

(نیزهم)

ز گوش بریده شتر بارها ز سرهای پرگاه خروارها

(سمدی)

بساط سبزه لگد کوب شد پپای نشاط زبسکه عارف و عامی برقص برجستند

(اسدی)

گریزنده را تا بکابل فراز سنان از قفا هیچ نگست باز

(امرءالقیس)

فعدای عدا بین نور و نجه دراکا فلم ینضح بماء فیفسل (۱)!

« اغراق »

(متنبی)

کفی بجسمی نحو لاتی رجل لولا مخاطبتی ایاک لم ترنی

ترجمه منظوم آن (وحید)

آنچنان فرقت ایجان جهان کاست تم که نمی بینم از با تونگویم که منم

این دعوی عادتاً محال است ولی عقلاً ممکن زیرا عقلاً ممکن است

که چیزی آقدر باریک و کوچک باشد که از یکمسافت کم جز

بهدایت صدا دیده نشود .

(۱) امرءالقیس در این شعر اسب خود را وصف میکند و

حاصل معنی آنکه . این اسب دز یک تکابو دو گاو زر و ماده کوهی

را بعد از دیگری در می باید در حالتیکه عرق و خوی بدنش را

نمی شوید (و این دعوی عقلاً و عادتاً ممکن است .

(نظام)

تو همه طرفی مآلم خده فصارمکان الوهم من نظری اثر

(زرگر اصفهانی قریب باین معنی گوید)

روی پیوش از این و آن - کز نظر مشاهدان

جای نظاره خون شود - بسکه لطیف منظری

(بشار ابن برد)

فی حلتی جسم فتی ناحل لوهبت الریح به طاحا

(تقریباً قآنی همین معنی را در موضوع اسب چنین انسلاخ نموده)

نعود بالله دروی اگر وزدبادی بیک نفس بردش تا بملك كالنجر

ولی بیت قآنی مثال است از برای غلو زیرا بیک نفس از

ری بکالنجر رسیدن در عقل و عادت هر دو محال است

(نظامی)

زتری خواست اندامش چکیدن با بازی زلف از دستش رمیدن

(نیز هم)

ز عدلش باز با تبهو شده خویش بیکجا آب خورده گرك بامیش



« از قرآن مجید »

یکاد زیتها یضی و لو تمسه نار

(صلاح الدین صفدی)

یا حسنه من اشقر قصرت عنه بروق الجوفی الرخص

لا يستطيع الشمس من حربه ترسمه ظلا على الارض

(ترجمه این بیت با زیاده)

حبدا سب جهان ییما که در بویه از او برق لامع بازمیمانند چو شیپور از طنین

در که طی مکان قدرت ندارد آفتاب تا کشد از سایه شکل بیکر شراب بر زمین

(وحید)

(نظامی)

شیرسگی داشت که چون بو گرفت سایه خورشید بر آهو گرفت (۱)

هان ای تر سد از اینکه دروغ مذموم را از مبالغه و اغراق

و غلو تمیز دادی آیا اقرار داری که بفضل و بزرگی من خودت

تصدیق کرده « والفضل ما شهدت به الاعداء »

« نثر »

از این مرحله هم میگذرم و ناگزیر فضیلت ترا اعتراف دارم

اما . با همه فضل و کمال ترا گناهکار و جنایت کیش میشناسم .

زیرا فراوان دیده‌ام که بقوه بیان حقایق را بر خلاف جلوه

داده هلاک را نجات و فساد را صلاح و قتل را حیات و قعر را غنا

و انمود ساخته هزارها آدم عاقل را غافل بمهاله که سوق داده

(۱) یعنی آن سگ شبی اوژن هنگام بویه از شدت تیزی بر سایه خورشید

که آفتاب باشد عیب میگرفت آهو - در اینجا بمعنی عیب است .

مثلا مکرر دیده شده که راهروی از بیابان مخوف بر حذر بود
 یا شخصی از کشوری که مرض مسری و مهلك یا قتل عام با وحمله ور شده
 بود اراده فرار داشت ولی تو بصورت این بیت مانع حذر و فرار شده
 و هلاکش نمودی . (بیت)

« عاشق جان خویش را - بادیه سهمگین بود »

« من بهلاك راضیم - لاجرم از خود ایمنم »

حتی حضرت شیخ هم که اول سراینده این بیت است باغواهی همین
 بیت شاید در مهلكه و مخاطره افتاد .

و نیز بسیار مردمان نامور دیدم که برای صلح و تسلیم بدشمن
 حاضر شده بودند تا جان خود را سلامت برند و تو با زبان این
 ابیات نگذاشتی .

« فردوسی »

اگر بستن من همی بایدت از این بستگی هیچ نکشایدت
 که من از گشاد کمان روز کین بدوزم همی آسمان بر زمین
 که گفتت برو دست رستم ببند نیندد مرا دست چرخ بانند
 و نیز بسیار پیر مرد گوشه نشین و جوان عبش و نوش خواه را میشناسم
 که بداین اشعار از جای بر انگیخته در میدان نبرد بکشتن و کشته
 شدن تسلیم کردی .

« فردوسی »

بس از پیری و داد مردی که داد چگونه دهد نام نیکو پیاد

چنین گفت رستم بدستان سام که من نیستم مرد آرام و جام
 چنین یال و این چنگهای دراز نه والا بود پروریدن بنام
 هر آنکه که چاچی کمان بر کشم ستاره فرو ریزد از ترکش
 و هم بسیار کس میتوانند که بوسائل آسان تحصیل ثروت و غنا
 کنند اما تو بصورت این اشعار نگذاشتی و آنانرا در کاخ ذلت و
 مسکنت ابدی زندان نمودی .

« خواجه »

درویشم و گدا و برابر نمیکنم بشمین کلاه خویش بصدتاج خسروی
 « ابن یمیر »

من و نفس نفیس و فقیر و فاقه نمی خواهیم غنی گشتن بخواری
 بود جان دادیم در آب بهتر از آن کز غوک باید جست یاری
 گرسنه گر بمیرد مار از آن به که حقد او را کند سیر از شکاری
 و هم بسیار مردمان با دولت و ثروت را که ببدل و بخشش برانگیخته
 ب فقر و مسکنت با زبان این اشعار دوچار نمودی .

« سعدی »

فریدون فرخ فرشته نبود ز مشک و ز عنبر سرشته نبود
 بداد و دهش یافت این نیکوئی تو داد و دهش کن فریدون توئو
 بعلاوه تمام این گناهکارها هجو سرودن و مردمان بزرگ را در
 دنیا تا ابد پست کردن یکی از شاهکارهای تو است
 آیا برای اینهمه گناه آمرزش در کجا یافت میشود؟ و آیا با همه

فضل و بزرگی همین چند گناه برای طرد تو از درگاه حق و حقانیت کافی نیست ؟

« شعر »

بار دیگر هم بفضایل من اقرار و ببزرگی من شهادت دادی من در این مثالها که شرح دادی حقایق را برخلاف وانمود نکرده ام بلکه برعکس حجاب خرافات و اوهام را از پیش چشم ظاهرینان برداشته آنانرا براه حقیقت سالک ساخته ام و بهمین سبب شجاعت و کرامت و قناعت و سخاوت و داد و دهش که حقیقت انسانیت بغیر از اینها چیزی نیست در افراد انسان باعتراف نو ایجاد نموده ام اما اینکه هجو سرودن را بر من گناه کبیره گرفته و غیر قابل آمرزش میشناسی اینهم بر عکس است یعنی در این مقام هم من ادای وظیفه واجب نموده ام .

مگر نه در مقام نهی از منکر که شرعا و عقلا واجب است اول بقول لین و نصیحت اقدام میشود و آنکاه با خشونت و بالاخره با ضرب و زور .

اشخاصیکه هدف تیر هجو من واقعه شده اند کسانی هستند که قول لین در آنها مؤثر نبوده و من بحکم و جوب یا قول خشن وسخت با آنها مقابل شده ام و غیر از آنچه در حق آنان گفته ام استحقاق نداشته اند ، اینک باین امثال گوش فرا ده تا تصدیق کنی .

با قاضی رشوه خوار نا حق کاریکه از احکام خدا متنبه نشده

آیا چنین که من گفته ام نباید گفت ؟

در زمانیکه قاضی عدلیه اصفهان تمارض کرده و در خانه پنهان شده بود و چنان اتفاق افتاد که قبلی باصفهان آوردند و برای دیدن او از ناظرین حق دیدار میگردفتند چنانکه قاضی حق القلم را (از زبان ابن طباطبا در آن موقع گفتم)

شیان قد حار الوری فیها باصفهان الفیل و القاضی
لیس یری هذا و لاذا فکم من ساخط منا و من راضی
الفیل یرشی عند سندیه فاین سندیک یا قاضی
(ترجمه اشعار ابن طباطبا بمناسبت امروز هم)

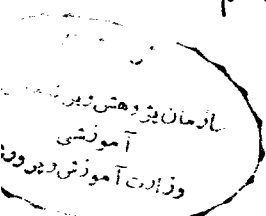
حیرت زده اند اهل اصفاهان از قاضی و قبل حال چون ماضی
کاین هر دو مگر برشوه نتوان دید دیده راضی ندیده نا راضی
رشوه خور پیل بیلان ازسند سندی تو کیست ایها القاضی
(لادری)

زجلفا دقان رفت شخصی بدیوان که قاضی شود صدر راضی نمیشد
برشوت خری داد و بستند قضا را اگر خرت نمی بود قاضی نمیشد
(انوری)

چو قاضی حسن در امور قضا کسی نیست جزش راضیه
فیالته کان فی عزله و یالیتها کانت القاضیه
(بجاهل فیلسوف نما چنین میگویم)

« سوزنی »

ای رشته حکمت از توسر کم گشته در خانه جهل مانده در گم گشته



از خانه برون میای تا برناید آواز منادیان که خرگم گشته
 « بطیب دروغی وزارت بناه میگویم »

« لادری »

ای مفرده وجود را من ذالك شش دانك جهیم را بکلی مالک
 گر سال دیگر حکیم باشی باشی انت الباقی و کل شی هالك
 « وحید به »

ای ریش تو ریش بز کله قالب قند. وای زاده .. چو حسن از میمند
 میمندی شاخ نخله شعر برید ... نخله راز ریشه بر کند
 « ایضاً »

ای ریش تو همچو بز کلاه تو چوبوق وای کرده حق اینگونه ز باطل مفروق
 باطل يك بول اگر بچیب دیگران حق نیست کرور اگر توراد در صندوق
 « عبد العلی خراسانی »

ای کاسه تو سیاه و دیک تو سپید از آتش و آب هر دو بریده امید
 آن شسته نمیشود مگر از باران و این گرم نمیشود مگر از خورشید
 باری ممکن است که صدها هزار از این قبیل امثله را بیان نمایم ولی مجلس
 تا قیامت طول خواهد کشید . همین قدر میگویم که هجای بموقع
 از فرایض شریعت شاعری است و هر کس هجا نتواند شاعر تمام نیست
 چنانکه جمال الدین عبد الرزاق اصفهانی گوید .

هجا گفتن ار چه پسندیده نبود مبادا کسی کالت آن ندارد
 بود شاعری کونباشد هجا گو چو شبری که چنگال و دندان ندارد

خداوند امساک را هست دردی که الا هجا هیچ درمان ندارد
 چونقرین بود بولهب را ز ایزد مرا هجو گفتن بشیمان ندارد
 رسول «اهجهم» دادفرمان بهسجبان وز او هیچ مداح فرمان ندارد
 حروف هجا گر نخواستند ازاول کس آموزش اندر دبستان ندارد
 آیا میخواهی در برابر اینهمه ثواب شعر گناهان نثر را شرح دهم
 و اثبات نمایم که در عالم گناهی نیست که راجع بثر نباشد
 آیا قاضی رشوه گیر - شاهد زور - وکیل مصنوعی -
 وزیر خائن - واعظ غیر متعظ - دروغگو - نامم - بهتات
 زن - جاسوس - ستمکار - قواد - قلیبان - و - و - و -
 با زبان نثر سخن میراتند یا بزبان شعر و آیا انسانیت و آدمیت غیر
 از اینان دشمنی دارد؟؟
 ناگاه نسیم صبا وزیدن گرفت و نقاب نثر را چون برده غنچه
 درید پس همه دیدند اوهم شعری است شیوا که نقاب شر بر چهره پوشیده و
 مصرعی است موزون که بامصرع دیگر زبان بمناظره گشوده . و نه نثر
 کجا « و اینهمه قول و غزل تمبیه در مقارنش »
 آنکاه یکمرتبه تمام حضار مجلس پای کوبان و دست افشافت فریاد
 بر آوردند . زنده باد شعر - جاودان باد ادب . باینده باد
 فصاحت و بلاغت .

(وحید)

حفظ الصحه عملی

« بقیه از شماره قبل »

چنانکه در فصل مخصوص ذکر شد هوای کثیف ناپاک بواسطه اسید کربنیک و اکسید دو کربنش ضرر و صدمه بانسان میزند و این هوای بد و پر مضرتر از اسیدهای عفنه رختخواب پر تولید مینماید چنانچه در جائیکه البسه کهنه و یا پر موجود باشد هوای آنجا پر است از شامینیون های بسیار کوچک .

پر که از حیوانات زنده و یا مرده بدست می آید اعم از اینکه تازه و خوب باشد و یا کهنه و بد بواسطه رطوبت دائمی و ذرات چربی و گوشتی که در آن موجود است متعفن میشود و این عفونت زیاد تر میشود هر قدر که پر کهنه تر میشود تا بدرجه میرسد که پر اکال میشود .

باید از این عقیده صرف نظر کرد که بتوسط خشک کردن پر در آفتاب رفع عفونت پر را میتوان کرد . پر که محتوی میلیاردها موجودات کوچک است بتوسط حرارت آفتاب مختصر زمانی عمل تجزیه اش جلوگیری میشود ولی مجدداً بواسطه کمی رطوبت و حرارت که شخص خوابیده به آن میدهد عفونت توقیف شده رو باز زیاد میگذارد خصوصاً نزد کسانی که عری میکند .

بعد از شرح مختصری که داده شد لازم است مختصری هم از

چگونگی رختخوابی که موافق حفظ الصحه باشد ذکر نمائیم تمام شرایطی که در فصل « چگونه باید خودمانرا بپوشانیم » مذکور داشتیم کاملاً در باره رختخواب نیز وارد است رختخواب از نوسك ناز- بالش و متكاه و لحاف باید پشمی باشند تا بتوانند قابل نفوذ باشند و نباید درون آنها بر داخل کرد زیرا پر خلل و فرج آنها را مسدود میسازد و بجای « ادر دن » که روی پارا میپوشاند باید يك یا دو پتوی پشمی استعمال نمود پوشاك رو بقدری باید نرم و متخلخل باشد که مانع عبور و مرور هوا نشود و چون پنبه حفظ حرارت نمیکند و حرارت هم برای رختخواب لازم است مرجع پشم و كرك است که از بز گرفته میشود و بمقتضای فصل و هوا پوشاك کرکی را میتوان زیاد و کم نمود در هر حال لحاف باید بقدری سبك باشد که هیچ بسطح بدن فشار وارد نیآورد و مبادله هوارا بسطح بدن ممانعت نماید.

سفارشات ذیل را نیز لازم میدانم بر مطالب گذشته اضافه نمائیم باید همیشه در اوقات معین ثابت خوابید و برای اشخاص بالغ بهترین وقت بین ساعت ده و یازده بعد از ظهر است دو ساعت خواب متصل خوب قبل از نصف شب بیشتر از هشت ساعت خواب بعد از نصف شب یا روز تقویت بمزاج میدهد آخرین غذا باید دو یا سه ساعت قبل از خوابیدن خورده شود و باید در شب اجتناب نمود از خوردن مشروبات الکلی و چای و قهوه و يك گیلاس آب حتك تازه یا کمی قند دار خیلی زود و سهل خواب می آورد.

بطرف چپ بدن نباید خوابید چون اثر زیادی بعمل طبیعی قلب خواهد داشت و بواسطه فشار کبد جلوگیری از اعمال آزادانه جهاز هضم میشود موافق عقیده بعضی از معلمین بهترین وضع خوابیدن بر پشت خوابیدن است در صورتیکه قدری شانه ها و سر بلند باشد و دست و پا دراز باشد این وضع زود خواب می آورد و عمل دوران دم و تنفس منظم و خوب مجرا میگردد بعضی از معلمین دیگر خوابیدن بر پشت را موجب خواب دیدن و بختک و خراخور میدانند و بهتر میدانند که شخص بر پهلوئی راست بخوابد تا معده و قلب براحتی عمل کنند با وجود این فائده طریق خوابیدن بهترین حالتش آنستکه واگذار شود بعاتد اشخاص که با آن عادت راحت خواهند بود زیر سر نباید زیاد بلند باشد تا زحمت بدوران دم وارد نگردد و ختخواب باید قسمی گسترده شود که پاها بطرف دیوار باشند و سر بطرف داخل اطاق و نیز بهتر است که پاها بطرف جنوب واقع شوند هنگامیکه در رختخواب شخص دراز میکشد برای زود آوردن خواب نباید چیزی قرائت کند چون هم بچشم ضرر میرساند و هم غالباً آنچه را شخص میخواند بخواب می بیند و موجبات نا راحتی ممکن است فراهم آید قبل از خوابیدن باید اجتناب نمود از آنچه باعث غصه و خشم و خوشحالی زیاد میشود خلاصه از آنچه اثر در انسان باقی میکذارد باید قبل از خواب پرهیز نمود چون آن آثار اعم از بد یا خوب رفقای خوب خواب نیستند .