

امور اداره و تحریریه سی ایچون
محور دك مطبعه سنه مراجعت
اولفق لازمدر .

مناقع ملك و دولته خادم و ادبیات ،
فنون ، معارف و صنایع مدن باحث
هفته اق غزته در .

مراكز توزیعی استانبول
کتابخانه سیدر .

مجموعه ادبیات

۱۳۱۸

غروش
۲۰ برسنه لك آتونه بدلی { در سعادت
۱۲ التي آیلق } ایچون
۲۶ برسنه لك
۱۰ التي آیلق { عشره ایچون
آتونه اجرتی مقابلنده پوسته
پولی دخی قبول ایدیلیر .
غزته لك منتظماً نشرینی محور دك
مطبعه سی تعهد ایدر .

ایتالیان ادبیاتی

۴

اووخ .. زوالی بن ا

« غواپدک! موت بتم بودغون کوز
قاباقلمی ابدیا قاباقلمی »
آندره شینی

قالان بئلسکی قویشو . قاراللق مقبره نك عتی تباهنه
براسکی پاچاوده کی آتیورده جگر ؛ و :
آرتق بن .. اووخ .. زوالی بن بردها عودت
ایتمه حکم ! ..

— بک اوغل ؛ ۱۶ مایس ۳۱۷ —

تقیق وهرت

طب وفن

تخاقت و امراض مزمنه نك ترائی صمیمی

[یکن نفعدن مایه]

۴ — تضمینات وتلافی غداشیه « réparation
alimentaire » . — دو قوتور « بوقرات » شو

مطالعه نیمزه ایله بیان حقیقت ایلمشد :

استراحت بدنیه تزئید اولونورسه اغدییه
تنقیص ایتمک لازمدر ، حرکات و فعالیت بدنیه
تزئید اولونورسه صرفیات اکلیه ده زیاده لشدیریله
تضمینات غداشیه تکثیر ایدیلمش اولور . بو
مشارکت بدرجه وسع و اهمیت کسب ایدر .
انسانه یه نه ماده لر قوت و برمهز ، بلکه استفاده
ایدیلن مواد قوت و بربر . بو خصوصه امراض
مزمنه ده صحتده بولونولدیغندن زیاده تنقید ایتمک
الزمدر . فعل تقدی مکمل و درجه کفایه ده
اولدینی کی لایق وجهله ده منتظم اولمالیدر .
انسان ایچین حال صحتده اک مفید قاعده صحیه
اغدییه ای چیکنه مک ، ای پارچه لامقدن عبا .
رتدر ، که بو احوال صحیه به حال نقاهته و براستعداد
مرضینک تحت تأثیرنده بولونانلرک دهها زیاده
رعایت اتمه سی هر حالده ایجاب ایدر .

اختیار لادجه ، سنه لر مرور ایتمکجه فعالیت
عضلیه و تنفسیه تناقص دوشه چکنندن مقدار نقطه
نظرندن اغدایه اولان احتیاج اونسیده آزالیر .
بوقاعده بالخاصه سفالت فیزیولوژیه دن عبارت اولان

میتارک آغوش لاجوردیسنده سوزوله رک اوچان
بنه ، بیاض بولوطلر آرمسندن بر زلال نوار حالنده
آقان حار ، ملون خطوط مذهبه ، رقیق وشوخ ساقارک
اوزلرلنده کوله رک چیر پستان تهرات باکره یی ، دایر
وسیزین وادیلری ، برمل خنی ایله اوزانان تلال ناغمه یی
آتشین نوازشلریله اوپوپور . ایلیق برتفه چیمکله برر
صفر ششف برقهرق ، برر نشیده سودا اوقویهرق
بوتون یاپراقلی دولاشیور ، او زمان بر مستی غرام
ایله تیرمه شمن براق وی نك قاملیلر مسامات نسیمه بر
روح مشغوف اتحاف ایدیور . هنوز انطفایه باشلایان
بو نازل کونک سوزک سکر نسوینله مشبوع لیلارک
هوای مطربنی بایله رق آمن و آمه رک مست اولان
شیدا کیکلر بو مظرا ساعتک بقیه طراوتی طویلیور .
صهارک انبر رنگینده پران مینی مینی قوشغزلر طبیعتک
قوشنودن دوغان بو صاف و تزیه کوزلا کلمی ص
ایدیور و بر لسان مصومه مدید افقره دوغرو برر
ترانه مناجات اوقوبورلر . مشکال نظر لرمک سونه یلیدیکی
پرله قدر قیرمز یلقلر ، صاویلقلر ، نهایتسز شوخقلر
حدقه بر فضای تهر سرپیور . شیدی شمس غارب ؛
بر قادن اداسیله اورمانلره ، قیرله سوزک بر نظر
الفتات فیرلانه ق ، مفصون تیه جگره بر وداع موقت
فیصلیه ارق بی یایان مایه دیکزلرک عتی تاریخه سو .
قولدی . و یکی باشلایان آتشامک سرین نقه لر یی
تورم ایدمه رک اوله ن یاپراقلی قوجا قیه رق برچین و انفعال
صاوورپیور ؛ اولنری شوراجنده بریکه ن و بر رکودت
بطنی ایله اوپو یان دورغون سوزک کیملی سطحه آتیور .
اونلر اوراده یاغورورلر صاغناقلر نه جار بیله جق و بالیجقلرک
قمر پر لامنه کوموله رک چورویه چک ...

ای متورم یاپراقلر ! ایشته یخیده بارد بر ریح موت
حفره سیاه عدمه دوغرو اینیور . احوال ، که بو تهرات
ملونه ، بوقویو ییشیلکلر داغما عودت ایدمه رک باشایه جقلر .
قط بتم شعله حیاتم ابدیا سونه چک ، جلبد و بی روح

مجموعہ ادبیہ

تقویمی

تقریم فی

ع

حزیران

ایام	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
جمعہ	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
جمعہ اترسی	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
پازار	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
پازار اترسی	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
سالی	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
چهارشنبہ	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
پنجشنبہ	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
جمعہ	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
جمعہ اترسی	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
پازار	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
پازار اترسی	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
سالی	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
چهارشنبہ	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
پنجشنبہ	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
جمعہ	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
جمعہ اترسی	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰	۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰

تقریم ادبی



ع

حزیران

حصاد ، زبدہ سمی ویکانہ خلیا
بتون سماحت آمالی ایلیور ابدال
بوکون ، صدای مسرتلہ ابتدیلو زراع
ہب الارنندہ اوراقلر ، حصادی استقبال

اوقاق تقیۃ سمی و عمللہ ، باق ، ایشته !
دمت دمت بڑہ مسخضرات قوت حیات
کوکالرہ یشامق میلی ایلر استشار
ییغین ، ییغین اوکوزدہ غدای دفع ممت

تحف دکلہ حیاتک شو طمانی فلسفہ سی ؟
بتون طبیعت اسیر آرزوی انسانہ
نہدن نہایتہ ایرمن بو ، انسانک ہوسی ؟

موقت عمر شبانندہ وقف شوق حیات
مناظریلہ ، ہدایای التفاتیلہ ؟
فدا ایدرینہ انقاضی عمرغنی ، ہیہات !

بو اینجہ نقطہ بہ یوق بڑہ قوت ادراک
دوشو غیوب ایدرز سادہ بویلہ استہلاک

— ۱ : حزیران ، ۳۱۷ —

برنو سعاد

ماژمینی حسن اداره ایتک یاخود مقدار کثیردهه بولونان ماژمینی تغییر و تبدیل ایتک ایچین بر طاقم تدابیر و قوای عالیسه مالکدر فقط بو ملکات و تدابیرک حال سختده و حال مرضیده ایکن اوقوتی سوء استعمال ایتمه مسنه دقت ایتلیدر .

تلافی و تضمیناته عائد اولان لوازم میاننده برنجی صرهبه ایسقره ایدیلش و آزیشریلش اوکوز و یا قویون آتی وضع ایتک لازمدر . یک جوق شرائط و حالاتده قیلش چیک ات شایان حیرت بر قوه ترمیمیهنی حائرذر . چیک آنک عصارهسی ده علی السویه موفقیات عظیمیهنی مستحصلدر .

حرارته عائد لوازم ایسه فعل اغتداده بر ساحت فسیحه اشغال ایلمکدهدر . حیوانی الاصل یاغلی مواد « ایچ یاغی ، تره یاغی ... الخ » کبی مواد انفهال [خسته لکدن بدنک تدریجاً قوتی ضایع ایدرک ضعیفلمهسی *consomption*] ه مرافقت ایدن امراض مزمندهه بویوک بر تأثیر حاصل ایدرلر ؛ بویاغلی مواد آره سنده برنجی صرهبی اشغال ایدن جسم مورینا بالغنک قره چکرینک یاغیدر خسته لر مورینا بالق یاغنی هضم ایدمه زلرسه ایچنه [غلیسه رین *glycérine*] و [قاقانو] هند بادمی یاغی *huile de cacao* [وضع اولونان چیقولاته و یریلمهسی مناسبدر . مواد غیر عضویه میاننده ایسه مواد حدیدیه ، بالماء فوسفوریت کلسی و بر تأثیر سقوربوطی تحتده بولونانلرده [بوتاس املاحی *sels de potasse*] استعمال ایتدیریلملیدر . امراض مزمندهه اگر اشتها سونمکده ایسه اکثر یا مراجعت ایدیه چک ایکی نوع غذا واردر :

۱ — صاف سود « *lait pur* » در، که مواد

[تبول سکر *glycosure* ، کثرت تبول *pogurye* ، فرط سمن *obésité* . احتقانات دماغیه *congestions cérébrales* یی موجب از ماع مرضیه ، سکنه *apoplexie*] ودها بویکی « امتلاء دم *pléthore* » که صور مختلفه سنده نظر مطالعه دن دور طوتوله ماز .

امراض مزمنه نیک بر جوقلرنده صورت مکملدهه تضمینات غذاییه موفقی اولقی فی الحقیقه یک قولای برشی دکلددر . و بوعوارض ، خسته لکک طبیعتدن و اطعمه نیک غیر مناسب اوله رق اداره اولونمه سندن تشکیل ایدر ؛ ایشته بو عوارض خسته لکک طبیعتنه تابع اولدیغندن (بوقرات) آئیده کی سوزله آنلری بتمامها اجمال ایتشددر : « اگر برقیه اشتها ایله یبر و اکتساب قوت و سخت ایتزسه بوحال بادی تأسقدر ، »

انی بر اداره اطعمه نی محتسوی برشی کوج اولدیغنی قدرده مختلطدر . « رهویه پاریس » که دیدیکی کبی امراض خواهش ولذا نذ خصوصیه سنه کوره اغدیه انتخاب ایتک شبهه سزدر ، فقط اوزون مدت دوام ایدرک « قوه هضمیه *digestion* » و « فعل تمث *assimilation* » کبی افعال معتناک تناسف و تموت و دوشدیدی علل مختلفدهه اگر غذا مکمل اولمازسه برکتله مکثفه حالنده متراکم محاذیر عدیده در حال منکشف اولور . فعل اغتدا درجه کاملدهه اولمهسی ایچین اوج دورلو ماژمیه مفتقدر : « ماژمه حرارت ، ماژمه تضمینات ، مواد غیر عضویه » در .

سود بزه بوموازنت مشترکینی یالکنز جواهر اصلیه سنک طبیعتله دکل برده انحساد ایتدکلی نسبت مخصوصه ایله برابر تقدیم ایدن شایان اهمیت برمالدر . اداره حیوانیه ، مقدار جزئیده اولان

مفيدى بر نسبت فوق العاده اتحاد ايتديرير .
سودى سوكنجى صاعيشده حيوانك مهنسندن
خروج ايدركن ترجيح ايتليدر .

۲ — تازه و آزيشمش يومورطلر eufs
rais فقط يومورطلر مستقلاً مكل برغدا تشكيل
ايتملر ، مالزله احتراقيه بولردده مقدار كافيدده
دكلدر .

برده خسته نك و نقيك حال خصوصيسنه
مربوط اولان مشكلات اغتدايه مياننده شولرى
نظر مطالعيه آلق ايجاب ايدر :

۱. صورت ظاهرده تقيد اولونان اغتدايه
رغماً تلافى و تضميناتك بطاشى

۲. جهاز هضميك حال فسادى

ظاهر آغايت منتظم و درجه كفايده فعل تقدييه
رعایت ايتديكي حالده قواى بدنيسنى استحصال
ايد مرسه اغديه سنك تركينده بولونان مواد
مفيديك لك مفيديك استفاده ايديلميك افرار
و ا فراغ ايديلميك امين اولمليدر . استفاده
ايديلميك لوازم غذائيه ايجنده اول امرده ياغلى
اجسام دوشونولمليدر . چونكه بولر باقره آس
(pancréas) لك عطالتى ياخود خسته لكى سبيله

استحلاب و امتصاص اولونمازلر ايشته بولرك
موجوديتى مواد ثقليه دروننده استكشاف اولونور .

بو كى احوالده مواد شحميه ي [ايج ياغى
graisse] و ياغرك مقادير نسبيه سنى تنقيص
لازمدر . [غليقوز glyucose] لك طرق بولييه
طرفندن احما و اخراجى برتداوى خصوصيه ي
امر ايدرك اكثر يا امراض مزمنه ي « عدم اشتها
anorexia ، عسرت تنفس dyspnée » اختلاط

ايدرك . بو اختلاطات مؤلمه ي محو ايتك مهمدر .
بو خصوصده ايسه اول امرده حسن اداره ايله

درجه درجه آرتيريلان حرکات بدنیه ، قه قه
و کور توزينه باتيريلش فيرجه ايله آغزك اوغوشد .
يلمه سى ، عطرى صولرله آغزك يقانميه سى
خصوصه فوق الحد رعایت ايتمليدر . سوكره
[مفتح apéritif] ادويه يه مراجعت اولونور ، كه
بولردن شايلان توصيه اولانلرى برده سيقرام
« جنطيانه خلاصه سى [extrait ds gentiane]
برساتيقرام » جوز احمر خلاصه كتوليه سى
[extrait alcoolique de noix rouge] دن عبد
رت اولان جيلردر . خسته لكك مصرانه و معنده
دوامى حالتده سود و تازه يومورطلر اغديه
دائم سندن اولمليدر .

مابعدى وار

لجان ريشى زاده بودروملى دوقنور :

على رضا

فرانسه آقاده ميسى

و

امرمه روستانك انتخاى

بر ايكي سندن برى توردين بو يكي شاعر ،
مكتبه حيلازلق ايدده ايدده قبو ديشارى ايدلمش
ايكن شمدي فرانسلرك « قرقار ترتيبى » نه
آريليور . طالعك ياردينه بر نشانه آرانيرسه
ادمون روستانك حيات اديسينى سراپا كوزدن
كچيرمليدر . شو اوج سندن برى جهان ادبه
شيوخ بولان صيت و شهرتنده لك بيوك مؤثر
اودر .

ذاتاً و قيله مجموعه ادبيه نك سافى اولان بول
مجموعه سنده بو آدمك ايلك موفقيتى بارسندن