

abonnement pour un an

350 Piastres

Edition spéciale. 500 ptrs.

Adresse :

« Idjtihad » Constantinople

Téléph. St. 865

XXIII ème ANNÉE

15 Fevrier 1928 No. 246

اجتهاد

علمی، ادبی، اقتصادی، صناعی، صحی مجموعہ

آبونمان : سنہ لکی [24 نسخہ]

تور کیا ایچون 2 بچق، خارج ایچون
3 بچق، اعلا کاغذ لیسسی 5 لیرادر.

ادارہ خانہ سی :

جفال اوغلندہ « اجتہاد ٹوی »

تلفون : استانبول ۸۶۵

یکرمی اوچنچی سنہ

نومرو ۲۴۶-۱۵ شباط ۹۲۸

اجتماعینک کندی شرائطه او یغون بر شکله تاسس ایتمش اولان اصول طبع اعانه سیله ، کندی نه مفید قیلمقده در .

انسان ، احتیاجات غذائییه سنی نباتاتدن و حیواناتدن و بونارک محصولاتندن آلمقده در . بو منبعاردن آلتان اغدییه صو و طوز علاوه ایدیلیر . انسانک و عمومیتله حیوانانک اغدییه سی کیمیا اصوللریله تحلیل ایدیلیرک کورلشدیرک اغدییه ، (1) آلبومین (Albumine) ، (2) یاغ ، (3) ماییت قاربون ، (4) طوز و (5) صو احتوا ایدیر .

بو بش ماده یومی غذا مزده ، ضایعات مزه تقابل ایدیه جک بر مقدارده موجود اولمیلیر . آلبومین ، وجودیمیزی تشکیل ایدن حجره لره پروتوپلازما تسمیه ایدیلن جانلی و فعال قسمتک یایی طاشارینی تأسیس ایدر ؛ ترکیبده بالخاصه آزوت بولنور . یاغلر و ماییت قاربونلر (ککشکرلر و نشاسته بو صنفدن معدوددر) وجود ما کنه سنده یاتارک بالخاصه حرزرت (قالوری) تولید ایدرلر .

آلبومیندن ، یاغدن و ماییت قاربوندن (شکرلر و نشاسته) احتیاجات یومیه من ایچون بزه نقدر لازمدر؟ مختلف انسان جمعیتلری ، تجربه و عنعنه سایه سنده ، مختلف مقادیر غذائییه آلهرق خلقتدن بری یشایور . بناء علیه انسانلره احتیاجتک نه دن عبارت اولدیغی او کره تن ، خلقت بشره نسبتله چوق یکی اولان معاصر علم دکل ، فقط هر بیلکینک اساسی اولان تجربه و وقعه در ؛ اتجق علم تأسس ایدنجه در ، که بو مسئله یی کندی اصوللریله حل ایدرک تغدینک فیزیولوژی و حفظ صحت نقطه نظرندن بو کونکی مثبت معلوملرینی آلدیه ایدلشدیر . بو معلوملره کوره وسطی بر صورتده چالیشان بر کاهلک یکریمی درت ساعت ظرفنده کی احتیاجات غذائییه سی (120) غرام آلبومین (70) غرام یاغ و (400) غرام ماییت قاربوندن عبارتدر . بز بو احتیاجلریمیزی تأمین ایتمک ایچون ات (مختلف ائلر) ، یاغ ، یمورطه ، سوت ، پنیر ، قوری و یاش سبزله ر ، میوه ، اکمک ... وسائرہ آلیرز . غدالرک ترکیب لرنده ، مختلف مقدارده آلبومین وسائرہ بولنور .

ایکینجی حالدیه در عقب بر تناقص وزن کورورسکیز . ایشته سزه ماده ضایعاتی الک بسیط صورتده کورستره دلیل تجربی !

قدرت ضایعاتی ندر ؟ قدرت (Energie) تعبیریه یشایان مخلوقلرده کوریلن حرکت ، حرارت ، الکتریقیت و ضیا تظاهراتی مراد ایدرز . انسانه بر ترمومتره تطبیق ایدیکیز ، 36-37 سانتیگراد بر حرارت کورورسکیز . صیجاق صودولدرلش بر قابده عینی وجهله بر ترمومتره تطبیق ایدر سه کز ، اوراده ده بر حد حرارت بولورسکیز ؛ فقط صیجاق صو دولو اولان قاب ، بر مدت صو کره حرارتی محیطنه ترک ایدرک صوغور . حالبوکه انسانک حرارتی ، محیطک حرارت سویه سی نه اولور سه اولسون دائماً ثابتدر . انسان دخی بر طرفدن عینیه صو دولو قاب کی محیطه حرارت ترک ایدر ، فقط دیگر طرفدن یکیدن حرارت تولید ایدر . ایشته بونوع ضایعاتدرکه ، قدرت ضایعاتی تسمیه ایدیلیر . متوسط درجه ده تابس ایتمش ، 18 سانتیگراد حرارت محیطه ده متوسط بر صورتده فعالیتده کاهل بر انسانک یکریمی درت ساعت ظرفنده کی قدرت ضایعاتی 2500 قالوری ایله افاده ایدیلیر . بر قالوری دییه بر لیتره مأ مقطرک درجه حرارتی بر سانتیگراد تزید ایتمک ایچون صرفی لازم کلن حرارتک مقدارینه دیرلر . امدی تعریف و تحدید ایتدیکمز شرائطده بولنان بر کاهلک یکریمی درت ساعتک قدرت ضایعاتی 2500 لیتره صویک حرارتی بر درجه تزید ایچون صرفی لازم کلن مقدار حرارتدر .

انسانک و عمومیتله یشایان مخلوقاتک ماده و قدرت احتیاجلرینی تأمین ایدن اغدییه در . غذا احتیاجی یشایان مخلوقلر سوق طبیعی ایله او قدر شدتله حس ایدرلر ، که انسان ده داخل اولدیغی حالدیه علی العموم حیوانات ییه جک و ایچه جکلرینی آراشیدیرمق و بولنوری بولمقده مشکلاته معروض قالنجه محیطله جداله قالدیشمق صورتیه هیات ایچوره مجادلده بولنورلر . هممز ایچون هر کون واقع اولان و بعضاً حیات بهاسنه ده کن بو مجادله نک تأمین ایتدیکی غذایی انسان ، عنعنه و تجربه سایه سنده و هر محیط

سزہ یومی (120) گرام آلبومین آملق ایچون شو قدر
گرام قویون ویاخود طانه آتی، ویا شو قدر یورطه یکنز
لازمدر کی وصایاده بولنیه جفم. بو بابدہ الک ای مرشد،
عننه وتجربه کنزدر. انسانلر ترازای ایله یکن یدیرلمسی
آنحقی خصوصی احوالده وهؤسه لرده وآنحقی خسته اتی
تداویسندہ تطبیق ایدیلن بر اصولدر. خالق علاقہ دار
ایتمکله برابر حفظ صحتک معضل دعوالرندن بری اولان
بو مسئله حقنہ تفصیلاته کیریشمه نك یری بوراسی دکلدر.
یالکنز شونی سویلکله مکمه مساعده ایدیکز که عمومیتله
اغدیہ حیوانیه نك، بزم عضویتن.

شاعرک مزارندن کلن سس

مست شراب حیرت ایدم، کرچه مست ایدم؛
دورمده کیمسه طامادی طعم شرابی؛
خلقک لیال نزهتنه قیلدی روزکار
بدر منیر مشعلہ اضطرابی.

ع. م.

ده تمثیل، یعنی بالفرض قویون
آنک انسان آتی وسوت یاغنک
انسان یاغی حالنه کچمه سی، نباتی
غدارک تمثیلنه نسبتله دها قوللا.
یدر. نباتی اغدیہ آراسنده قوری
فصولیه، مرجک، نخود،
بقله ومانثالرینک مائیت قاربو.
نرله برابر مبذول مقدارده

آلبومین احتوا ایتدکلری جهته قیمت غدائیہ لری چوقدر.
مجرای کلام بزای بر لحظه آتله تغدی مسئله سنده توقیف
ایدیور. سبزہ خوار و آتله تغدی یه قارشى لا قید وبلکه ده
حقسنز یه دشمن اولنلرجه بلکه منفی بر عکس صدا
ایله قارشولانه جفمی ظن ایتمکله برابر، سفره مزده آتله
وأتلی یمکله دها ممتاز بر موقع تخصیصی فکرندیم.

قوه غدائیہ سندن صرف نظرمنبه، خواصندن دولایی
آنک، علمی، صناعی و آلی شعبات معرفتده ایلری کیدن
ملتلرجه مرغوب اولدینی میدانده در. خاصه غدائیہ سی
موجود اولمقله برابر وجودده بر چوق سمدار بقایا ترک
ایدن آنک وسطی یاشه دوغری مقدارینی تنقیص ایتمک ده
بالطبع فائده لیدر. زیرا، بو یاشلره دوغری وجودی
تشکیل ایدن عضولر کافی درجه ده یورغون دوشمشلردر.
سزہ 50 یاشنه کلن بر انسانک ایکی مهم عضوینک (قلب
وبوبره کلر) نقدر مهم وظائف حیاتیه ایفا ایتمش اولد.
قلزینده دائر بر مثال ویرهیم: یومروق قدر ات پارچه سندن

عبارت اولان قلب الی یاشنه کلن بر انسانده تام اوج
میلیون لیتره قدر بر قان کتله سنی عادتاً بر حوضدن
آلوب اوته کنه بوشالتمشدر؛ و بو قلی اجرا ایدرکن
قاج کیلو غرامتله ک اش کوره مشدر، بیلمیریسکز؟
نام (399) میلیون کیلو غرام متره! یعنی 899 میلیون
کیلو غرام ثقلنده کی بر یوکی بر متره ارتفاعنه قالدیرن
بر ایش و بر قوت! ینه بو یاشه کلن بر انسانک بوبره کلری
(2) میلیون لیتره قانی سوزمش وادرار یامشدر. ایشته
قلب و بوبره کلر کی نازک یابلی هیچ بر صناعی ماکنه
کوستره مزسکز که بوقدر مهم

ایشلر یابدقن صوکره بیرانمش
اولماسین. یا، الی یاشندن
صکره کی حدسنلری دوشونه لم.
بناء علیه ذاتاً فعالیت حیاتیه نتیجه
سندہ آشینمقده و تکامل قانوننک
ایحیایاتنه کوره موته وعدمه
دوغری کیتمکده اولان وجو.

دیمزی، تغدیہ ایتدیکی دوشونورکن،
غدا مزک کیمیت و کیفیت اعتباریله افراطیله اعضای بدنیه.
مزک بسیتون بی تاب قاله مسنی دوشونمک وظیفه مزدر.
احتیاجات غدائیہ مزى کیمیت و قالوری نقطه نظرندن
تمامیله تأمین ایتدیکی مزى فرض ایتدیکی مز حالده مسئله
بونکله بیتمیور. صوکره ربع عصر ظرفنده کی تجریات ویتامین
(Vitamine) نامیله حیاتده مهم رول ایفا ایدن بعضی
جوهرلک موجودیتنی میدانه قویمشدر. اساساً خلق،
تجربه سسیله بو جوهرلرک موجودیتنی کویا آکلانمش
کیدی. ات صوینده آلبومین پک آ ز مقدارده اولدیغندن
دها یقین زمانلره قدر طبابت ات صوینه بر قوه غدائیہ
عطف ایتیمور واطبا آنی آنحقی اشتیای و معدنه ک هضم
فعالیتنی تزید ایدن برمنبه کی توصیه ایدیوردی، فقط
خلق، اطبا ظرفندن ات صوینه عطف ایدیلن قیمتسنز
بر غذا اولمق وصفنه، کندی تجربه سسنه استناداً، پک
اینانمه یوردی. خلقک تجربه یه مستند اولان بو حکمنده
حقسنز اولمدیتنی بو کون انکار ایدمه میورز؛ زیرا ات صوینی

ویتامین سرنگ اعراضی کو سترہن صیقلہ چو جقلرہ یشیل
 صلاحہ و پور تھان کی اسکی تھانیالہ اشیری دوشن مادہ لردن
 بالخاصہ یدیرمکی توصیہ ایزر تھہ خالہ لڑ بو توصیہ لڑہ مراقلہ
 باقیورر ! تر ، چو جقلرک صلاحہ یہ ، یشملرہ و بالخاصہ
 چیک یشملرہ تھالکفی بر نوع (Caprice) تالی ایتدیگمز
 حالہ بو تھری دوعری یولہ سہوق ایدن قوتک سہوق
 طبعی اولدیغی دوشونہ میوزورق !
 لائن عداثک عضویتہ نافع اولدیغی ، عداثک خلاصہ
 بیان ایتدیگمز ایتک و کیفیتدن باشلوقہ ہضم و عیش
 لایقلہ ایفا ایدلمس بولمستہ توقف ایدلر ! اشتہا و عظم
 فعالی انحریک ایتک ایچون معین ساعتہ دوشک سترہن مزہ
 جالب اشتہا بر طرزہ تزیین ایتک ، آبی سلحک تھک
 و بالخاصہ تمکدن اول و صوکرہ روخی صلاحہ تیلر لادن
 اجتناب ایتک لازمدر . کورہل بر اشتہا کثر وازاکن ،
 موجب تار بر وقعہ قوشیدہ شدہ در حال اشتہا کثری
 غالب ایدرسکمز . بو بابہ سترہن فیزیولوژی تجربہ ی
 ذکر ایدیم : ہضم و اشتہا مسئلہ لڑی تدقیق ایتک ایچون
 حیوانانہ مثلا کو پگدہ (Pawolo) معدہ سی ڈمیلین
 معدہ ی حامل بر کو پگ تھری یامقدہ تر ، بو تجربہ ،
 حیوانک معدہ سی ایکی بہ بولک صورتیقلہ تدقیقات یامقدہ
 درک ، بو عملہ ی کورہ حیوانک معدہ سترک بر قیاسمنہ
 غذا داخل اولملاؤکن دیکر تھ عداث کیرہ ، ہضم و کثورہ
 واعدیہ نک داخل اولدیغی کو چک معدہ سی حیوانک
 بطن جلدیہ بر دہلیک خالندہ آچیلمشدر و پور لیکدن
 معدہ عصارہ سی صاف بر حالہ دیشاری آقارہ . حیوان
 آج ایکن کوزیتک اوکنہ جالب اشتہا برائت پارچہ سی
 وسائرہ قویلیرسہ کو چک معدہ سی عصارہ افرا ایتک
 باشلار ، عادتا بڑدہ آرزو تولید ایدن ہر تھانیکی بر مادہ ی
 مشاہدہ و تحظر ایتدیگمز زمان فصل آخر ہر صلاحہ لایرسہ
 حیوانک دہ معدہ سی دہ تعبیر معذور کور و نسون و صلاحہ لایرہ
 معدہ نک بو نوع افرازیہ افراز روخی (Sécrétion)
 (psychique) دیرر . تجربہ حیوانی بو صورلہ روخی
 افرازی آفتمقدہ ایکن فارشوشہ دشمن اولدیغی برکدی
 قویوبدہ حیوانی قیردی رنجہ در حال افراز روخی توقف

ویتامین یو سکس بر درجہ دہ زنکین اولان بر عداثر .
 ویتامین ہدر ؟ بالخاصہ زاپوئادہ و فلیپین اٹلر دہ ،
 ہندستاندہ ہری - ہری نامیلہ تورہین بر خستہ لقدن
 وقوعہ کن وفیات اوزرینہ ربع عصر دن بری بابلمش
 و یاتلمقدہ اولان تدقیقات ، بعضا فلج حصولی و وجودک
 شیشمہ سی وسائر علاملہ متصف و تولدیغی بر خستہ لاق
 اولان ہری - ہری نک ، اور اردہ خلقک باشلیجہ
 عداثی تشکیل ایدن بر تھک تھلک قصدیہ اوزرندہ کی
 غلافدن (برنج کیکی) محروم ایدلمسندن متولد اولدیغی
 اکلایلمشدر . تھلجہ ششہ سندرہ کیک قسمندہ بولان
 صوکرہ لری (Vitamine) اسمی ویرلن بر چو ہر دن
 محروم بر تھلجہ تغدی دہ ، کہ بو عاقتی حاضر لامشدر .
 بو تدقیقاتدن صکرہ ، حیوانانہ تجربہ صفحہ سی کلیور .
 بالکثر جوق تھ و پارلاق برنج لڑہ بر مدت بسلاہ نیلن
 طاووق ، کو کرچین کی قوشلردہ بر فلج حصولہ
 کلیور ، اعصاب التھالہ نیور و قوشلرک کوستر دگزی
 خستہ لاق لوحہ سی ، طبق انساندہ کوزولن ہری - ہری یہ
 بکر نیور . ویتامینسر بر تھلجہ بسلمککہ فلجہ اوغرامش
 اولان بو کی تجربہ حیوانلرینہ تر یچ کیکندن ، باخود
 برا ماہہ سندن استحصال ایدلن ویتامین ، عضلہ ایجنہ
 ذرق ایدیلجہ بر ایکی ساعت ظرقندہ حیوان لیاغہ قالمقور ،
 ہ اعصابندہ التھاب ، ہدہ فلج قالمقور !
 ویتامین مسئلہ سی ، بو صوک ربع عصر دہ بر جوق
 طی ، سیری ، و فیزیولوژیائی تجربہ لڑہ زمین اولمشدر .
 بو چو ہرر ، انسانک و حیوانانک عداثر دہ موجود
 اولمیدر . ویتامیندن محرومیت ، (Avitaminose)
 ذہیلن بر جوق خستہ لقری موجب اولیور . ویتامینلر ،
 رہ یاعقدہ ، بالی یاعقدہ ، تیمورطہ صا دیسندہ ، قرہ
 جکر دہ ، نازہ سترہ دہ ، یشیل صلاحہ دہ ، طوماسندہ ،
 میوہ لردہ ، بالخاصہ لیموندہ و پور تھالہ ، چیک سوتدہ
 مبدول صورندہ موجوددر . سوتک ویتامینی 130 سانتیگراد
 حرارتدہ تخریب ایدلکیکندن دولای درکہ ، تعقیما ایدلمش
 صولہ بسلاہیلن چو جقلر دہ کیک خستہ لاقی و ہضم عارضہ لری
 حصولہ کیکدہ ایدی . یتہ بونک ایچوندر کہ حکیملر ،

غده‌ی حامل اولان بر چوجقه‌ده وجودك تغذیسی خالدار اولور: وجود لزومندن فضله طومبول و شیشماندر، ذکا متناقصدر. بو حال چوجغه نه آت، نه سبزه، نه قالوری ونده ویتامین و یرمکه مندفع اولماز. آنجا هر هانکی بر حیواندن آلتان غده درقیه‌ی، یا خود قایره لر طرفندن استحضار ایدیلن عینی غده مستحضراتی یدیرمکه درکه وجودك تغذیسی نورمال بر حاله کتیرمکه امکان حاصل اولور. بو تداویدن صوکره فضله شیشماناق مندفع اولدینی کبی قامت اوزامغه و ذکا عودت وتأسس ایتکه باشلار.

دماغك آلتنده بولنان و غده مخاعیه (Hypophyse) ده نیلن بر کوچك تشکل واردر. وظیفوی بر شخصیته مالک اولان بو عضو سن شبابتده هر هانکی بر سبيله خسته اولورسه آتی حامل اولان کنجك بونی فوق العاده بر صورتده اوزار. بویه انسانلره دیو (Géant) و بو حالت مرضیه (Gigantisme) دیرلر. بو کبی حاللار، آلتان غداتك نوع وجنسيله، مقدار و کیفیتی ایله علاقه دار اولوب بالخاصه معاصر بیولوجیانك وطبك موضوعلریدر.

ایدر. هضم فعانك فیزیولوژیک شرائطده تأمین دوامی ایچون بر عامل اولان افراز روحینك هیجان، حدت. کبی روحی تأثیرلر آلتنده درحال توقف ایتسی هضمی و بالنتیجه اغذیه دن تنفعمزی اخلال ایدر. کدر و سائر آلام معنویه دن مضطرب اولان انسانلرک نخافت بنیویه لرینی بیلیر سکر.

صوکره سوزاوله رق نظر دقتکزی بر دیگر وادییه جلب ایده جکم: ماده، قالوری، ویتامین و سائر خصوصاتیجه تام و کامل غذا آلان و آلمده بولنان بعض انسانلرده فرط سمانت، بنیوی نخافت، یا خود اسکلتك فیزیولوجیائی بر طرزده نشوونما بولماسندن دولایی جوجه لك، یا خود حدندن فضله نمائمسندن دولایی قامتك دیو کبی اوزامای کبی بالخاصه مرضی بعض حاللر حادث اولور. بالخاصه طبك موضوعی اولان وسزده بر مراق اوایندیره نیلن بو مسئله لر اوزرنده بالطبع فضله توقف ایتیه جکم؛ یا لکز بو مراقکزی تطمین ایچون سویلکککمه مساعده ایدیکز که: مثلاً عنقك و خنجره ده نیلن صدا عضوینك اوک طرفنده بولنان و طیده غده درقیه Thyroïde تسمیه ایدن بر عضو ك فعالیت نورمال اولمازسه بویه تبیل

« لغتجه فلسفه » حقنده اسماعیل فنی بك افندیك ایضاحاتی

كشاد ایتدیكی رشديه مكنتبنده او قودم لکن اورادن شهادتنامه آلدقن صوکره كرك ملككتمده و كرك حجر تزدن صوکره استانبولده متعدد علما و ارباب اختصاصك فیوضیات علمیهلرندن مدت مدیده استفاده ایتدم. اكر آنلرک لطف و همتلری امدادییه یتیشماماش اولسه ایدی ولو ناچیز اولسون بعض آثار تألیفنه قیام ایتك نیم ایچون بر جرأت اولوردی. فرانسزجه‌ی اوروباده تحصیل کورمش مقتدر بر معلمدن اوچ سنه قدر او قودقن صوکره بش دخی لسان مكنتنه دوام ایدهرك دیلومه آلدیم. انکلیزجه. یی ده انکلیز معلملردن تحصیل ایتدم. ایشته بدایه پك نقصان اولان بضاعه علمیهم بو وجهله ایشه یارایه بیله جك بر درجه به كلیش ویا كا بر آز جسارت ویرمشد. شمندی ده عفو بکزه اغتراراً تنقیداتکز حقنده بر قاچ مطالعه جق عرض ایده جکم: چوق یکی زمانلرک ابداع ایتدیردیكی بعض تعبیرلری نظر اعتباره آلامدیم بیان نوویرله یورک صوکره واک مکمل اوله رق

لغتجه فلسفه‌ی (اجتهاد) ده بر موقع شرفه لایق کورمه کز بر اثر قدر شناسی اولغله بولطف کزدن دولایی عرض تشکری وجبیه ذمت عد ایدرم. حق عاجزانه مده یازلمش اولان کلمات تلطفیه استحقاقك پك زیاده فوقنده ایسه ده کندی کندیمک اسنادی وشا کردی اولدیغمه، فرانسزجه و انکلیزجه‌ی جان معلمسز اوکره ندیکمه واسان مکنتنه دوام چوق سورمدیکنه دائر اولان فقره‌ی ارباب مطالعه ك انسلاب اعتماد وانکسار رغبتلری موجب اولایله جك بر ماهیتده کوردم چونکه بویه استاددن درس کورمامش و فرانسز و انکلیز لسانلری کندی کندینه اوکرنس بر آدمدن موجب استفاده بر اثر بکلایله مامسی پك طبعیدر ایشته شو مطالعه‌یه مبنی بو بابده مع الحجبویه بر قاچ سوز سویلکککمه مساعده کزی رجا ایده جکم: واقعا مخلصکزك حین صبا و تمده شیمدیكی کی مکمل مکنتلر یوقدی. مدحت پاشا سرخومك طرنویده ایلك دفعه اولارق