوراب کیمک و یازین کیلن چورابلر  
چابوق کیرانه جکندن صیقجه دکشدیرمک اقتضا ایدر . الحاصل  
بقراط حکیمک قولی اوزره « آیاغه ایصیدر نسنه کیمک کر کدر » زیرا  
آیاقلرک برودتندن صانجی ایله معده و باغر صاق و باش و کوکس و آلات  
بول خسته لقلری پیدا اوله جغندن یالین آیاق کزمامک لازمدر .

## ﴿ نظافت و طهارت ﴾

نظافت و طهارت صحت بدنك اساسی ديك اولديغندن بوكاده يك زياده دقت و رعایت اولتمق لازمدر طهارت خصوصنده قصور و قیدسزاق ایله کوستریله جك معذرتك بروقتده قبولی جائز اوله ماز چونكه بدنغزی سترایدن جلد « مسامات » نامیله قابور مثالی برچوق دلیکلمی محتوبدر . بودلیکلردن لاینقطع تراسمیله بررطوبت ترشح ایدرك صیزار و بورطوبته یاپیشقان بر ماده واردرکه ترك مائیلو قسمی سطح جلدن تبخر ایتدجکه بویاپیشقان ماده باقی قاهرق سطح جلد اوزرنده ضمغ کبی بر روغن حاصل ایدر و بونك اوزرینه خارجدن کلوب قونان توزلردن بدنده کیر دینلن شی ظهوره کلور . کیر جلدیغزی تحریک ایدرک وجودی کیدیشدیروب راحتسز ایدر بوندن ماعدا کیر تمیزلنمیوب تراکم ایلدجکه مسامات جلدیه ناک منفذ و آغزلیخی سدایده رك ترك عوق و تأخیر و حبسنی موجب اولور و بوندن اکثریا کل و او یوز و طوزلو بلغم و امشالی علل جلدیه ظهور ایدر .

بونك ایچون صیق صیق جاهه صوینوب کیسه و صایون ایله

وجودی تمیزجه بیقماق و تمیز جامه شوی کیمک لازم کلور پيسلاک ایچنده یکی اثواب کیمکدن تمیز واسکیجه البسه کیمک دها خیرلودر زیرا اوستی باشی کیردن قوقان پيس چوجقلر یانلرنده کیلری تعجیز ایدرک نفر تلیخی جلب ایدر الحاصل تمیزک ایماندندر نظافت و طهارتک حال صحته اولانلره فائده سی اولدینی کبی مریضلر حقنده دخی نفعی انکار اولنه ماز بناء علیه بر خسته ترلده که یاخود جامه شوی کیرلنده که دکشدر لمسنده محذور اوله ماز فقط کیدریله جک جامه شویک نمناک اولیوب قورو و براز صیجاق اولسی شرطدر صیق صیق بیقنوب جامه شوی دکشدره رک بدن والبسه نک . پا کلکنه دقت اولنمق لازم کلدیکی کبی ساکن اولنان محلاک طهارت و نظافتنه دخی بشقه جه دقت اولنمق اقتضا ایدر زیرا بعض فناجا و کیفسزلکلر سکنا لرینک طهارتنه دقت ایلمنلرده ظهور ایدر .

### ﴿ جامه صوئبق و صویه کیرمک ﴾

هیچ بروقت طوق قارننه جامه کیرلما لیدر زیرامعده ده هضم سزاق ظهور ایدر بوتک ایچون جامه طعامدن اول یاخود طعامدن اوچ درت ساعت صکره کیرلیدر . جامه کیرلده که اوزون اوزادی یه اوتورلیوب تمیزجه بیقماق ، چقیله جنی زمان وجود حالو ایله ایوجه صاریلوب صفوغک تأثیرندن محافظه اولنمق

وتر آیشوب لایقیله قورومق سزین عجله البسه کیمه مک و طیشاری  
 چیقماق و جام عقینده روزکارده کز مه مک اقتضا ایدر  
 پک صیجاق جام و خلوتلرده اوتوروب صیق صیق ایچرودن  
 طیشاری یه چیقوب کیرمک مضر در . جام و خلوتلرده زیاده  
 طوریلور ایسه اکثریا ایمنفانلی و باش دونمده سی و کوز قرار مه سی  
 ایله کوکل بولاندیسی و بونلری متعاقب بعضاً قانک بینه طوغری  
 زیاده جه صعود و هجوم ایلمسندن معاذالله سکتده عتی ظهور  
 ایله یکی واقعدر بونک ایچون بودر جه لرده جامده اوتورمق  
 عین خطادر .

دکز و سائر صغوق صولره دخی طوق قارننه کیرلماک اقتضا ایدر  
 موسم صیفده دکزه کیرلک قصد اولندقدده غروب شمسدن براز  
 اول کیرلمسی جساباندر .

دکزه بسبتون کیرلمزدن مقدم ابتدا اللریخی بعده اللریله یوزینی  
 صدرینی اصلاته رق آیشدیردقدنصکره بسبتون کیرلک و چقنجه یه  
 قدر راحت طور میوب حرکت ایدلک لازمدر .

وجودلرنده چبان و طوزلو بلغم و سائر امراض جلدیه سی اولانلر  
 ایله ادرار لرنده یا ئیقلق و قرمز یلق و ازاق حس ایدنلر و خلجیان  
 قلب و اوکسور وک و ریخ طیار علترلرینه مصاب بولنانلرک وجودلری  
 ترلی و قارنلری طوق ایکن دکزه و صغوق صولره کیرمه لری جائز دکلدر

### ﴿ امراض نفسانيه ﴾

غضب وحدت امراض نفسانيه نك اشدي اولوب بوحال قاني جوشديره رق بتون وجودى اختلاله دوشوره جكندن صحتك قدر واهميتى لايقيه تقدير ايدنلر اشوبلاى حدت و غضب دن نه درجه لرده احتراز اوزره بولنلق لازم كله جكنى قياس وملاحظه بيوره لر .  
 كرچه حدت لتمامك يداختيار عزمده دكل ايسه اولور اولماز شيلر ايچون حدت لنه رك حضور قلبى بيهوده تشويش ايدوب راحت سز اولمقدن ايسه عفو ايله معامله ايدنه رك خوش كورمك هم حكيمه وهمده صحتده موافقدر .

حديد المزاج وسريع الانفعال كيمسه لر دائما هضمى آسان وخفيف شيلر اكلنه رغبت ايدوب دمه حدت ويرن شيلر ك جله سندن خصوصيله افراط درجه ده اشتغالات بدنيه وتصويره دن وكثرت مطالعه واويانق قالمق كى حالات دن كمال درجه حدت ايدنلدر .

### ﴿ خوف وخشيت ﴾

خوف دخى امراض نفسانيه دندر چوجقار بيننده بربرلرني قور قوتق عادت سقيم قديمه در . بو عاده چوجقار اكثريا كوركو وايشتمك ايله الفت ايدر لركه بوكادايه ولا لا ويدر ومادر لرى طرفندن رضا كوستر ليوب بويله قولاق لر ينه اصلى اولميان شيلرى

قویماق و بالفرض غولیبانی و چهارشنبه قاریسی و جادی و امثالی  
 قورقونج حکایه لری سویلتماک وایکیده برده اوماجی دیواورکو.  
 تمیوب هر حالده یورکلی آیشدیرمق خیرلیدر زیرا بومقوله فنا  
 عادتلر ایله قورقاق واورکک آیشان بیچاره چوجقلر کیجه لری  
 کولکه لرندن بیله اورکرلر . آنسزین برسس و شمانه اوزرینه  
 خلجان قلب ایله ال و آیق دتره مسنه دوچار اولورلر . بویله  
 قورقو ایله پک کوچ او یورلر . برازاویقویه طالسده لر بیله قورقنج  
 رؤیالرایله بیحضور قالورلر و بو حال ایله وجودلری زنده اوله میوب  
 کوندن کونه ضعیف دوشه رک نهایت الامر دواسی مشکل  
 برکیفسزانه دوچار اولور .

### ﴿ غم و کدر ﴾

غم و کدر امراض نفسانیه دن اولوب بوده صحت و جوده  
 ایراث مضرت ایدر چونکه غم و کدر بنای وجودی تملندن بیقار  
 و بوکا تسلیت بخش شیلر ایله تخفیفیدن بشقه چاره اوله ماز .  
 برقراده بولنق انجق واجب تعالی حضرتلرینه مخصوصدر  
 مقضای قدر نوع بشر کاه طالع سعیده و کاه نحوسته کرفتار  
 اوله جفندن انسان کامل ایچون بونلرک هیچ بریسندن نه آشوری  
 مسرور ونده پک مکدر اولماق لازم کله جکی بیلملیدر .

## ﴿ مراق ﴾

تصورات ذهنیه نك متوالیا لکز برشی و بر ماده اوزرینه صاپلانوب  
 قائمسی قاعدۀ حفظ صحته منافی و بالعکس تصوراتك تنوعی موافق  
 حکمتدر چونکه ذهنك برشی اوزرینه صاپلانوب اوشیئی دائماً  
 قورمق ویالکزانك اوزرینه صرف افکار ایتك مراق علتی  
 ظهوره کتورر . بومقوله اهل مراق قوه هاضمه لرینه بطاات  
 و وجود لرینه ضعف و سکر لرینه کسل طاری و اخلاط بدنیه سنه  
 فساد عارض اوله رق مجرای هضمی لرینه ریح استعلا ایدر .  
 قوروتی دخی مراق مثلوه منافی حفظ صحته در چونکه قوروتی  
 آلام و اکدارك موجدی اولدیغندن بومقوله قوروتیلی کیمسه لر دائماً  
 حال بدبختی لرینی دوشنوب در خاطر ایتلر یله بروقتده الم و کدردن  
 سالم و راحت اوله مازلر .

## ﴿ عدم اعتدال ﴾

هر شیتك اعتدالنده خیر و افراطنده شروندامت کوریلور حتی عالمك  
 دیلدیکی سرور و سونجك بيله افراطی وجوده موذی و مضر در .  
 بو عالمده انسان ایچون اقتصاد نفس ایله حد اعتدالده حرکت بدن  
 و اشتغال ذهن کبی حکیم حاذق اوله ماز زیرا بو ایکی شی بنای صحتك  
 اساس قویسی اولدیغی و بوکار رعایت سر لکدن پك چوق کیفسر لکدر  
 نشأت ایلدیکی مجربدر .

بناء علیه هر کس جانی کبی قیمتلی اولان صحتک امر محافظه سی ایچون اکل و شرب و مشاغل بدنیه و تصویریه و نوم و یقظه خصوصاً صلبیه جمع امورده دائماً اعتداله رعایت و هر بر شیدک افراطدن مجانبت ایلمک قضیه سنی همیج بروقت ذهنندن چیقار ماملیدر .

فن حفظ صحتک اساسی اعتداله مبنی اولدیفندن موجبجه حرکت اولندیغی تقدیرده اطبایه بیله پک او قدر احتیاج قالماز .

### ﴿ سموم ثلاثه دن معدود اولان مسکرات و دخان و لعیبات ﴾

شرب خمر و مسکرات سائره ایله شرب دخان و لعیباته ابتلا «سموم ثلاثه بلیه سی» اسمیله تسمیه اولنمشدرکه بونلردن هر برینک وجوده بشقه بشقه تأثیر شدید و مضر تیری اولور شوراسی غریبدرکه شرب خمره دفع غم و شرب دخانه اکلنجه و لعب قاره زحمتسزجه کسب ثروت ایچون هوس اولندیغی سویلنیور ! شو حالده اکر بو اوچ شی بولنماش اولسه ایدی انسان ایچون دفع غم و اکلنک و کسب ثروت ایتمک ممکن اولماق لازم کلور ایدی حالبوکه بوطن بسبتون باطلدر بو اوچ شیدن کورلمکده اولان مضراتک حدی بی پایاندر انسانی نیجه بلا و فالا کتره و غنیاری فقر حاله و وجودلری صاغلام اولانلری صراق و سودا و جنمون و سائر دواسی مشکل دردلره گرفتار ایدن شو سموم ثلاثه بلیه سیدر .



خفي اولميه كه بقاي وجود اكل و شرب ايله ممكن اولوب بونسر انسانك يشامسى ممكن اوله مديني و بونلره هر كون قويا احتياج بولنديني حالده ينه هر نصل ايسه دقت اولنه مامقده و افراط و يا خود سوء استعمالدن كيفيمزى بوزوب خسته اولد يغمز كورلمكده ايكن بوكا قانع اولمايوبده بقاي وجود و صحت بدنه فائده سى اوليان و بالعكس مضرتى هر كون هر ساعت كورلمكده بولنان بي لزوم شيلرك استعمالنه مجبور اولمق بيهوده اسباب امراضى تكثير ديمك اوله جغندن بو مقوله فناقلرى بلا موجب اختيار ايدنلره صاحب عقل نظريه نصل باقيلور ؟

چونكه عشرت ام الخبائث اولدقدن بشقه معده و باغرساق و دماغ مرضلريني و توتون كوكس علتلريني موجب اولور قار او يونى دخى مخاصمه و مضاربه و مقاتله و فقر حال و ضرورت و الحاصل هر درلو ناهوسسزلفى ارتكاب ايتديرر ايسته عقللى چوجقلرك بويله فناشيلردن صاقمه لرى شويله طورسون بونلرى ارتكاب ايدنلر ايله دخى الفت و انسيت و اختلاط و مصاحبتدن مباحدت ايللرى لازمدر مسكرانه دائر بتون مشروباتك حرام و وجوده مضرا اولديغنه ايچن كيسه لرك سرخوش اولمه سى دليل كافيدر زيرا سكرى موجب اولان شيلر ابتدا معده يي بعده دماغى تحريك ايتدكدن بشقه قانك دماغه چيغمه سنى مؤدى اولوب

انسانه سرسملك ویرر حسی آزالتهرق بدنه اویوشوقلق کتیرر  
ایشته سرخوشلق دنیلن حالت مذمومه شوتدن عبارت اولوب  
انسانی بهایدن ایلمکه سبب مستقندر .

راقی و شراب مثللو مسکراتک وجوده مادی و معنوی مضراتی  
اولدینی کبی سرخوشلق موقت جنت دیمک اولدینندن انسانه  
جسارت ویرهرك نیجه نیجه فناقلری اجرایه سوق ایدر وقوت  
بدنی ازاله ایده جکندن سرخوشلر درست یوریه میوب ایکی طرفه  
بیقیلهرق کیدر و تیزتیز دوشرلر و انواع فلا کته دوچار اولورلر .  
خلاصه کلام نیجه عاقل و ذکی آدملرک عقل و ذکاسی مسکراته مبتلا  
اولق حسیله حق و بلاهته مبدل اولدینی مع التأسف کوریلدیور  
سرخوش اولمه نیک چاره سی سرخوشلرک حالارینه باقوب  
عبرت المقدر .

سیغاره ایچمه نیک وجودجه اولان مضرتی شویله طورسون  
اطفالی پدر و والده لری توتون ایچمکدن منع ایده کلدکلرندن  
و چوبوغک تدارکی سیغاره یه نسبتله کلفتلی بولندی بی جهتله  
سیغاره یی اطفال کیزلیجه استعمال ایتمکی قولای بولدقلرندن  
شوحال چوجقلری حین صباوتلرنده توتون ایچمکه آلدیره رق  
اکثریسنک کسب کالدن محرومیتلریله تمضیع اوقات ایلرینه  
سببیت ویردیکی معلومدر . برده پدر و یا والده لرینک آکسرین

اوزر لرینه کلدکلرینی سزدکلر نده الارنده کی سیغاره فی کور مسون دیو  
 راست کله اوتدیه بری یه وحقی او طده یاصدیق ویاناق آرقه لرینه  
 آتیورملری اکثر اخشاب بنالرده حریق ظهورینه مؤدی اولدیغی  
 نابتدر . پدر ووالده لرك شو سیغاره می یاقیور وچوبوغه آتش  
 آلیور « دبهرك چوجقلرینی سیغاریه آلسدیر دقلری دخی  
 وارسته قید اشتباهدر . خلاصه بویله بی لزوم وفانده سز شیره  
 آلیشماق هروجهله خیرلودر .

### ﴿ دیشلر ﴾

دیشلرک اوج درلو نفعی واردر اولکیسی فک حسن ولطافتی  
 ایکنجیسی لفظی درست وعیب سز ادا ایتدیرمی اوچنجیسی  
 ینله جک شیرلی لایقیله اوکوتمه سیدر .

دیشلر نه قدر زیاده نقصان اولور ایسه هضم او قدر عسرتله اجرا  
 اولور انسان اکل ایده جکی شیئی نه قدر ایو چیکنر و اوکو تیر  
 ایسه معده او قدر زحمت سز و سهولت ایله هضم ایدر وجود  
 لایقیله بسنور بونک ایچون انسان دیشلرینی کوزلجه محافظه  
 قیدنده بولماید دیشلرک تمیزلکنه دقت اولنماقندن رفته رفته  
 سیاهلق واتلرینه عفونت کله رك ساللانیر و تعفن پیدا ایدر . نتیجه  
 کلام برشیئک دیشه چارپوب اورمه سی ودیش ایله سرت شیرک  
 قیرلمه سی وصیجاق طعام عقینده صفوق یاخود صفوق برشی

عقببنده صیجاق شیرک اکل و شربی و پک اکشی و یا طاتلی شیرک دوام استعمالی و دیشلرک لایقیله غسل اولنوب تمیزلنمه مئی اکثریا دیشلرک خرابنه بادی اولور بوسبیدن دیشلرک مسواک ایله تطهیر و تنظیفنه دقت ایلمک و سرت شیر قیرلماق اقتضا ایدر .

### ❖ اخراجات و افرازات ❖

ینین اطعمه حدنصابنده هضم اولنسه بیله ینه ایکی قسمه آریلور « کیلوس » دینن قسم لطیفی قانه قاریشور دیگر قسم ثقیل و غلیظی باغرساقلردن مرورایلدیکی ائنده مذکور قسم لطیفدن تمامیه آریله رق قزورت حالنده طشره دفع اولنور .

اطعمه تک کیلوس حالنده قانه قاریشان قسم لطیفی ابتدا بو برکلردن مرورایدن بوراده برقاتدها تصفیه اولنوب آریلان قسم ثقیلی مشانیه ایندرک ادرار حالنده طشره اخراج اولنور نانیسا قانده قالان مذکور قسم لطیف غدد مخصوصه سنده تکرار تصفیه اولنوب آریلان قسم ثقیلی سالیه و کوز یاشی و سوموک حالنده چیقار الحاصل اطعمه دن آیرلمش اولان قسم لطیف دفعاتله تصفیه اولنورق اجزای غلیظه دن کاملا آریلور وجودی ترمیم و تعمیر ایتمک صالح و بدننه نافع بر حال صافیتده قان ایله مخلوط بولنور کذلک قان دخی ترشح جلدی ایله بعدالتصفیه مشتمل اولدیغی غیر مفید شیردن خلاص اولور .

### ❁ موسملر ❁

سنه درت موسمه تقسیم اولنور : بهار ، کوز ، یاش وقیش .

#### ❁ بهار موسمی ❁

بوموسم سنه نك الك لطيف بر زمانی اولوب شمس درون ارضی تسخین ایدرهك نباتات جانلانور و سطح ارض زمرد مثالی یشیلنور که بوندن انسان روحاً قلباً ، و جسماً بر لطافت و نشئه حس ایدر .

#### ❁ یاز موسمی ❁

یاز موسمی حاوانده اشجار و نباتات کسب قوت ایلیدرک چچک آچار . میوه ویرر وجود زیاده جه قوت و اقتدار حس اتمکه باشلار سائر موسملره نسبتله خسته لقلر کثرت ایله وقوعبولماز ایسه ده ینه وجودی کثرت اشتغال ایله پک چوق یورما مق اقتضا ایدر زیرا بوموسمه کثرت حرکته تر زیاده جه حاصل اولور ترک افراطی ایسه بدنه ضعف ایراث ایدر کذلک مذکور موسمه شمسک شدت حرارتی تأثیرندن دخی غایت حذر اولنمایدر .

#### ❁ کوز موسمی ❁

کوز موسمنده آغاجلر یابراقترینی دوکه رک حسن و لطافتلرینی ضایع اتمکه باشلار انسانه قیش غائله سی چوکه رک قوايه کسل و بطاآت عارض اولور و بو حال موسم بارده قدر ممتد و بعده دفع وزائل اولغله اعضای بدن یکیدن قوت بولور .

قوی البنیہ وصحتی کمالہ اولان کیمسہلر کرچه کوز موسمندن  
 پک او قدر متأراولمازلر ایسه ده بو موسمک تأیری نحیف وجیلینز  
 وچلیسز وامراض مزمنه ایله وجودلری پیرامش یاخود  
 خسته لقدن یکی قور تلمش کیمسہلر حقنہ شد تلجیہ اوله جفندن  
 بومقوله کسان کوز موسمنک تأیرینه براز کوچ متحمل اوله  
 بیاور وبوسببه مبنی خسته لقلر زیاده لشور حاصلی موسم مذکورده  
 حیا واسهال علتیرینه استعداد زیاده اولدیغندن وجوده زیاده سیله  
 دقت ایتمک اقتضا ایدر .

### ﴿ قیش موسمی ﴾

قیش موسمنک حوالیله آغاجلر کاملا لطافتی ضایع ایدر مقتضای  
 موسم انسانده نوعا بر حال معمومیت ظهور ایدرک هرکس قار  
 ویانمور وروزکار و صغوقدن راحتسز اولور .

موسم شتاده انسان وجودینی وبالدیرو آیاقلرینی برودت و رطوبتک  
 تأیرندن محافظه ایتمک خصوصنده پک زیاده دقت ایلمه سی اقتضا ایدر .  
 چوجقلر ، ( العلم علما علم الابدان ثم علم الادیان ) حدیث شریفی  
 ماصدقجه بورایه قدر هرشیدن افصل بولنان علم ابدانن حفظ  
 صحت وسلامت بدنیه یه دائر اقتضا ایدن قواعد صحیه شرح  
 وایضاح اولندی شمدی ده بر مقدار عقائد دینییه وبعده حسن

اخلاق و تربیه و الحاصل و وظائف انسانیه دأثر شیلرک علی  
طریق الاختصار ذکرینہ شروع اولنور :

### ○ عقائد دینیہ ○

چو جقار معلومکز اولسونکه انسان ایچون اول باول اوکر ندسی  
اقتضا ایدن معلوماتک افضلی انجق جناب واجب تعالیٰ حضرت تیرینک  
وار اولدیغنی و بر اولدیغنی بیلکدر .

ذره جه عقلی اولانلر الله تعالیٰ حضرت تیرینک وارلغنی بر اوافق  
ملاحظه ودقت ایله دخی بوله بیلورلر . شوبله که بر کیسه  
کوزجه انشا اولنش پربنا کوردکه بونک کندی کندیسنه  
وجود بولیبو البته بایسی اولان بر قلفه ویا مهندسی  
اولدیغنی و کاغد اوزرینه بنانک رسمی بونلر طرفندن ترسیم  
اولندقدنصکره دولکر و عمله نک اورسمه تطبیقاً بنایی انشا ایلمر یله  
بنانک وجود بولدیغنی فهم و ادراک ایلمر بو عالمده مصنوعاتدن هیچ  
برشی یوقدر که کندی کندیسنه وجود بوله . هر بر مصنوع بر  
صانعک ایله حصول بولدیغنی جلی و آشکاردر هر بر صانعک قدرتی  
مصنوعنک کالاتیله تقدیر اولنور بویله اولدیغنی حالده عقول  
بشریه نک خارچنده اولان حیرت افزا عالم و کائناته چشم انصاف  
ایله نظر ودقت اولندقدنه دنیا خلق اولندلیدنبرو سمایی تنویر  
ایدن لایعد و لایحیی نجوم و اجسام سماویه نک لاتغیر بر قانون

الهی اوزرینه حرکت ایتدکلی و اجرام سماویه نسیبته ذره  
 قیلندن اولوب اوزرنده ساکن اولدیغمز کره ارضده  
 بونجه موجودات و دروننده کونا کون معدنیات و قعر  
 دریاده بی حد و بی پایان مخلوقات عجیبه و غریبه ان واز جمله  
 نسخه کبری عد اولنان نوع بشرک قصورسز اولان تراکیب  
 بدنیه سی و اعضا و احشاسنک و صفه کلمز و عقل ایرمز  
 حال و شان و افعالی و بوکبی لانظیر شیارک کافدی مثل و شریکی  
 اولیان برصانع حقیقینک قدرتیله وجوده کلدیکندن بونک  
 اوزرینه آرتق الله تعالینک وار اولدیغنه بشقه دلیل اراق اقتضا  
 ایتمز هر نره به باقلسه الله تعالی حضرتلرینک قدرت الهیه سی  
 نمونه سی کورلمکده ایکن کوزلرینی ضلالت قاپلامش بعض  
 دینسز و اعتقادسز لر دلائل عقلیه یه لایقیله امله دقت ایده مامک  
 ملابسده سیله معاذالله جناب حقک وار لغنه قائل اولماز و بیلم بویله  
 بر باطل اعتقاددن نه فائده و حق اعتقاددن نه ضرر کورر لر همان  
 جناب حق یو مقوله ذهاب باطلدر مصون بیوره .

چو جققلر ، جمله مخلوقات و موجوداتی یوقدن و ارایدن و شریک  
 و نظیری اولیوب زمان و مکاندن منز و عبادته لایق و مستحق  
 اولان جناب واجب الودجوک نوع بشرک عنایت و احسان بیورمش  
 اولدینی لایعدو لایحصی نعمتلردن بری ده کوزدر که اشیایی



رؤیتہ مخصوص بر آلتدر انجق جناب باری بی بو عالمده مشاهده  
ایتمک ممکن دکلدرا اشته بو امکانسزلق ایله برابر کورمش کبی  
وجود الهی یه وصفات ذاتیه و ثبوتیه سنه و ملائکه کرام  
و پیغمبران عظام حضراته و کتب منزله یه و قیامت و جنت و جهنمه  
ایمان ایدوب اینانق مطلقا اوزریمزه فرضدر .

مخلوقنه قوه بصریه احسان بیوران بر خالقک کورمه مه سی  
وقوه سامعه عنایت ایدن بر صانعک ایشتمه مه سی و علم اعطا  
ایلین بر علام الغیوبک بیلده مه سی محال اندر محال اولدینی  
هر صاحب عقل عندنده مسلمدر جناب حق هر شی کورر، ایشیدر  
بیلور فقط بو کورمک، ایشتمک، بیلک بزمکی کبی اولمیوب ذات  
صمدانیه سنه مخصوص کورمک، ایشتمک و بیلکدر خدای متعال  
حضر تلرینک قوللرینه رحمت و عنایتی بحساب اولدینی کبی عذاب  
و عقابنده شدیددر جمله من روز جزاده افعال و اعمالزندن مسئول  
اولوب هر بریمز مختلف درجه لرده مکافات و مجازات کوره جکز  
دنیا ده ایکن عمللریمز خیر اولورسه مقابلنده احسان و رحمت الهیه یه  
و شر ایشلر ایسه ک قهر و غضب باری یه اوغرایه جغمز مقرر در  
بورالرنی بیلهرک نفسمز ایله شیطانه متابعت ایدوب هوا و هوسله  
ورطه جزایه دوشمکدن خوف اوزره بولتملیز چو جقلمر،  
حق تعالی حضر تلرینک وحدانیتنه یعنی بر لکنه ایمان ایدوب

اوامر الهیہ تمامیلہ اطاعت و نواہیدن بجانب ایتلیدر دائمًا  
 تضرع و نیاز اوزره اولوب جناب حقندن توفیق و ہدایت  
 طلبندہ بولملی پیغمبریز افندمن حضرتلرینک طرف حقندن  
 مأموریورلدیغی تبلیغاتہ و سنن سنیدہ سنہ اتباع ایلہ طریق صلاحندن  
 آیرلاملی لذا ند دنیویہ ایلہ ایکی کونک عمرده شیرین دماغ اولمق  
 ایچون انواع معاصی بی اختیار و ارتکاب ایتمکدن بغایت احتراز  
 اوزره اولمی دین مبین احدیدہ ثابت قدم و متین اولهرق انسان  
 دینی جانندن عزیز و محترم بیللی و دین حقندہ اصلا فنا سوز  
 سوللاملی خدای متعال حضرتلری قوللرینہ طریق صواب و نجاتی  
 کوسترمک ایچون بونجه انبیای اعظام حضرتایلہ قرآن کریم  
 و تورات و انجیل و زبور کبی کتب مقدسہ کوندردی کہ جہلہ سی  
 حقدر بونلرک کافہ سنہ ایناتمق هر اهل ایمان ایچون فرضدر  
 قرآن کریمک حکم جلیلی قیامتہ قدر باقیدر . دین برحاکم عادلر کہ  
 مؤمن و موحد اولانلری بتون فناقلردن منع ایدر برکیسہ  
 ظالم و جبار بیلہ اولسہ دین مبین سایہ سنندہ بغیر حق کیسہ یہ  
 فناق و کوتولک ایدہ من و همجنسنہ قارشو هیچ بروقت شفقت  
 و مرحمتی الدن براقہماز . الحاصل بتون فناق دینسرلکدن  
 نشأت ایدر یوقارودہ دخی سویلدیکمز و جہلہ جناب حقک  
 وحدانیتنہ و قدرت و عظمت الہیہ سنہ ایمان ایتلیدر کونش و اجرام

سماویہ نیک دونوب طولاشمہ سی و کچھ و کوندز اولمہ سی و یاز کلد کدہ  
آغاچلرک بشیلنوب درلودرلو میوہ لرویرمہ سنی متعاقب قیش فصلی  
کلد کدہ قاروینمورلر یاغمہ سی والحاصل بونجہ موجودات وھیچ بر  
شیئک دیکرینہ بکزه مہ مہ سی بتون قدرت الہیدہ دلیلدر جناب حق  
قادر مطلق اولوب ہر شیء کنڈیسنک ارادہ علیہ سیلہ وجودہ کلور .  
خلاصہ کلام حق تعالیٰ بی حقیلہ بیلوب یعنی قدرت و عظمت و رحمت  
و غضبنی دوشونوب طوغری یولدن آیرلماغہ جہد تام ایتلیدر .  
جیع اوقاندہ اللہ تعالیٰ حضرتلرینک اسم شریفلرینی کمال  
تعظیم ایلہ یاد ایلمک و اولور اولماز یرلردہ و حقسز شیردہ  
واویونلردہ بلا موجب سویلہ مک ویالان یرہ قسم ایلمہ مک لازمدر .  
آخر زمان نبیسی علیہ الصلاۃ والسلام افندیمز حضرتلری ایلہ  
سائر کافئہ پیغمبران افندیلریمز حضراتی کمال محبت ایلہ سو دیکمز  
کبی جہلہ سنک علوشان و پیغمبرلکرینہ ذرہ جہ نقیصہ و یرہ جک  
حالات و حرکاتدن زیادہ سیلہ صاقینق و مقدس و مبارک شیرہ  
و محللرہ احترام مخصوص ایلہ حرمت ایلمک فرضدر یوقسہ مبارک  
و مقدس شیرہ لازم کلن تعظیمی اجرا ایتدکن بشقہ معاذ اللہ  
استہزا و استخفاف ایلمک کبی بیوک قباحت اولیہ جفندن شورزیلہ بی  
ارتکاب ایدر اعتقاد سزرلدنیا و آخرتدہ مقہور و معذب اولورلر .  
ہمان واجب الوجود حضرتلری جہلہ منری طریق مستقیم  
و خلوصدن آیرمسون .

## ﴿نطق و تکلم اتمه نك اصولی﴾

کلام دنیلن شی' انسانک ادب و عرفاتی و درجه قابلیت  
 و استعدادنی کندی اسانیه خلقه بیان ایدر اولدیغندن بو حالده  
 از هر جهت ادبانه حرکت اولملی در جریان ایدن بحث خارچنده  
 سوز سویله مک و استماع اولنان کلام تکمیل اولمق سزین  
 آداب رعایت سز لکه لاقیردی یه باشلامق و مخاطبه آراقده  
 (آکلادکی؛) دیمک پک عبشر زیر اسویله دیکی کلامی (آکلادکی؛)  
 و یا خود (ا کلادیکز می؛) دیه صور مق او آدمی احق یرینه قوی مق  
 و کندی سنی طوغری و سقامت سز سوز سویله ش حالنده بولند ر مق  
 دیمک اوله جفتندن سویله دیکی سوز لک ا کلا شلوب ا کلا شلمدیغنی  
 سهـؤال ایده جکی وقت (افندم سهـویله بیلد می؛) دیر ایسه  
 مخاطبدن دخی (اوت افندم اکلادم) جوانی آلور ایشته  
 بورالره دقت لازم اولدیغنی کبی اثنای تکلمده (ندراو؛)  
 (هانه ایدی؛) (مثلا) (ایشته) ودها امثالی زوآندی  
 مدار کلام اتمک بضاعه سز لکدن ولساتی کوزل بیلده مکدن نشئت  
 ایلدیکندن بوسوز لری مقامتک غیریده ایراد اتمک عبشر بعض  
 قبا و تربیه سز آدم لک زبازدی اولدیغنی اوزره اثنای مصاحبته  
 مثلا (سرب) دینلک لازم کلدیکی وقت (سهـوزم بیانده)  
 و اشای مستکره دن بر کلمه نك ذکر ی ايجاب ایلدیکی تقدیرده

مخاطبه ( یوزیکزه عنبر ) ترکیبی ذکر ایده جکی شیدن اول سویلک عندالادبا مقدو حدر چونکه ( مرکب ) وامثالی لفظ لرك ذکرندن اول ( سوزم یبانه ) دیک عینیه سویلیه جکی اسمی مخاطبه اسناد ایلک و ( سوزم مجلسدن طیشاری ) لاقیردیی ده بونک کبی اولدیغندن ادیب اولانلر بویولده تکلم ایتکی جائز کورمز والفاظ مستکره دن برینک ذکرینه لزوم کوراسه اولفظی ( فناشی ) یاخود ( ایکنج شی ) سوزلرینه تبدیل ایله ذکر ایلمکده تجویز قصور ایملزلر .

لزومندن زیاده سوز سویلمک ولایقیله افاده ایلک لازم کلدیکی کبی نطق اولنه جق محله وقارشوسنده بولنان مخاطبه کوره صدا وتلفظی مناسی وجهله اجرا ایلک لازمدر .

زیاده باغیره رق ویاپک یواش-وز-سویلک سامعی تعجیز ایده جکندن خلاف ادبدر . بوسیدن تلفظ براز قوتلیجه اولمق شرط اولدیغی کبی کمال حلاوت ولطافت ایله تکلم ایلک وظیفه انسانیه دندر مغموم و کدرلی کیمسه حضورنده کولریوز کوستره رک سوز سویلمک وسرور ونشاطی صحبت اثناسنده بدچهره ومکدریوز کوسترمک لایق دکدر . کدرلی بولنان کیمسه نک اوله پرنشاط مجلسدن اصول ایله چکیلوب کیمه سی مناسبدر الحاصل جناب حق ایکی قولاق، برآغز احسان ایلدیکنندن آز سویلیوب چوق

ديكلمك واختيار كيسه لرى كال تعظيم ايله استماع ايدوب حرمت  
ايله جواب ويرمك الزمدر .

### ﴿ اعتماد ﴾

چو جقدر ، صورت ظاهرده هر كسه اعتماد كز وار كبي كورينوب  
حقيقت حالده كيسه يه و خصوصيله بيلديككز كيسه لره اعتماد  
ايلامك كر كدر چونكه صالح و صاحب عفت قيافتنده پك چوق  
دنى و كم مائه آدم لره تصادف اولنه بيله چكندن اوليله اولور اولماز  
كيسه لره اعتماد ايلامه من اقتضا ايدر ايسه ده شو خصوصه بغايت  
احتياط كارانه حركتى الدن براقيه رق اعتمادك اولمديغنى هيچ بروقت  
ظاهره چيقارميبوب كيزمك ايجاب ايدر .

مجرىز او ايمان و احوالى مجهول بولنان كيسه لره عدم اعتماد يعنى  
مجرد انلرك فنا و كوتو اولميرينه عطف ايتمك روى حق دكلدر  
چونكه خلقه عدم اعتماد و امنيت سزلكك بالآخره بزه مضر  
اوله جنى دركاردر نتيجه كلام امورينى خطاسز كورمك و ايشلرينه  
غرض و فساد قارشدير مامق ارزوايدنلر ( خيرا لامور اوسطها )  
نطق جليلنى ميزان عدالت انخا ايدهر ك هر شيء دائما انكله وزن  
ايتمك و هر خصوصه وسطى كوزتمك اقتضا ايدر ميزان مذ كورك  
ديلى جزئيه عدم اعتماد طرفه ميل ايتدرمك كار عقلدر .

﴿ هوسنه تابع اولوق — کنديسنى بکنمک ﴾

﴿ ويلىکچىک صاتمق ﴾

چو جقلر معلومکز اولسونکه سرسرى مزاج اولوب هواسنه تابع اولانلر داغما کناهدن خالی اولمازلر . کنديسنى بکننلر پک چوق جان صيقارلر داغما بىلىکچىک صاتانلر خلقى ازعاج ايده رک زياده جه بزديرلر بونک دهافناسى شودرکه بومقوله آدمرايله اختلاط وانسيت اتمکله پک چابوق انلره بکزه نيلور چونکه بويله آدملرک الفت وانسيتلرى غایت سارى اولديغندن کوروشلرکجه حال و شان و اخلاقلرى ايله بالسهوله متخلق اولنهرق مقدارلرى تيز الدن تکثر و کسب جسامت ايدر زيرا اوزوم اوزومه باقهرق قرارير مثلى مشهوردر .

﴿ لطيفه ﴾

چو جقلر برکيسه يى کوچندير مکسرین کولمک پک مشکل واندردر زيرا کشينک وقاوى او درجه عالی و شرف ليدرکه اکا طوقنوبده متأثر اولماق مکن دکلدلر بونک ايچون ( لطيفه لطيف کرکدر ) ماصدقجه برکيسه دبکرينه لطيفه ايتديکى زمان زياده دقت اولنمدهسى لازم کلن شى انجق وقار و ناموس وذاتياته انتقال ايده چک سوز سويله مکدر .

کرچه انسانک تکليف سر کورشديکى احباسى ايله ده چوق شقا

ولطيفه ايمدهسى مغاير آداب ايسهده مناسبت دوشدجكه آره صره  
 خفيف لطيفه ايتك صحت و محبتك طادى ، طوزى مثابه سنده  
 اولور چونكه صحت و محبت ارسنده آره صره كواندجكه الفت  
 و محبتك اودرجه حظى اوليوب جان صيقلور لكن زياده جه  
 لطيفه و كوكم زياده جه طوزلى ديمك اولور و بو حالده الفت  
 و محبتك طادى قاچار بناء عليه هر خصوصده اولديغى كې بوندهده  
 اعتداله رعايت اقتضا ايدر

شقا و لطيفه ايديله جك كيمسه نك ايوجه حال و شانى و طبيعتى  
 بيلنك لازمدر يوقسه اويله اولور اولماز قبا و جاهل و نادان و بدلا  
 كيمسدر ايله جزئى و كللى لطيفه ايدلمهسى جائز دكلدر بومقوله لر  
 لطيفه دى اكلايه ميه جقلرندن كنديلر ايله استهزا يا خود تحقير  
 ايديلور ظنيله بينهماده برودت و كو جنكلك حاصل اولور نتيجة  
 كلام تربيه لى و عقللى كيمسدر ايله مناسبت دوشدجكه بعض لطيف  
 لطيفه ايتك مناسب ايسهده هيچر كيمسه حقنده استهزا جائز دكلدر .

### ﴿ كبر و عظمت ﴾

چو جقلر ، متكبر لرك طور و حر كترينه عبرت نظريله دقت  
 اولندقدده بومقوله بچار كانك كبر و عظمتلى ضخكه شايان بر اثر  
 اولديغى و بو طبيعتده بولنق كې دنيا ده آلچاق و كوچوك برشى  
 اولديغى اكلاشيلور .



بوالم فائده نہ مزہ ونہ ایچون کبر ایتلیدر ؛ حسب ونسب  
 واصلات ومنصب ومال وثروت وهنز ومعرفت الحاصل بوکبی  
 نفسه عائد شیلر ایچون خلقه کبر وعظمت ایدوب هم جنسنی  
 تحقیر ایلکده معنانه در ، متکبر اولانلر خلقه اظهار ایلد کتری  
 بلائی کبردن طولایی کندیلرینی ناس عندنده مقهور ایلد هرک  
 عالمک ذمومندمتنی جلب ایلکده بشقه نه کوررلر . الحاصل  
 الله تعالی حضرتلری دخی کبرلی قوللرینی سومدیکنی بیورمش  
 اولدیغندن بونص قاطع اوزرینه کبر ایتمکدن نه درجه لرده خوف  
 وحذر ایلامن لازم کله چکی قیاس وملاحظه اولنه چوجقلر  
 معلومکزدرکه اصلمزطوپراقدن حاصل اوله رقی وعدمن تمامنده ینه اصلمز  
 رجوع ایلد طوپراق اوله جنمزظا هر ایکن شوایکی حال میاننده مرور  
 ایده جک قیصه جق بر عمر ایچنده عوارض جهانده کووه نوبده دنیا لقدن  
 طولایی کبر ایلد عالمی کندیمزدن صغوتمقدن ایسه بشوش وآلچاق کوکلی  
 اوله رقی وهر کسه اظهار لطف ایده رک انظار عالمی جلب ایتک وکندیمزی  
 سودر مکده اخیر لیدر همان جناب حق جله منزی کبر وعظمت صفت  
 مذمومه سنندن محافظه بیوره .

### ﴿ ایولک ﴾

چوجقلر ، ایولک هر وقتده اوله بیلور ؛ هر کون هر ساعت عمل

خير ايشلمك وايولك ايتمك ممکن وپك قولايدير . بونی ارزو ايدن  
 کيسه لرايچون اللرنده دائما فرصت و مساعده موجوددر که حکايه  
 آتیه بونی تصدیق ايدر: برکون برچوجق يول اوزرنده اختيار  
 بر آدمک يوريلوب قالمش و شدت حرارتدن صوصامش اولديغنی  
 کورر درحال قوشوب چشمه دن برطاس صوکتيرر « بابا  
 شو صودن براز ايچ راحت ايدرسک » ديه اختياره ويرر. آد مجنز  
 چوجغک بومعامله و خدمتدن پک ممنون قاهر ق صوبی ايچمش  
 ودعا ايدهرک يوانه کيتمشدر چوجق اکا برطاس صوکتيرمکله  
 بيوک برخير وايولک ايتمشدر که کنديسی ايچون دنيا و آخرتده  
 سعادتده سبب اولمشدر . برکون برقاچ چوجق سوقاقده اوينار  
 ايکن ايچلرندن بری يانلرندن براختيار آدمک کچديکني کورمه سيله  
 اويونی ترک ايدهرک کال تعظيم ايله اختيارک ياننه کيدر ، الی  
 اوپر اختيار چوجغک شو تعظيمدن آشوری خشنود اولهرق  
 اللريني قالديروب « سنی ، بنم کبی بر پير و اختياره تعظيم ايتديکک  
 ايچون جناب حق بر خودار ايتسون ! » ديه خير ايله دعا ايتمشدر  
 ايشته برال اوپمک ايله ده کوکل آلنوب خير دعا قازانلديغندن  
 عاقل اولان چوجغقر کندندن بيوکلمری حقنده ادبی عادت ايتلیدر .

﴿ ايولک ايله قارشولوق ﴾

هر کس حقنده فنالقی ايتمک و کوتولک ايدنلره اوصورتله مقابله ايتک

ممکن وقولای ایسده مقتضای انسانیت کوتولک ایدنلره ایولکله  
مقابله و عفو ایله معامله ایلکدر زیرا انسان کوتولک ایدن  
کوتویه فنالق ایله مقابله دن برشی حاصل ایده من وفائده بوله من  
کوتولکه قارشولق ایولک ایله مقابله اولندیغی وقت خطا و قصور  
بر طرفده قاله رق محجوبیتی موجب اولور . بویله یالکز بر طرفدن  
وقوع بوله جق خطا و قصور دن طولایی ظهوره کلن خصوصتک بقا  
وسوره کی غیر مدید و دوام سزدر .

### ● برشی بولوق ●

بر کیسه بر شیء وبالفرض مجوهر بر یوزوک دوشوروب  
بر بشقه سی بولسه ممنون اولوق و اونی کندی مالی کبی کیزیوب  
میدانه چیقار مامق و کندی مالی دیمک جائز میدر ؟ خیر هیچ  
بر وقت جائز اوله ماز . ساتون آغنیان شیء مال اوله ماز بویله هیچ  
یوقدن بر مال بولان آدم نه درجه لرده محظوظ اولور ایسه غیب  
ایدن آدم ده اونسبتده محزون و مکدر اولور و بولوب کیزله نینه  
آغلایدر ق پک چوق انکسار و بد دعا ایدر . بونکله برابر اله  
کوریلن شیء صاحبی کوره چک دیه صاقلار و قورقودن امین  
اوله ماز بوندن اکلایشیلور که بولسان مال بولان آدمک مالی  
اوله ماز بونک ایچون خلقک مالنی « بولدم بنمدر » دیه صاقلامق  
روا دکلدن همان جناب حق جلله ی عفت واستقامتدن

آرمیدرق بر کیمسده خلق حرام و کوز یا شلی مالنی نصیب ایلیده.

### ﴿ زینت لباس ﴾

لباسجه آشوری --وس وزینته مجبوریت خفت عقل اثریدر شو حاله اکثر جاهل و احق آدم لر مبتلا و بونکلده مشغول اولور لر البسه سنده پکده قید سر بولنانلرک عدم نظافتنه حکم اولنه بیلور بوسه بیدن لباس و قیافتک طبعه و ادبه موافق و بسیط و تمیز اولمه سی شرطدر .

### ﴿ مکالمه ﴾

آز سوز ایله چوق شیئی افاده ایتمک عقل و زکاتک کالنه و چوق سوز سویلیه رک صراحتی افاده ایده مه مک عقلک کالسر لکنه دلات ایدر مع مافیله سکوت ایتمکی بیلینر سوز سویلیکی دخی بیلز لر .

### ﴿ تکلمه دقت اولنه جق شیئی ﴾

نطق و تکلم ایتمکده اولان بر کیمسده نک سوزنی کسمک تربیه سر لک اولدینی کبی نطقه باشلا دقده نوبت آتشی ایدر کبی سوزک آردینی کسمیدرک بلا فاصله اوزون اوزادی یه افراط درجه ده سوز سویلمکده مغایر ادبدر .

### ﴿ کلام ذوالوجهین ﴾

ایکی معنالی سوز سویلمک کذب و ساخته کارانک طرز آخری دیمک اولدیغندن بودرلو سوز سویلمکدن بغایت حذر اولنمیدر .

اثنای صحبتده هر سوز باشنده صیق صیق (اکلاد کی؟) و (اندنصکره)  
 وبونک کبی بر طاقم معناسز وبی لزوم و مهممل کله لری تکرار  
 ایتمک وال وسائر اعضاسیله اشارت ایلمه مک لازمدر .  
 بومثللی حالدرک وقوعه کلمه سی تربیه سز لکه و قبایغه علامتدر .

### ❖ لغت غیر مأنوسه ❖

معلوماتیلر جمعیتک غیر یستنده بلا موجب لغت غیر مأنوسه ایله  
 مصطلح کلام سویلیه یم دیه اوزنک مناسب اولمدیفندن اوله عرض  
 معلومات داعیه وافکارنده بولنمیوب هر کسک اکلایه بیله چکی  
 صورتده سر بسجه تکلم ایلک ده ااعلا واحسندر .

### ❖ سؤال و جواب ❖

سویلنیان سوزی ایوجه اکلامق سزین یا خود بحث اولنسان  
 سوزه اصلا مناسبت اولمق سزین سؤال ایراد ایلک اووجهله  
 جواب ویرمک پک بیوک مناسبت سز لک و تربیه سز لکدر .

### ❖ تعریض و طلب رأی ❖

شاید بر کیمسه نک سوزینه اعتراض ایدمک ایجاب ایدر ایسه کال  
 نزاکت و مناسبت ایله سویلنمیدر اگر بر رأی طلب اوانور ایسه  
 ینه کال نزاکت اوزره جواب ویریلور اولنه جق رأی تعریض  
 و جرح ایسه ویریلن رأیک مدافعه و محافظه سنده مصر اولماق  
 لایقدر ویریلن رأی بر از ایوجه ملاحظه ایتدکن و جواب

طوغری اولدیغنه لایقیله جزم حاصل ایلدکن صکره اکا دائر  
اولان علل و دلائل و براهینی تلاشسزجه و کمال نزاکتله سرد  
و بیانه شروع ایتلیدر .

### ﴿ تعریف ﴾

برشی نقل و تعریف اولندیغی وقت اوشینک صحتنه تمامیله واقف  
اولمق و صحتنی تغیر ایده چک عندی تفصیلاته کیریشمه مک لازمدر .

### ﴿ مباحثه ﴾

لزومسز مباحثه مجادله نی منتج اولور بوسیدن اویله اولور اولماز  
کچلمیاننده اجرای مباحثه ، مخاصمه و کوجتمک ایله ختام پذیر  
اولدیفندن هیچ بروقت لزوم و مناسبتسز شیر ایچون بحث  
آچهرق کیمسه بی کوجندرمه ملیدر تربیه لی بر آدم مباحثه ایتمکی  
بیلیر ، ایجابنه کوره سکوت ایدر حالبوکه تربیه کورمه مش آدم  
منازعه و مخاصمه دن بشقه شی بیلز ایشته بووجهله تربیه ایله  
مباحثه ایتمکده باس یوقدر انجق جاهلانه منازعه ایتمه ملیدر بعض  
کیمسه لرك سائر لرینه داغما و بلا موجب قارشو و مخالف سوز  
سویلمه سی حسد اماره سی دیمک اولدیغندن بو مقوله لر ایله مباحثه  
و مجادله ایتمک لازمدر .

### ﴿ مدح و ثنا ﴾

هیچ بروقت کندی کندیسنی مدح ایتمک جائز اولمیوب آخرک

مدحی شرطدار چونکه هرکیم کندیسنی مدح ایدر ایسه او کیسه نك مدحه لایق بر سرمایه سی یوقدر نفسنی مدح و ثنا ایتمک ایله اصلاً افتخار اولنه ماز بر کیسه یه تقدیم اولنان هدیه بی مدح ایتمک انک قیمتنی رفع و برشیئی حددن آشوری مدح هیچ برشیء کور مدیکنی اظهار و تصدیق ایلمک دیمکدر .

بناء علیه هر شینه حال صحیح و اصلیمی اوزره نظر اولنور ایسه اوشینک قیمت حقیقیه سی تقدیر اولنهرق شو سایدده لایقیله مدحی ممکن اوله بیلور .

### ﴿ بهتان و افتراق ﴾

بهتان دینلن شیء کور کیدر . تأثیرینه دوچار اولان کیسه بی یاقاز ایسه ده برقاره نشانه اولسون ایراث ایدر بونک ایچون هیچ برفرد حقنده فنا برشیء ایشلمش دیوسویلنیلن سوز اوزرینه حکم ویرلمک و ایشلمش اولدیغی شیء گاهی حقها بالذات بیلنمدجه حقنده شق شفه ایلمک هیچ بروقت جائز اوله ماز .

### ﴿ فصاللق ﴾

بهتان ایله فصل و مذمتک فرقی ؛ بهتان قبحیات و فغالقاری اختراع و ایجاد ایلمک و فصل و مذمت ایسه سائر لرك فغالقارینی جمع ایدره رك خلقه نشر و اعلان ایتمکدر . هم جنسنی فصل و مذمت ایتمک غایت فناو کریه بر حال دنائت اثری و برجته تله اظهار حسد دیمک

اولدیغندن بومقوله فصالدر کندی نفسنه چوق ضرر ایدر لر کذلک بر کیسه نك اولجه ایشلمش اولدیغی خطایی بلاموجب یوزینه سویلیوب خاطرینه کتورمک او کیسه بی جرح و تحقیر دیمک اوله چغندن بلافانده وباللزوم بومقوله مناسبتر لکری ایشلمه مک چسباندر .

### ❖ عدم تجاوز ❖

( من دق دق ) مداوانجه بر کیسه نك عز و شرف و ناموسنه ذره جه طوقونه جق هیچ رکونا معامله تجاوزیده بولنماق و وفات ایتمش کیسه لر حقنده بیله فنا سوز سولمه مک ادیب و لیب اولانلره لازمدر .

### ❖ کذب و یلانجیلیق ❖

هر ملتده شرعاً و عقلاً مذموم و مقذوح اولان یلانجیلیق مرتکبئی قدر و حرمت و نظر اعتباردن ساقط ایدر بر قباححت اولدیغندن هیچ برسبب و بهانه ایله کذب و خلافی ارتکاب ایلمک تجویز اوله ماز . معاذالله بر کیسه یلانجیلیق ایله شهرت بولدیغی کبی ارتق او کیسه طوغری بیله سویلسه کیسه سوزینه اعتماد ایتمز و هیچ بر یرده قدر و اعتباری اولیه رق انواع حقارته مستحق و مبتلا اولور .

### ❖ نصیحت ❖

هر شیده رأی سالم ایله عمل و حرکت ایتمک ایجاب حالنددر فقط هیچ بر کیسه یه کندی رأی و عقلی دائماً کافی اولدیغندن بیوکلر و عقلی و معلوماتی دوستلر طرفندن و یریلن نصایحی کوزلجه



ديکليوب قبول ايتک اقتضا ايدر نصيحت قبول ايتمئلر متضرر اولورلر بونک ايچون داغما بربريمزه تسليت و تحصيل علم و معارفه دائر نصايح و اخطارات تعليم ايشله من لازمدر ،

### ﴿ صوچ و قباحت ﴾

صوچ ايشلمک پک فنادر. صوچلی درجه تهمته کوره جزا کورر. جزادن صکره اکاعدوت اتمک و صوچلیدن اخذ انتقامه چبالامق لایق دکدر بلکه بیچاره نك عقلی احاطه ایده میهرک نیچون بو صوچی ایشلدی ديه کندینه آجیق اقتضای انسانیتندر زیرا هرکسک عقلی بر درجده دکدر بونک ايچون هر فرد خیر و شری برسیاقده حساب ایدهرک فرق و تمیزه مقتدر اوله ماز یوقسه بو عالمده جله منک قباحت ایشله مه سی اقتضایلر ایدی. همان ریم جله منی استقامتدن آیرسون .

### ﴿ تفاخر ﴾

بعض کیمسلر کندی رأی و اقتدار و لیاقتلرینک هرجه علیاده اولدیفنه ذاهب اوله رق هر آن بونی ادعا ایله کندیلرینی مسخره قیلارلر شویله که بن فلان کبی یا پاعازدم ، بدن هیچ بروقت اوله خطا صادر اولماز . فلان کیمسه او ایشک عهده سندن کلمدی بن اولسدم آنک کبی یوزیمه کوزیمه بولاشدیرمن ایدم . بن فلانجه

وقت شویله یاپدم الحاصل بونک کبی خلقی تحقیر ایدهرک لاینقطع  
تفاخر ایملک بوسبتون مخالف انسانیتدر .

کذلک بعض کیمسهلرده برینک برزمان ایشلمدیکی ویا قضازده  
اولدینی و بو کبی برشی سویلندیکی آنده « اوت بن انک بویله  
اوله جغنی بیلور ایدم . حتی او یله اوله جغنی خبرده ویرمش ایدم .  
اما بنی دیکلمدی ، باق شمدی نصل سوزم چیقدی ! » دیه فخر  
ایدر لر که بوده بر عادت قیجهدر .

کذلک بروقه دن صکره کندی عقلنی بکنهرک شویله یاجمده سی  
لازم کلور ایدی دیه رأینی میدانه قویان کیمسه لر اکثر یا قابلیتسر  
وکندی باشنه مداری اولمیانلردر .

### ❖ وظیفه ❖

بر کیمسه ایفاسنه بورجلی اولدینی وظیفه یی ادا ایله درک مستقبل  
ایچون وقوعی ملحوظ اولان صقنتیلری طرد و تبعید ایتملیدر  
زیرا هر کس هر کون وظیفه مأموره سی نه ایسه انی عامیله ایفا  
ایده درک مستقبلی جناب حقک تقدیرینه حواله ایله متوکل اولملیدر .

### ❖ تحصیل ❖

تحصیل علم و معارف ایچون سعی و اقدام اولنملیدر زیرا علم  
و معارف فقرانک موجب ثروتی اولور ،  
تحصیل ، ذهنی تزین و قلبی تنویر و انسانی اصلاح ایدر . دنیاده

شرف انسانیت فیض و معرفتدن عبارتدر هر کسی خالقیه و وظیفه  
 خلقدن خبردار ایدن معارفدر الحاصل حقیقت دنیاچه معرفتدر  
 و تحصیل علمدن بیوک مزیت اوله ماز .

❖ دولت و ملتہ خدمت ❖

چو جققلر ، معلومکز اولسونکه محب وطن اولانلر قوانین و نظامات  
 دولته انقیاد و پادشاهمز افندمز حضرتلرینه اطاعت و محبت و صداقت  
 و حکومتہ اتباع ایلینلردر . دیانت و عفت و استقامت صاحبی  
 اولیانلر محب وطن اوله مازلر . قوانینک خارچنده حرکت ایلنک  
 و حقلی بی حقسز و حقسزنی حقلی چیقارمق جائز اوله میه جفنندن  
 بومقوله لر هر وجهله جزای سزایه مستحق اولورلر .  
 قوانین و اوامر حکومتہ دائماً حسن رغبت و تعظیم و حرمت  
 واجبه ذمدر .

هر بره امورک و وظیفه مأریتنی اجرادن مقصد اصلی کندینک  
 اقبال و ثروت و سامان تحری و ترقیسی ایچون اولوبوب بلکه  
 دولت و ملتک محافظه حقوق و علوشانیه اسباب سعادت و اقبالنک  
 تزیاد و استقرارینه سعی و غیرت ایچوندر .

اهالی مملکت قوزنی طبیعتلی اولمق و هیچ بروقت منازعه و فساد  
 ظهور و وقوعنی آرزو ایتمیوب دائماً دفع و رفعنه سعی ایلنک  
 محبت و وطنیه اقتضاسندن اولدینگی کبی وطن عزیز خدانکرده

یرخطر و آهله که ده بونوبده دشمندن حفظ و وقایه اولمه سنه احتیاج قوی ظهور ایدر ایسه اهلینک قوزی کبی اولان طبیعتری همان غضنفر مشربه تبدیل ایدرک دشمنی ایله حربه قیام ایلمک و یاغالب قالمق یا خود سوکیلی وطنی اوغرینه فدای جان ایلمک خیرلیدر.

### ﴿ بطالت ﴾

وقتیله یاتوب ارکنجه قالمق و ایشیله مشغول اولمق صحت و بخت و اقبالک دوام و ثباتنه پک بیوک مدار و بطالت ایسه هم عاقبت بدنه مضر و همده معاملات دنیاچه شین ایدوکی بدیداردر .

### ﴿ بوش کزیمک ﴾

ایشسزیمک یعنی بوش کزیمک فقر حالک و بتون قبیحاتک مسدود قبولرینی آچار ایدمی بوش کزهرک کچوریلن اوقاتی تعداد و بونک ظهوره کتوردیکی مضرتی حساب ایلملیدر زیرا ایشسزیمک انسانی چالشمقدن زیاده افنا ایدر .

### ﴿ رابطه و نظام ﴾

رابطه و نظام قوه مفکره یی تخفیف و ایشلری تحت رابطه یه آله رق اوقاتی تلقدن وقایه ایلمر حالبو که نظام و رابطه سزیمک اوچ درلو مضرتی واردر بری جان صقندیسسی، دیگرکی صبرسزیمک و اوچنجیبسی ترضیع اوقاتدر .

## ﴿ عداالت ﴾

بر کیمسه کندی رفاہ حالنک برقرار اولمدهنی طلب ایلدیکی حالده  
سائر لرینکده سعادت حالی آرزو وتغنی ایتملیدر . انسان  
هر صورتده عدالتی التزام ایدهرک بتون معاملاتنده انصاف  
و حقایقی کوز تعلیدر .

## ﴿ جسارت ﴾

اصح اولان جسارت وغیرت . نفسنه غلبه ایله ممکن اولور یوقسه  
یولسز ایشده غیرت و جسارتک فضیلت وفائده سی اوله میده چی  
آشکاردر .

## ﴿ بشاشت ﴾

بشاشت و کوزل خویلولق قلب و طبیعتک ایولکنه دلالت  
ایده جکندن بشوش کیمسه لره هر کس محبت ایدر حالبو که اهل  
شروفنا خویلی اولانلردن عالم اجتناب و توقی ایلر .

## ﴿ قاب پا کلکی ﴾

یوره کی ایو اولانلر کورد کلری معامله غیر لایقده تیذ فراموش  
ایدرلر و کوریلن ایولکی هیچ بروقت اونوتمازلر .

## ﴿ حیثیت ذاتیه ﴾

مادامکه حق تعالی حضرتلری نوع بشری عموم حیواناندن  
اشرف خلق بیورمشدر کندی نفهمز حقنده حیثیت ذاتیه مزک

حفظ وبقا سنه اقدام وسائر لرینه دخی شفقت و مرحمت ابراز  
ایلك لازمدر .

### ﴿ مرحمت ﴾

شفقت و مرحمت دیانت اقتضاسندن اولدیغندن انسانك دشمنی بیله  
آج بولور ایسه بیه جك و صوسز قالور ایسه ایچه جك و یرمك  
لازمدر زیرا مرحمت و شفقت صاحبی اولانلر ایچون بو حال  
اعظم مروت وانسانیتدر .

### ﴿ متانت قلب ﴾

بو عالمده اولور اولماز شیئه تمحمل اولمیان آدمده متانت قلب  
اوله ما ز انسان متانت قلب و ثبات ایله مرغوب و معتبر اولدیغی  
کبی ینه بوسایدهده بمختیار اولور .

### ﴿ صبر و ثبات ﴾

مصائب و بلا یایه صبر لازم کلدیکی کبی مظفریتده دخی هضم  
لازمدر . برصرا م و مقصد طریقته کیدلدیکی وقت ارتق او طریقده  
تصادف اولنان عارضه و حادثه دن فتور کتور لمیه رک ثبات و دوام  
ایلك اقتضا ایدر .

### ﴿ ابنای جنسنه محبت ﴾

نوع بشر بر برینی سومك مقتضای انسانیتدر بوسه بیدن کنددی  
نفسنه لایق کورلمین شیئی سائر لرینه ایچاماق وهم جنسنك

مشکلنده یولنق و حال بدبختی یه کرفتار اولانلره الـدن کلدیگی قدر معاونت اینک شان انسانیته سزا اخلاق مدوحه دندر .

### ﴿ عزت نفس ﴾

عزت نفس صفت نامعقوله سی انجق کشی کندی نفسنی بیلوب بشقه سی دوشونمه مکدر بومقوله لر انسان مدهنلرینک الـ بیوکی دیمکدر .

### ﴿ خیر و حسنات ﴾

خیر و حسنات صاحبی اولانلر دائماً دنیا و آخرتی معمور ایدرک هرکسک حسن نظرنی جلب ایدرلر شو قدرکه بروقتده ایشلنن خیری یوزله مدمک لازمدر چونکه بو حالده اوفعلک خیری قالمیوب زائل اولور ، خیرخواهلق او یله برفضیتدرکه سایه سنده انسان ثروت واسطه سیله ممکن اوله میان اقتداری قازانور و بک چوق اعتبار و عزیت استحصال ایدر .

### ﴿ سعادت حال ﴾

عالمده انسانک شرف و سعادت صاحبی اوله سی ایچون الـ احسن و اولی طریق ، فضیلت جاده سنه متراهی عزیّت اولمقدر زیرا اهل قناعت و حالندن خوشنود اولانلره سعادت حال قیوسی دائماً آچیدر .

## ﴿حسد﴾

حسد دینین شی<sup>۱</sup> ارزو ایلدیکمز بر ایولکه دیگر بر شخصک  
 نائل اولدیغنی کورمکدن وحالنه تشکر الله مکدن تولدایدیر حسده  
 بغض و حدتی موجب بر حالدرکه امراض نفسانیه نك اک شدید  
 و مشکیدر .

## ﴿نانکورلک﴾

نانکور کیمسه محصولسز اراضی کبی سمان نازل اولان چیک  
 بلع ایدرک داغما قوراق بر حالده بولنور و هیچ برشیدن خشنود  
 اولماز

## ﴿کوهزه لک﴾

کوهزه کیمسه عادتاً برسوز سویلدیکی وقتده مسخریه آلنهرق  
 استهزا اولنور بومقوله آدم هیچ برسری کیزلمک بیلدیکندن داغما  
 نفسی خطر و تهلیکهیه القا ایدر الحاصل کوهزه لک یعنی بلاه و  
 چوق سویلک مطلقاً عقلسزلق و جهالت ائریدر .

## ﴿مطالعه﴾

ای کتاب محب صادق مثابه سنده اولدیغندن مطالعه سی خیرلی  
 و فائده بخش اولور بالعکس فائده سز بعض کتابلر عدو مثابه سنده  
 اولوب مطالعه سی تضییع اوقاتدن ماعدا افکاری ده فنا ایده جکندن  
 بویله بی لزوم کتابلر ایله مشغول اولماق اقتضا ایدر .



## ﴿ ایولك ﴾

کیمسه یه غدر و تعدیده بولمیب ایولك آتمک واجبه ذمت انسانی تدر .  
 غدر و تعدی قوم اوزرینه و ایولك مرمر اوزرینه رسم و حک  
 اولمیدر چونکه اخذ انتقام ایله استحصال اولنان حضور قلبک  
 مدت و سوره کی اولیبو حالبوکه ایولك آتمکله تحصیل اولنان  
 حضور و خشودیتک قیار و دوامی نابندر .

## ﴿ اخذ انتقام ﴾

بر کیمسه دن اخذ انتقامه چبالماق نفسنی انک در چه سنده ایندیرمک  
 دیمک و اکافوایله معامله ایتمک انک فوقنہ رفع ایلمکدر و الحاصل  
 کوتولکه قارشولق ایولك ایتمک ارکشی کاریدر و خصمنک نیت  
 فاسده منی بیلوب اکلاما مازلقله خصمنه معامله ایلمک برنوع  
 اخذ انتقامدر .

بر کیمسه یه اولور اولماز شیر ایچون کوجنوب کین و عداوت  
 پیداسیله اخذ انتقامه چاره ارایه رق بیهوده راحتسز اولمقدن  
 ایسه ایولك ایدهرک انی محجوب و بووجهله اکاغلبه چالمق کار  
 عاقلدر .

## ﴿ انایت ﴾

انایت یعنی بئلك دعواسنده اولانلر هر ای شیئی کندیسنه لایق  
 کورورلر هیچ بر کیمسه یی بکنمز لر کندیسندن بشقه ای بیلزلر

همان جناب حق چله مزی بومقوله اخلاق ذمیه دن محافظه  
ایلسون .

### ﴿ نزاکت ﴾

نزاکت مدینتک بر علامتی والفت و محبتک اساس قویسیدر .  
فی الحقیقه نزاکت صفت مقبوله سی بر ماء جاری مثللو اک سرت  
طاشلری دوزلیه رک جلا ویرر وافکار انسانی اصلاح و اعلا  
ایده رک نظر محبتی جلب ایده جک بر حاله کتورر . نزاکتی اولیان  
کیسه لر حیوان راده سنه تنزل ایتمش بولنور .

( صنعه هرکس عالمه انسان کلور انسان کیدر )

( جاهل و نادان اولان حیوان کلور حیوان کیدر )

### ﴿ ریا ﴾

خلوص قلب و فضیلت و دها بوکبی کندنده اولیان خصائل  
جیله بی خلقه کو سترمکدن عبارت اولان حالت ردیئه مذمومه یه  
« ریا » اطلاق اولنور . بو حال مقبوله اولمدیغی مثللو انسانلرک  
یابنده ده فوق الغایه مقدوح و مذموم اولدیغندن ریا کارلقدن  
احتراز اولنلق لازمدر .

### ﴿ اعتماد ﴾

هرکسه علی السویه اعتماد ایتمک یا خود هیچ کیسه یه اعتماد ایتمک  
کبی حالدرده بولنلق انسان ایچون جائز ولایق دکلدردر . بر کیسه

کورو شوب اختلاط ایلدیکی آدملرک حال وحرکاتنده بیله حزم و احتیاط اوزره حرکت ایلدیسی عقل ودرایت اقتضاسندندر کوتولسانه کلمش آدملر ایله اختلاطدن دائماً مجانبت کار عقلمدر .  
الحاصل کیسه یه اعتماد ایلدمک روا اولمدینی کبی اعتماد اولنمده سی جائز اولمیان کیسه یه بیله ظاهرده اعتمادک وار کبی کورونمک و نفس الامرده تمایله اعتماد ایلدمک و دائماً ایولر ایله اختیلاط ایدوب کوتولردن مجانبت اتمک اقتضا ایدر .

### ﴿ حرص و طمع ﴾

حرص و طمع صاحبی اولانلر هرشیدن محروم و بیوایه قالور هیچ برکیسه عنندنده حرمت و رعایتیه مستحق اوله ماز بوندن بشقه بالذات نفسنه دخی ظلم ایتمش اولور اشبو اخلاق مذمومه ایله متعلق اولانلر هیچ بروقت سیم وزره تمایله متصرف اوله میوب بلکه سیم وزر او طمعکاره متصرف اولور وانی کندیسنگ اسیری حکمنده طوتار فقرای صابرینگ اچقدرلی یوق ایسه ده قناعتلی اولدیغندن طمعکارلردن زیاده بر حال خشنودیده کچینورلر زیرا قناعت فنا بولماز بر خزینه در .

### ﴿ افراط و اسراف ﴾

هرشینگ افراط و اسرافی مضردر افراط و اسرافه مجبور اوله درق اقتضاد نفسه عدم رعایت پک چوق کیسه لرک تلفنه

و خانه لرینک بر بادینه سبب اولدینی و بوکا رعایت ایدنلرک خوش حال ایله معمر اولدوق فلاح بولمه لرینه باعث بواندینی کورلمکده در . اقتصاد نفس قضیه سنه رعایت ایدنلر دائماً صحت وجود و عافیت بدنه مالک اولورلر . مسرفلر و اعتداله رعایتی اولمیانلر ایسه دائماً تداوییه احتیاجدن برآن خالی اولمازلر .

### ﴿ جهالت و عظمت ﴾

جهالت دنیلن شی بر حال صباوت دائمه دیمک اولدیغندن هر یرده محجوبیتی موجب اولور . کبر و عظمت انسانی دائماً فائده دن زیاده ضرره ولوم و دناشته گرفتار ایدر . همان جناب حق جمله منزی محافظه بیورسون .

### ﴿ قصور و خطا ﴾

سائرلرک قصور و خطا لرینی لوم و تهریض ایتمزدن اول کندیسنک اومقوله خطا و قصور لردن تامیله سالم اولمه سی لازم کلور ، برکیمسه بر قصور ایشلدکده کمال ندامت ایله در عقب توبه ایلیه رک برده ایشلمه مکده زیاده اقدام ایتملیدر .

### ﴿ تنبلك ﴾

تنبلك فقر حال و جمیع قبحیاتک قبولرینی آچار . بوش یره کچور یان اوقاتی کمال تأسف ایله تعداد و بونک ظهوره کتیردیکی فناقلری

حساب ایتمیدر چونکه ایشسرک انسانی چاشمقدن زیاده فنا ایدر .

﴿ جان صیقندیسی ﴾

ایج صیقندیسنک ظهورینه باشلیجه سبب تنبلك اولدیغندن بونک رفعیچون چاشمغه لزوم حقیقی کوریلور یعنی جان صیقندیسی مرضنک دواء نافی مشغولیتدر .

﴿ دشمن ﴾

دشمنلریمز دایما قصورلریغزی تحری و تجسس ایدرک جزئی بر نقصانغزی بیله بولسه لر خلقه نشر و اعلان ایدر لر . قصورلریمزک بویله دشمنلر طرفندن خلقه اشاعه اولندهسی بردها اولقصورلرک ایشلمه مهنسی اخطاردیمک اوله جفندن عاقل کیمسه لر بوندن بیاغی استفاده ایلکه یعنی اولور اولماز قصورلری بردها ایشلمه مکه سعی و غیرت ایتمیدر .

انسانک ال بیوک دشمنی کندی نفسی اولدیغندن هیچ بر وقت بوکا تابع اولماق و دایما اکا غلبه ایتمک لازمدر . الحاصل حرص ، طمع ، حسد ، کبر ، عداوت و تنبلك انسانک بشقه چه برر خصم قوی و دشمن عظیمی اولدیغندن بونلردن دخی مجانبت اولنمق اقتضا ایدر .

﴿ غضب ﴾

انسان اوفکه و غضبیدن زیاده ملاحظه دن مستفید اولور .

« اوفکه ایله قالقان زیان ایله اوتورور . » بناء علیه غضبته غلبه  
ایدن کیسه اکیسوک دشمننه مظفر اولمش حکمنده طوتیلور .

### ﴿ حزم و احتیاط ﴾

سکونت مزاج و حزم و احتیاط صاحبی اولانلر هر درلو امور  
و مصالحتی لایقیله رؤیت ایدرلر . هر بر رأی و حکماری  
تشویشدن آزاده اولور . حالبوکه تیز و حدید مزاج و سریع  
الانفعال کیسه لر حدتسرتسویه اموره غیر مقتدر اولوب هر مصلحتده  
خطادن سالم اوله مازلر .

### ﴿ دعوت و سفره و طعام ﴾

بر کیسه بر محله دعوت اولندیغی وقت مدعو اولدیغی ساعتدن  
اول کیتک مناسب اولدیغی کبی کیج قاهر ق طعام ائناسنده وارلق  
دخی راحتسزلکی موجب اوله جفندن تام وقتنده کیدلمک ایجاب  
ایدر .

طعامه اوتورولماز دن اول اللرنی بیقماق و سفره یه خانه صاحبندن  
سکره اوتورمق و پیشکیرینی دیزلری اوزرینه سرمک ایجاب  
ایدر . ستری ایلکنه یا خود بویننه ایلیشدرمک چو جقدر دن  
ماعداسنه یاقیشماز .

پک آج کبی طعامره باقمق واکنی تعجیل ایدهرک هر کسدن اول  
ال اوزاتمق و اغزینی شاپیرداتمق ایودکلدر . بونکله برابر سفره ده

طعامه دائر سوزه مجبوریت کلدیکی تقدیرده سفرده بولنان  
 طعاملك وصفنه دائر سوز یاخود قصورینی سويله مك وءك  
 اوژرنده دعوت ایتمه قالقیشماق لازمدر ،

اكل اولنان طعاملردن برینك غایت لذیذ وپك كوزل طبخ  
 اولدیغنی مبالغه ایله وصف ایتك ، تکرارینی طلب دءك اوله جغندن  
 بومقوله حال وحرکتدن مجانبت اقتضا ایرر .

اثنای طعامده بیوك لقمه آلق وخانه صاحبندن اول صحنه  
 ودیكرینك اوکنده کی لقمه یه ال اوزاتاق و طعامده افراط درجه  
 كولمك وهورتی چككم وقورجه لامق وزیاده سکوت اوژره  
 بولنمق خالاف ادب اولدیغنی کبی برمسافر لکده خانه صاحبی  
 قالمقسزین سفره بی ترك ایلک یاخود طعامی متعاقب عجله چیقوب  
 کیتك تربیه سز لکدر .

### ﴿ زیارت ﴾

نوع بشرک یکدیگریله حسن الفت و معاشرته اشد احتیاجی اولوب  
 زیارت ایسه او معاشرتك ارتباطنی موجب اولدیغندن کندیسنه  
 بلا موجب عزلتی اختیار ایدرک کیسه ایله اختلاط ایتمه مك  
 عادتاً حاقدر .

تعریفه حاجت اولدیغنی اوژره زیارت اوچ نوع اولوب بری

رضای باری وبری دوستلق و دیکری عید وایام مبارکه وولیه  
و بومثلو جمعیتلر ایچوندر .

اولکیسی یعنی رضای باری ایچون اولان زیارتلر انجق خسته لره  
کیدوب حال و خاطرلرینی سـؤال ایتمک و قضا زده ویا الم  
و کدره دوچار اولان احبایه کیدوب الدن کلدیکی قدر تسلیت  
بخش اوله رق فرحلاندر مقدن عبارتدر . ایکنجیسی یعنی دوستلق  
ایچون اولان زیارتلر مجرد انسان اره صره محبت ایتدیکی  
احباسنه وایولک کوردیکی کیسه لره کیدوب اظهار محبت و ادای  
شکرانیت ایلکدر . اوچنجیسی یعنی عید شریفلرده و قنديللرده  
وولیه و نکاح و بوکبی جمعیتلرده انسان بر برینه و بیو کنه و اقرباسنه  
کیدوب تبریک مراسمینی ادا ایلکدر .

بالجمله زیارتلرده کال حزم و احتیاط اوزره حرکت اولنمق لازمدر .  
خسته ویا مکدر بر کیسه نك زیارتنه کیدله کده کولمک و نشته لی  
سوز سونلک کبی حالات طاش یور کلی آدملر کاری اولدیغندن  
بومقوله شیرلر وقوعه کتورلمه مه سنه زیاده دقت و رعایت  
اقتضا ایدر .

ابنای جنسمزدن برینی کیفسز یا خود مکدر بر حالده کوردیکمزده  
انلرک حالدرینه زیاده رعایت ایلک وظیفه انسانیتدر . بر کیسه نك  
قوسنی تلاش ایله عجله عجله چالمق و خانه دن ایچرویه کیرله کده



خیزلی خیزلی باصوب یورومک واشیادن برشیئه ال سوروب  
طوتماق اقتضا ایدر .

بر کیسه نك یانه شمسیه ویا باستون کبی شیر ایله کیرمک قبالق  
ویاغی تربیه سرنک اولدیغی کبی یانه کیریله جک کیسه بر بشقه سی  
ایلله باش باشه کیزلی برشی سویلشدکری وقت کیرلیوب لا قدر دیرینی  
بتورد کدنصکره کیرمک ویر کوسترلینجه دیله دیکی یرده واستئقال  
درجه سنه وار دیره جق مرتبه ده اوزون اوزادی یه اوتورمق خلاف  
ادبدره اکر خانه صاحبی مسافرینی قویه قدر استقبال ویاتشیع ایدر  
ایسه بونک ایچونده رتبه ودرجه سنه کوره تشکر اولنمق لازمدر .  
اولنه جق زیارتلری طعام وقتنه تصادف ایتدیرمه مک وطعامدن  
اولجه ایسه طعام بکلنمه مک چسباندر . برخله کیرلده خانه  
صاحبنه و بولنان مسافر لره لازم کلن تعظیمی ادا ایدوب اوتورولدقده  
اوطه ده بولنان اشیایه کورمه مش کبی کوز کزدیرمه مک  
واوتوردیغی مدتجه صیق صیق ساعته باقامق وقدر کفایه  
اوتوریلوب صحبتک ارسه فاصله بولدقده رخصت طلب  
اولنه رق قالمق لایقدر .

تشکر ضمنده بیو کلرک یانه وارلدقده چند دقیقه اوتورولدقدن  
صکره اظهار تشکر و ممنونیت ایله چیقلیدر . زیارتلرده اوست  
باش تمیز بولنمق شرطدر .

﴿ امید ﴾

انسانده بر از امید اثری بولند قچه فلاکت و طالعه سزا کی نهانت  
در جبهه وارمش عد اولنه ماز . متدین آدمه امید سزک تاثیر  
ایده مز . زیرا اعتقاد فضیلتی جناب حقه عدالتی اوزرینه مستندره .

﴿ آرام و استراحت ﴾

لاینقطع اشتغاله وجودیمز غیر متمهل اولوب آرام و استراحتک  
ذهن و بدنه لزومی وحد اعتداله اکلنه نکه ده مقنن وقتی اولدیغی  
وسیر و حرکت و کز مهنک صحت وجوده فائده سی بولند یغی  
آشکاردر . بناء علیه اشتغالات یومیه یه اوقات مقننه لزومی  
مقدار فاصله ویره رک ذهن و بدنی اکلند یرمک و استراحت  
و قتلنده ضرر سز بعض شیر ایله اکلنک چسباندر .

﴿ خاتمه ﴾

انحراف مزاج ایله وجودیمزده علل و امراض حدوثی ، اعتداله  
عدم رعایتله هر ماده یی مرتبه افراط و تفریطه ایصال  
ایلدیکمزدن ناشی اولدیغی شبه سزدر . نه کیم افراط در جبهه  
مشاعل مختلفه ایله وجودی اتعاب ایتمک بد نجه ضعف و فنالق  
و کثرت مطاعه و اشتغال سر سملک و حددن آشوری اشتغال  
و مصالح ذهنزده پریشانلق حاصل ایدر . شو افادادن  
مقصد هر کسه امور و مصالحی یوز اوستنه براقوب راحت

ایده جکم ديه بتون يتون تيپورلك طريقنى ارئه دكلدر انجق هر حالده طريق اعتدالن آيرلماهنگك لزومنى بياندن عبارتدر . بوتقديرجه بلافاصله اوزون اوزادى يه مشغول اوله رق اوغر شليوب آرالقهه استراحت ايله ذهن ووجودى دكلندرمك موافق اصول حفظ صحتدر . بر كيمسه متوالياً ايكي ساعتدن زياده بر شيئه حصر افكار ايله ذهنى يورميوب اره صره مشغوليته براز فاصله ويرلديكي حالده ذهنده راحت حاصل اولور اشتغاله يكيدين ايستك كلير انتقالده دخى سرعت وشدت پيدا ايديلور استراحتله غائب ايديلن زمانده ايديله جك تحصيل وكارك اشبو سرعت انتقال وايستك مناسبيله بر ايكي مثلى اله كچيريلور وبو سبيله مطالعه اولنان شىء ذهنده ده ابي تقرر ايدهرك اشتغالدن حسن نتيجه حاصل اولور .

مشاغل ذهنيهنگك كثرتى نه درجهده مضر ايسه بتون بتون عدم اشتغال دخى صحته بغايت منافي اولوب هر ايكي حالدهده ذهن ووجودده فنالق ظهوره كاور .

نتيجهء كلام وجوولرينك حسن صورتهه محافظه سنى آرزو ايدن عاقل وتديبرلى كيمسه لر تحصيللرينى مزاج وقوهء بدنیهلرينك تحمائه كوره اويديرمليدر .

يوقسه هر كسك بر ايكي سنه ظرفنده تحصيل ايده جكي بر فنى همان

التي آى ظرفنده او كرنك قصديله كچه يي كوندزه قانه رق فوق العاده چاشمقله صحت وجوده خلل ويرمك كارعاقل دكلدر .  
 وجودى محو اينجه يه قدر يا خود خسته اولنجه يه قدر  
 اوغراشيله رق تحصيل اولنان علمك نه فائده سى اولور ؟ الحاصل  
 هر حالده اعتداله رعایت شرطدر .

چو جقلى شوراسيده معلومكز اولسونكه كثر اشتغال نه رتبه  
 مضر ايسه حددن زياده استراحتده اودرجه ضررليدر . زيرا  
 عدم اشتغال و حايلازلق پاس مثابه سنده ذهنى اورتدرك بالآخره  
 وجوده دخى فنالق ايراث ايندر . بو بونده كي امثله و براهين متعدددر .  
 مثلا براناختار دائمى صورته استعمال ايندكجه مجلا و پارلاق  
 اولوب بالعكس استعمال اولنيمه رق حاييله براقسه پاسدن كورنمز .  
 كذلك حرائث و زراعت كورمه مش برطوپراق درلو درلوفنا  
 و مضر نباتات حاصل ايندر . جريان ايتيموب دورغون بر حالده  
 بولنان صورده تعفن پيدا اولور .

ايسته بو مثالرده كوسترلديكي اوزره ايشـسزلك و حايلازلقدن  
 درلو درلو فنالق ظهوره كلور حتى بر قاچ ساعت حايلازلق  
 و قيدسزلك بعض كره سنه لرجه عمر تلف ايده رك قازانمش اولان  
 فضائلك بر آنده محو و برباد اولمه سنه سبب اولور عقللى كيسه لر  
 وقتلريني هيچ بر زمان حايلازلق و هوايي شـيلر ايله كچورمن

خالی وقتلرده استراحت و ایجابنه کوره صاحب تربیه و معلوماتی  
آدملرایله الفت و محبت ایدر بعض دفعه یالکزقالدقجه کتبخانه سنده  
جمع ایتمش اولدینی مشهور مؤلف و مترجملرک انارینی مطالعه ایله  
مشغول اولور و هر برندن بشقه بشقه استفاده ایله تلذذ ایدر .

ارباب فضل و کمال هر محله مقبول و معتبر اوله جقلرندن هر هانکی  
انجمن دانشده بولنمش اولسه و هر نره دن بحث آچیلسه اوله  
جاهلانہ شاشقین شاشقین خلقک آغزینہ باقیوب مناسبت دوشدجکه  
کندیسی دخی مباحثده بولنهرق ارباب جمعیتی ممنون ایدر  
و مباحثه سندن استفاده حاصل اولور یوقسه جاهل و کمايه اولمق  
مناسبتیله شوراده بوراده برطاقم کندیسی کبی جهلا ایله افواهی  
کلاملر و بی معنا سوزلرله وقت کچورمکدن هیچ برشی استفاده  
اولنه ماز و کیسه تک نظر اعتباری قازانیله ماز .

چوجقلر ، بورایه قدر و ظائف انسانیه حسن اخلاق و تربیه  
و محافظه بدنیه کزه متعلق قواعد ایله فنون و معارفک تحصیلنه دائر  
اقتضا ایدن و صایابیان اولندی علوم و فنونده درجدهده محتاج  
بولندیغمزی بوراده ینه تکرار ایدلم . زیرا انسان نطق ایله اشرف  
مخلوقات اولدینی کبی انوار علم معرفت ایله ذاتی تنویر و تحلیه  
ایتدکده کره ارضک سطحنده و قعرنده و مجردده و سماده موجود  
ذی روح و جاداتک حال و شان و خواص کونا کوننه و بو کبی

شیلرک کافه سنه آشنا اولمرق ابنای جنسندن ممتاز و فائق الاقران اولمق کاشانی صحرای عدمدن میدان وجوده کتورن خالق بیچونک قدرت و عظمت آیه سنه مطلع بولمق کبی فضائل ممدوحه یه نائل اوله جفنده شک و شبهه یوقدر .

بونجه مخلوقاتک خلقجه اعجب و اعجزی بالذات نوع بشردر . چونکه ابتدای تولدنده غایت عاجز و عریان و کندیسنی محافظه اکل و شرب ایله تعیشنی اداره یه عدیمل الاقتدار ایکن جناب حقک بیوک بر احسانی اولان عقل و ذهنی سایه سنده بالآخره حیوانات و حشیه یه قدر غلبه ایده رک کندیسندن نیجه کره لر بیوک و قوتلی بر طاقم مضر حیوانلرک پنجه غدرندن کندیسنی محافظه ایدر و پیک چوغنی تحت اطاعتله قدن بشقه بعضلرینی ده آلدیرمرق لحومیه تعیش ایدر پوست و یوکلریله البسه و ایاق قابی کبی شیلر یاپار هر برندن بشقه بشقه استفاده یاب اولور اسب و کلب کبی بعضیلرینی قوللانور قورد آیو مثللو حیوانات و حشیه یی صید و شکار و چرح و تلف ایدر . جاداددن طاش و معادن سائر مدن کوزل کوزل خانه و کاشانه یاپمرق بونلری ارزوسنه کوره نقش و تزین ایلر معادندن خواص متعدده یی حاوی ادویه تدارک و استحصال ایده رک دوچار اولدیغنی علتلری دفع و تسکین ایدر الحاصل انسان کیجه ، کوندز ربع مسکونده فائده بخش اولمق

اوزره يکي برشی کشفيله اوغراشور وموفق اولور . تلغراف  
وشمندوفر وبوکي انواع اختراعات جديده ني وجوده کتور مکدن  
خالی قالماز . بونلرک سعی اقدام وتحصيل علوم وفنون ومعارف  
سايه سنده حصوله کلدیکی معلومکزدرد بونک ایچون سز دخی  
عبث ایله اشتغال ایتیدرک سعی واقدامه حصرو وجود ایتلی وآتیده  
خیر ایله یاد اولنده جق آثار براقغه غیرت ودقت ایلدیسکز .

قلمامه جناب صو جمده مزی توفیقات الهیه منه موفق بیورسونه

آمین

