

سرمد المصنف

۱۳۰۷

بِجَشْنَبِكُوكُنَايَ نَشْرُؤُ لَوْ فَنِي وَإِذْنِي هَفْتُكَ غَيْرَتُهُ

بدل اشترا:

برسنه لکی (پوسته اجرتیله برابر) ۵۰ غروش
آلای آلفی (پوسته اجرتیله برابر) ۳۰ غروش

نسخه سی ۱ غروشه

Le N^o 1. P^{re}

اداره خانه و مطبعه سی:

استانبولده باب عالی جاده سننده محل مخصوصدر

صاچندن یا قالاملی و چار چاق آرقه سی اوستی یا تیره رق صویک
سطحه چقارمغه چالتمیلیدر . بونی متعاقب آرقه اوستی
یا تهرق و مغروقک یوزی یوقاریده اولوق اوزره صاچنی
صالیو بریزدک ساحله طوغری یوزمکه باشلامیلیدر .
بو وجه ایله بشقه صورتده حرکتدن بک قولای و سریع
اوله رق ساحله تقرب اولنورکه ائی بر یوزکچ ایکی آدمی
بیله صویک سطحده طوبه بیلیر . بو طرز حرکتک بر فائده
سیده امداد ایدن آدمک کرک کنسیدی باشنی ، کرک
مغروقک باشنی کال سهولتله صو خارچنده طوغری
و بشقه بر امداد کانجه قدر طایانه تیلیدر .

(۵) مغروقک وفاتی بک نادر اولوب قوای وجودیه
و ذهنیه سنی غائب ایتسی موته حمل ایدیلرک تخلصندن
چار چاق فارغ اولمالیدر .

(۶) مغروقک وجودی قعره طوغری نزول ایتیش
ایسه بولندینی محل اوزرنده کوریلن - و آشغیدن صو سطحه
صعود ایدن - صو قبار جقلرندن استدلال ایدیلیر . فقط صویک
راکد اولسی و قبار جقلری صو یوزیه منع ایدن واستقامت لریه
عمود بولان طالع لیر بولنکامسی شرطدر . بو وجهله
اخراج ایدیلن مغروقینکده وفات ایتیمسی کثیر الوقعدر .
(۷) مغروق چقارمق ایچون صوبه طالان آدم برالیله
مغروق صاچندن یا قهلا یوب دیگر ایله ایقلرینی صو سطحه
چقمق ایچون استعمال ایدر .

(۸) ذکر اوزرنده طالع لیر ساحله تقری منع ایتدیک
حالده آرقه اوستی یا تهرق امداد ورودیه انتظار ایتیلیدر .
چونکه طالع لیره قارش قویه رق ساحله یا قلا شغه صاواشان
آدم قوتی کسبله رک قعره نزول مخاطره سنده بولنوب
حال بوکه آرقه سی اوستی یا تهرق قایق کبی برواسطه تخلصک
ورودینی بک اعلا بکلی بیلیر .

(۹) قواعد سالفه کرک راکد و کرک بک طالع لیر
صولرده قابل اجرا وفائده بخشدر .

اکثر یتله مغروقین یاغسین - و یا بین العوام ظن
اولندینی اوزره میت - اوله رق صودن چقاریلور . بو حالده
اول امرده ملاحظات آتیه نی تیک ایجاب ایدر :
صو دروننده موت ایکی درلو وقوع بوله بیلیر :

اگر فوجینک بولندینی بر کونشک طوقدینی محله
یعنی صحیاق بر یرده ایسه آلتان سرکویه مقابل یاری یارییه
صو ایله قاریشیق شراب قونیه بیلیر ؛ و یا خود هر کون
یوزدرهم قدر آله حق سرکویه مقابل یالکر صو کافی ایسه ده
اوج ، درت کونده برکده سرکونک مایه سنی قویولا شیدر مرق
ایچون شراب قویق ایجاب ایدر . ح . طیفور

§

مغروقینک تخلصی رسورده بوغوراندن تا بیر ایتیه

(مابعد عدد ۱۰)

مغروق تخلص ایدیه ک آدم یوزمک تیزسه مغروقه
کوره ک و یا ایپ کبی طوتسجق برشی اوزاتلمیلیدر .
بولردن بری بولنکامسه شائرمهرق ستره و یا بلطوسی
چقاروب بر قولنی کنسیدی طوتلی ، دیگر قولنی و یا
انکی مغروقه و یرمیلیدر .

« صوبه دوشن بیلانه صاریلیر ! » فحوا سنجیه
مخاطره به دوشن بی چاره نک کنسیده اوزادیلان برشیته
صار یله جفی طبیعیدر .
یوزمک بیلن بر آدمک بر مغروق قورتارمسی مسئله
مهمسته کانجه : بو خصوص بک اهمیتلیدر . چونکه خطالی
حرکت ایدر سه بشقه سنی قورتارده جفته کنسینی مخاطره به
القا ایتیش اولور .

معلم (استارخ) ک بو بایده کی قواعد آتیه سی آلمان
لیمانلرینک الک مهملرنده مرعی الاجرادر :

- (۱) مغروقه تقرب ایدیلنجه دیک صدا ایله و شدتلی بر
صورتده باغیرهرق آکا قورتلدینی اخبار و اخطار ایتیلیدر .
- (۲) صوبه آتلامدن سریعاً و کاملاً صو بونلی
و ایجاب ایدر سه البسه نی یرتمی و وقتک عدم مساعده سی
حائله هیچ اولماز سه یاچهلری جوزمیلیدر . چونکه عکسی
حائله طون صو ایله طولهرق سباحته مانع اولور .
- (۳) مغروق چر پینرکن طوتیوب قوندن دوشتمه سنه
برقاج دقیقه انتظار ایتیلیدر . طالع لیره مقابله ایدن بر آدمه
صارملق بر غیرت مجنونانه اولوب بوکا تصدی ایدن آدم
کنسینی مخاطره به القا ایتیش اولور .
- (۴) مغروق چر بختدن فارغ اولنجه یانه یا قلا شهرق

چکستی باغلاملی و یادیشلری آیرملی و او بیه‌جه طوقلمیدر.
(۳) ایصلاق البسه‌نی صوبوب بو یونیای و یاقه دوکمه‌سی کی طار شیرلی چوزمکه تاخر ایتمه‌لمیدر.

(۴) تنفسی تسهیل ایچون مغروق‌ک بوزون دیکلرینه انقیه و غیقله‌جق شیرل اداخل ایتلی و کوکسی ایله یوزنی اوغلاملی و ایصلاق بر بزه کوکسینه اورمیدر.

(۵) فقط بو خصوصده بطائلی طاورانموب و سائط مذکورده ایله فعل تنفسی تسهیله موفق اولمیش « تنفس صنعی » اصول آیتسه مراجعت ایتمیدر:

تنفس صنعی

طبیعی تنفس انسانده هوانک آق جکرله دخول و خروجه جوف صدری سکرلنده حرکات انقباضیه و انبساطیه و وقوع بولدی کی تنفس صنعی ایچون ندایر و وسائط خارجهیه مراجعتله حرکات مذکورده‌ک حصولی و بوسایده تنفس و قوعنی تسهیل ایدمک لازم کلیرکه بوکاده طرق مختلفه ایله دسترس اولور . معلم (استارخ) یالکر بر آدم طرفدن اجراسی قابل اولان و اکثریتله نتایج حسنه و یرن آتیده‌کی (سیلوه‌ستر) تجربه‌سنی ال‌برنجی اوله‌رق توصیه ایتمکه و تعریفی ایچون درج ایتدیگمز رستمر صورت اجراسنی پک کوزل ارانه ایتمکه‌در .

مخوق باشیله اوموزلری براز یو کسجه اولق اوزره آرقه اوستی یاتیرله‌رق بی اورتسه بوکلس البسه و یا قاتلاغش یورغان کی برشی قونور . شکل ۱ بوندن سوکره



شکل ۱

باشی طرفنده او طور یله‌رق ایکی ال‌ک دیرسکری قربندن طویلوب یواش یواش حذاسنه قدر قالدیریلر و ایکی تانیه قدر بو وضعیتده طویلورکه بو واسطه‌ایله جوف صدری انبساط ابدجکندن آق جکرله هوا دخول ایدر .

مغروق تنفس ایدرکن آق جکرله معده و نفس بوزورلرینه صو طولار . فقط بو حالده موت سربعاً دکل طالعزلله آق جوق اوغراشدقندن سوکره وقوع بولوب مغروقه مختق (بوغولش) بر آدمک علانی کوریلور : چهره‌سی و دوداقلری شیشکین و مور، کوزلری قانه‌بوغولش بولور . آغزی آجسه کو بوکلو برمایع کوریلور .

بعضاً مخوق علام و وجهه‌سی بستیون بشقه بولور: چهره‌سی صولوق، ضعیف اولور و آغزنده کو بوکلو مایع بولماز، بوده موتک اختناقدن دکل، سکت قلیبه‌دن ایلری کلدیکنه دلالت ایلر . بو حالده آق جکرله تنفس جهازلرینه یالک آق صو کیرمش بولور و یا خود هیچ دخول ایتش بولماز . بو ایکنجی حال برنجیدن زیاده مغروقک تخلیص حیانه مساعددر .

موتک وقعی ایچون مغروقک صوده نقدر زمان قالمسی لازم کلدیکی محقق بر صورتده معلوم اولوب صوده ساعتلرجه قالاتارک بیه اعاده حیات ایتدکاری نادر دکلدر . بناء علیه بوملاحظاندن : « هر مغروقه مختق نظریه باقلمیدر . » قاعده‌سی تولد ایدر .

ایشته شو بوغولش آدمک حیاتی تخلیص ایتمک اطبانک وظیفه‌سی اولوب مغروقی قورتاران آدمک ایلک وظیفه‌سی طبیب چاغرتقی و قورو البسه ایله یورغان و یا بومقامده قابل استعمال شیرل جلب ایتمکدر . مع مافیه طبیبک ورودینه قدر الی یناغنه طیامغه کلز . مغروقه اعاده حیات مقصدیه تنفس فعلی تسهیل ایچون بعض ندایر استدائییه مراجعت لازمدر . بوبنده اتباع ایدیه جک قاعده‌لر شو نلدر :
(۱) مغروقی باش آشاخی قویتمق و یا باجقلردن قالدیرمق کی شیرله تصدی ایتوب آق جکرله معده‌سنه دخول ایتش بولان صوبک خروجنی تسهیل ایچون آرقه اوستی یاتیرملی و باشیله کوکسی وجودینک قسم سارندن آلقاق قاله‌جق صورتده بلنک اورتسه قاتلاغش بر یورغان ، یاصتیق و یا قاتلی البسه وضع ایدرکه ایجه تضییق ایتلمیدر .

(۲) هوانک تنفس جهازلرینه دخول و خروجنی قو-
لالمشدرمق ایچون مغروقک آغزی آچوب تمیزملی و بوزون دیکلرینی برمدیلله آقلاوب آغزینک آجیق قالمسی ایچون

فیتلر ایچین

نارلاره عروت

بوندن صوکره شکل ۲ ایکی قول عینی و جهله کوکک
ایکی طرفه کلک اوزره ینه یواش یواش ایندیر یلوب



شکل ۲

بو حالدهده ایکی ثانیه طوتیلورکه بو واسطه ایله آق جگر لر -
دهکی هوا طیشاری چیقار .

مخنوقک یاننده ایکی آدم بولسیدینی حالده هر بری
برقولندن طونهرق حرکات سالفه فی ۱، ۲، ۳، ۴ قوماندلریله
برلکده تکرار ایدر لر .

حرکات مذکوره معتدل صورتده اجرا ایدیلرک
دقیقهده اون بش دفعه تکرار ایدیلر و تنفس منتظمأ
وقوعه باشلانجهیه و یا طیب کلجهیه قدر دوام اولنور .
تنفسک وقوعی مخنوقک یوزندن صولغونلغک زوالی
و قمرمن یلغک عودتیه آکلاشیلر . طیب ورود ایتمدیکی
حالده بر قاق ساعت منتظمأ تنفس و ضربان قلب
ایشیدیلجهیه قدر بو اصول تنفس واسطه لر ی ترک ایدلر .
بوندن صوکره خستهیه قورو البسه کیدریلرک صیحاقر بر
اوطهیه نقل اولنور و یتاغه یاتیر یلر ق اوزر ینه فانیله
یورغانلر اورتیلور و معددهسی اوزر ینه و اوموز و باحاقلری
آراسنه صیحاقر صو ایله ملو شیشیلر و یا ایصیدلش
طاشلر قنوب اعضای وجودی آشاغیدن بوقارییه
طوغری دلك ایدیلرک حرارت بدنیه و حرکات قلیه سنک
عودته یاردم ایدیلر .

خسته آغز ینه قونیلان مشرو باتی یوته نلک در جدهده
اعاده حیات ایدنجه آغز ینه جای قاشیغیه صیحاقر صو ،
چای ، قهوه و یا مشروبات منبهدن بری و یریلور .

ایشته بو حالده مخنوقک تخلیصی وظیفه انسانیتکارانهسی
ختم بولمش اولور .

نزهت

§

نگاه متفکرانهسی کتاب طبیعتی ، قلب معصومانه -
سی صحایف محبتی اوقوبور ! صحائب رنگارنگ سحرک
ینیه سیسلره احاطه ایتمدیکی حقیر قولوبه سندن چقمش ،
یشیل طاعنلرک دومانلرله مستور تپلرندن نبعان ایدوب ،
ازهار لطافت نثار بهارک جلوه کاهی بولان سحر الزه آقان
و کوچوک بر دکرمی اداره ایدن دردنک صاف ، براق
صویله ییقاشش اولدینی حالده اونلر آراسنده ، چیچکلر
ایچنده بر سودا کلکی کی اوجان چیغچی قیزنه باقکر !
کتاب طبیعتی ، نگاه متفکرانهسی قلب معصومانهسی صحایف
محبتی اوقوبور !

سحر دن اوچش بیاض بر بولوط پارچهسی آکدیران
اورتونک آلتندهکی اوزون ، سیاه صاچاری ، خفیف خفیف
اسن نسیم لطیفک چیچکلر دن کتیر دیکی قوقور لره تعطیر
اولنور . دهان مالک ایله سزاوار تقبیل اولان جبین
صافی — سیاه صاچلر ینک ظلالندن طولانی — کسوف
جزینی تظیل ایدر + و کوزل قاشلری ، ایری ، سیاه
کوزلری ، کوزلر ینی قاپادینی وقت یکدیگر نه قاریشان
اوزون کیریکلری بر سامی حیران ، بر شاعری پرستکار
ایده جک در جدهده در . اساطیر بر یرلر نه لایق اولان چهره سی ،
لطیف کردنی ، چهره سنه — تعریفی غیر قابل — بر
اجتنسام ملکنه بخش ایدن بورونی ، بورونیه دوداقلر ینی
تفریق ایلین و کوزل چهره لر — نیلم نصل — بر حاذیه
و یرن بلر سز چوقور جق ، دوداقلر ینک اوجار یندهکی
قیور بلر ملاحتی تزید ایچون جناب حلق برر بدیعه
سمایه سیدر . قلبنک سرار معصومانه سنک ، حیات مسرو -
رانه سنک ترجمان بلغ لسانی ، تأثرات قلیه ایله بسلنش ،
روخندن دوداقلر ینه سریش اولان خفیف بر تبسدر ، بو
تبسم ، کوزلر یندهکی علام تفکری تزید ایدیور !

نگاه متفکرانهسی کتاب طبیعتی ، قلب معصومانهسی
صحایف محبتی اوقوبور !

کتاب طبیعتک صحایف اعجاز کارانهسی چو یره