

اداره فنان و مطبعہ سی

استاد پروردہ بابا عالی جادو۔
مندرہ فرہیت کشمیاہیسی۔درج اعلیٰ اوراق اعادہ
اولفار۔

نسخہ سی اغروشہ

سَمَاءُ بَابِ الْخَبَرِ
م ۱۳۰۷

بیل اشترا

(پوستہ اجرتیہ برابر)

سنہ لکی ۵۰ غروش

آلتی آلتی ۳۰

نسخہ سی اغروشہ

بِجَشَنِيبِ كُونَايِي نَشْرُ اُولُو فَنِي وَ اَزْ بِي هَفْتِهْ لَكْ غَنِيَتِهْ



زاهونیا ایبراطوری حشمتلو موجوهیتو حضرتلری

حفظ صحیفه

سوره دانه قراعه صبی

ایام رمضانیده سحور طعامی ایام عادیده کی قوشلق
طعامی مقامنه قائم اولمشدر . ستون کون صرفی مقتضی
اولان مواد غدائیه بی سحورده داخل بدن ایله مک دقت
ایتملی، یعنی — تعمیر آخرله — افطاره نسبتله ده چوق
یک یملیدر . بونک حقیقت واصابی جزئی دوشونمکله ده
تصدیق اولنه بیلیرسده علی الاکثر حرکات عمومی بونک

عکسی اجرایه مألوفدر . هله شهر مزده همان عمومیته
هرخانهده سحور یکنه او قدر اهمیت و برله مکده اولدینی
کبی اکثریا آفشامکی طولونولق هنوز معدده اریتمه کی
جهتله رغبت قابل اوله ماقدهدر .

افطار سفره سی کبابر، بوره کبر، بقوالرله طونانان
بر عالمک سحور ماصه سنده یک بسط بر یک تصادف
اولنور . بر چوق کیسه لرده بر قاج قاشیق خوشبایله
اکتفا ایدرلر . فقط بوعادتک ترکی لازمدر . افطار
بختندهده سوبله مش اولدینمز وجه ایله افطار اینچون اولدقچه



رفت



رفت

قراشب قیزلردن فلاوته چالانلر [کدا]

صحن کولباصدیسی ، بر شیش کبابی اقامه ایدلسه معقولانه
حرکت ایدلش اولور؛ چونکه ات بو طرزده استحضار
ایدیلیرسه بسله ییجدر . هنوز بوغازدن کچرکن بیه قورولنی
جهتله طیقانیقلقی ، قابضانی حس ایتدیرن بویارالنی
آز سوکوشک برینه بر قاج مورطه یسه اعلادر . چونکه
بومورطه نیک خاصه غدائیه سی قات قات ز یادهدر .

سحورک اک باشلیجه طعاملرندن بریده مقارنه
خاشلاماسیدر دینیه بیلیر . نازمان طفولیتدن بری معدده مز،
باغری صاقلر مز آلیشدینی جهتله هضم خصوصنده یک

غالبیلردن بر فیز [۵۹ نیمی صحیفه مراجعت]

بسیط اطعمه ایله اکثفا ایدوب اولانجه اشتهاک سحوره
صاقلانماسی لازمدر . بوتدیله رعایت اولنورسه سحور
طعامی لزومی قدر همه ده زور ایله دکل، کمال لذت و اشتها
ایله بئیر .
افطار تپتیسندنکی لزومسز غلبه لکه مقابل سحور
سفره سنده کی سوکوشک وجودی ده همان لوازم ضروریه دین
معدود اولمشدر . مدت مدیده قانیبه قانیبه اک لزوملو
مواد غدائیه وعناصر آذونیسه سی صوبه ترک ایدرک
همان برپوصادن عبارت قالمش اولان بوات کتله سی برینه بر

اوجرايه باشلايه جقدر . بوتفريقي كيتتندكي صوموتى بر
كره تصور اچملى .

مقارنه نك بولمادىنى كچهلرده «بلو» آلك يرينه كچر .
بونكده اولكندن فرقى يوق كييدر . مواد آزوتيه يعنى
اصل بسله يچى عناصرى بك جزئى در .

بوطعاملرك جنس ونوعى حقدسه دهانه قدر سوز
سويله سكه يتيره ميز . يالكر شوقدر ديه كمكه : ياغ ، شكر ،
نشاسته كچى مادهلر تركينده آزوت بولمادىندن وجود مزده

اوقدر صقنتى جكميور ايسه كده هر آقشام بوخبر پارچه لريله
هضميى اعضاى بوش بره بورمقده برمعنى يوقدر . بوره ك
كچى ، قظايف كچى ، مقارنه كچى شيلرى اريتك ايجون
اعضائك نه قدر اذيت چكديكى بيلسه ! . . .

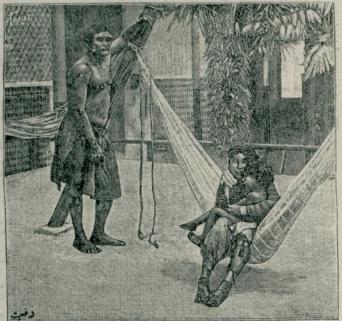
بونلر بر كره بيلدىنى شكر ، ياغ ، نشاسته ذره لر ينك
اختلاطندن متشكل بر كنه حاصل اولور . ايشته معده
وباغ صافلر بو كنه لك ياغنى بر طرفه ، شكرينى بر طرفه ،
نشاسته سى ده بر طرفه آيروب اصل مطلوب اولان هضمي



رئيه

قبيله رئيسك قيزى [كدا]

صيقاق كونلر نده يانمغه يارايان ريحى صنف اغديه لك لزوم
وقواندنن صرف نظر ، زياده چه داخل بدن اولقسه
ابراث مضرت اتمه لرلى بيله لموطلدر . فقط ممالك معتدله لك
قيشه مصادف زمانلر نده وخصوصيله صوغوق برلرده
ياغ ، شكر ، نشاسته لك زياده سيله لزوم واهميتى واردر .
برودت خارجيه مقاومت ايدنه لك احتراقات عضويه لك
تشدديله حرارت غريزه لك لاسقطع حصونه وابسته
اولوب بو فعلك اجراسى ده كومورك يعنى مواد مذكورده لك
داخل بدن اولماسنه متوقفدر . صوغوق برلرده ساكن
اولانلر ممكن مرتبه ياغلى يملكر تيليدرلر .



دفت

« تائيس اقاليم » ياغچسند . بر قراىب عالمه سى [كدا]

احتراق ايدوب حرارت حاصل اتمكدن باشقه ايشه
يارامازلر . بونلرك كثر استعماليله بدن سمن پيدا ايدر ؛
فقط بو حال آرزو اوله جق برشى دكلدر . قواى عضليه لك
نقصانى ، افعال دماغيه لك سونوكلى بر طرف اولمادقن
صوكره طبقه شحميه لك چوغلاماسيله شيشمانلق نيه ياراز ؟
بسله يچى شيلر تركيلر نده «آزوت» بولان ماده لر در .
ات ، بومورطه ، سوت كچى . بونلر ديمرك اسكيوب خراب
اولان اقسامنى تعميره خدمت ايلرلر . يعنى ريحى صنفده كى
اطمعه كومور وظيفه سى كورر ؛ ايكنچى فرقده كيدر
ايسه ادوات تعميره دن عبارتدر . ممالك حاره ومعتدله لك

اطعمه حقننده سرد ایدہ کلد کمز بو قدر سوزدن
صوکرہ یمنی متعاقب کجیریلہ جک زمانہ دائرہ بر قاج سوز
سویلہ ملین: اعتیادہ تبعاقوہ و چایلر ایچیلوب امساک زمانسک
حولیلہ کنج، دینج و صاحبین ابرکنجہ قاقلوب ایش باشنه
کیتک مجبور پتندہ بولمیان کیمزلر، اگر هوا مساعدیسه،
جامع و یامسجدہ کیدوب ایچندہ عبادت ربانیہ و تلاوت
قرآنیہ ایلہ صباح غازی بی کلہمک و بعدہ ادای صلات
ایدوب سحرک لطافت طبعیہ سندن مستفید اوله رق خانہ یه
عودتلہ یاناغہ کیرمک یک کوزل بر اصول صحی در. هوا
مساعدہ سز، یاخود اختیاری جیتلہ بوکا موفق اولنه مازسه
غرائض مذکورہ خانہ داجرا ایدیلہ بیلیر. صاحبین ابرکنجہ
ایشه کیدن کیمزلرله اوقوبه و استراحتہ محتاج اولان
آدمار امساکدن صوکرہ یاناغہ کیروب، بعدہ صباح
اذانیلہ او یانوب قاقلہ رق ادای صلات ایدیلیرلر؛ فقط
هر حالده یمنی بر، بر یحق ساعت کچمه نیجه یعنی مواد
طعامیہ هضم اولما نیجه یاناملیر.

شرف الدین مغوی

تراجم احوال

شهری افندی

شهر مزک الک مشهور دعوی وکیللرندن شهری افندی
برمدتن بری مبتلی اولدینی خستلک سببیلہ کچن شباتک
۲۵ نجی چارشنبہ کچمسی ارتحال ایلہ مشدر. مولی رحمت
ایله یه.

مرحوم موسی الیه یانیہ اشراقندن و مدرسیندن
حاجی شهری افندی زاده عبدالرحیم افندینک خندومی
اولوب ۱۲۵۵ سنه هجریه سی ربع اولنک ۲۷ نده یانیہ ده
تولد ایتمشدر. مقدمات علومی مملکتده تحصیل ایتدکن
صوکرہ ۲۷۲ ده استانبولہ کلہرک فاتح جامع شرعی
درسلرنه مداومت و ۱۲۷۴ ده بالامتحان طریق قضایه
و ۹۵ ده دخی طریق نیابتہ داخل اولدینی کبی مؤخرأ
برنجی صنف دعوی وکالتی شهادتنامہ سی احراز ایلہ

استانبولک احوال معیشتہ باقیلیرسه عمومک
قضیہ مسروودنک عکسہ حرکت ایتدیکی آکلاشیلیر؛ یعنی
هر عالہ نک بر ایلق بوسلہ سی کوزدن کجیریلجہ یاغ ایچون
برخیلی آتجه صرف ایدیلدیکی حالده ارکان حیاتیہ نک دها
مهملرندن اولان ات ایچون یاغ مبلغنک همان عشری
درجه سندنده یاره ویرلیدی کورولور. دیمک اولورکه
بزده هنوز یاغ آندن رواجیلیر. سفرلرده اککک
مقداری چوق، مختلرده یاغ طبقہ سی قالبین، بلاوتجریه سی
تیله طولو اولدینی حالده بر قاج کچمده بر اورتیہ قونان
ات مختندہ — اوده یاغدن عبارت — بر قاج یارچه
کورولوبیلیر. کاشکی سبزمنک انواعی اوقدر یاغی اوله جفته
یجنیلی، قاورورملی پیشیریلسه قان دها زیاده استفادہ ایدر
وقولہ یبر.

افراد دخی بو عادتہ تابعدر: کبابچی دکانلرنه دوام
ایدنلرک عددی بوغاجه و بوره کچی دکانلری مداوملرنک
نصفی تشکیل ایدمزلر. هله حلو، لقمه، بقلوا دائما
سوتلاج [سوتلو آش]، سوتلو محلی یه ترجیع اولنقدہ در.
ایشته بونک ایچون دکلی درکه استانبولزده همان معدہ سندن
شکایت ایتمین، معدہ فسادندن، اککی اککی کگیرمکن
بیزار اولمایان پک آزدز؟ بونلرک عدم وقوعی یاغ استعمالده
اعتدال حاصل اوله رق آتک، سونک چوق یمنه سونوقت
ایدیور. سحور بمکلرنک مهملرندن بری ده مایدانوزلو،
یاخود یاراقلی طولمدر. اولکیسی پک اعلی. فقط مشین
حاله کیرمش اوطوزلو صالامورده یاراقلریلہ یاییلان
طولمدرک یونان سندنده کی کولکلدن واز کچدک، معدہ یه
ایراث ایلهدیکی فالتق تعریف اولنه ماز.

سحورده طعامک صوکنی خوشاب تشکیل ایدر.
موسمه کوره بر چوق شیلردن خوشاب یاییلہ بیلیر. طبیعتی
قابض اولان ذوالک قابضی خوشابی، پستیل ازمه سی
دیگرلرنه ترجیع ایلہ مسمی و اسالندن، لبتندن متشکی اولانلرک
دخی اوزوم، آبا، اککی ایریک خوشابلرنی ایجمه سی
اقتضا ایدر.