

[Afghanistan Digital Library](#)

adl0133

<http://hdl.handle.net/2333.1/0p2ngf48>



This is a PDF version of an item in New York University's Afghanistan Digital Library (<http://afghanistandl.nyu.edu/>). For more information about this item, copy and paste the "handle" URL above into a web browser.

When referring to or citing this item please use the "handle" URL and not this document or the URL from which you downloaded it.

All works presented on New York University's Afghanistan Digital Library website are, unless otherwise indicated, in the public domain. The images available on this website may be freely reproduced, distributed and transmitted by anyone for any purpose, commercial or non-commercial.

NYU Libraries, Digital Library Technical Services, dlts@nyu.edu

تمدن عصریست . اد نظرالس متدوین
نظام پاری های خود را خواهد شد و اگر امید
کامیابی پرداشده باشد ، مرهن مالویه غالباً دوره
بنجای اموده هنوز او سکه هار از غیب عوادداد
بنجای ازی را که در کفرانس آته تقدیم میشود
متضامن نمایند .

پیغم ملیع مظہر است که بوقت شام
سب علات طبیعت پندت مدن موہن مالویه
در میان او و مولانا شوکت علی فعلما
ذرا که تعامل نیامد و قرار معلوم دوباره بروز
چهار چند طلس خواهد بود درین اثنا دا کتر
مید بود و مولانا ابوالکلام آزاد بارههایان
عینی ملاقی فردیده کوشش دارند که انتخابات
مخلوط را برآئهم بقولانند . اغلاب ،

(کامیابی در تربیة کورها)
لندن ۱۹۰۶ : - تربیة کورهادر امتحانات
موسیقی - ادبیات ، تحفه خیلی کامیاب شده اند .
په از جمله ۲۷ نفر طلاب کور دارالمعلمین شاهی
انگلستان یک نفر م ناکام نگردیده ، یکی از
جلالات کور از تمام طلاب موسیقی انگلستان غریر
زیادی حاصل و نائل نشان طلائی گردید در
دارالملمين مذکور ۷۴۰ نفر شاگرد موجود

برق آی مندى در سنه ۱۹۲۶ آغاز
یافته بود و ازان وقت ناچال شد و روز جریان
داشته است برگزنه برق آی مندى در نوع خود یکی
از بروزه های نعمت عالم است .
اجمال ساخته ای روزه مذکور که تفصیل آن در شماره
های گذشتہما درج است لسان آب - ریای دارهی ،
که معاون در ریای بیاس می باشد تمیزی ریک و نیل و زرگ
در کوه قریه که طول آن نقره ای باشد بیل است
و قطر عرض آن نهونیم فت میباشد .
سر از برخواست آب بتوسط دونل زرگ
فولاد از لندی در هر ارفت به جو گند رامات
که محل ایستگاه است آب مذکوره چهار
و جزیره ، (ماشیبک از حرارت قوه
که برای تولیدی نماید) راه جریان
خواهد آورد که قوه برق خود را
بایستاسیون سرایی منتقل نماید و بتوسط سیم
سرایی برق ۵۰۰ میل برق خود را به شهر های
متعدده پنجاب خواهد رساند .
حالا که کار تولید رقیک از جهت یقیناً شروع
شده است تجربه راجع به سرایت رق مذکور
به سیم ها بعمل خواهد آمد و جان میبود این کار
در ظرف یک هفته شروع خواهد شد . (سول)

در میر
 در افغانه
 اشقر اقبال از
 بیرون تاخته
 بر نجاش عزم
 دید افغان را بدست دزد رهزن مبتلا
 گشت جاری هر طرف کار روا و ناروا
 دست بر شمشیر ولب در
 چند گاهی ملک افغان همچو لیل تارشد
 افسر کابل زمین از فاسق و اشرار شد
 اینچنین اوضاع ایشان
 بود جاری هر طرف آن ظلم و استبداد شان
 اندران دم طبل جنگی نادری شد در فغان
 جدا نادر که عزم قا
 کرد ۹۰ ماه پایه داری بر رهزن روز گار
 منهزم شد لشکرش اندر مصاف و کار زار
 نادر غازی در افغان بـ
 با برادر های خود این صاحب تاج و کله
 بارضاو رغبت ملت بشد بر تخت شاه
 در هنر آرو سه صدو هشت
 ای غفوری سال چهارم از نجات آمد به پیش
 از جفاي سارقان گردیده بودی سینه ریش
 زانکه ملت را سراسر شـ

در نتیجه امتحان خطهای، مسلم گردید که تویسته
 مراسله یکنفر از مأمورین ساخلو آلپ بوده است
 این جوان کاصل از اهالی مناک و بود و اسمش
 (جالکسیه ریا) است توقيف گردیده است پس
 از توقيف مشارالیه در صدد برآمده انتعصار کند
 ولی متعاقب این تصمیم اقرار بخطهای خود نمود
 جستجو و تحقیقات در قضیه بعهدۀ راندار مری
 محول گردید و شب بعد از توقيف وی یکنفر از
 عملجات ایطالیائی موسوم به (انتونیو بورا)
 که در ساختمان انبار مهمات قلعه شرقی شرکت داشته
 بود توقيف گردید.

مطابق اظهارات سرباز جوان منزبور و (بورا)
 معلوم است که سرباز مورد تعطیل یکنفر نماینده
 یک مملکت خارجی واقع شده حاضر شده بود
 اطلاعاتی راجع بموقع و قلاع سرحدی بآن هایده.

۲۵ میلیون و سانط نقلیه)

مسائی که ناشی از رقابت بین راه آهن و سانط حمل
 و نقل ارضی میشود در طی کتاب صنعت (مورسازی
 بریتانیا) طبع سال ۱۹۳۲ مورد بحث قرار گرفته
 است راپورت اشاره میکند که این بوه و سانط نقلیه
 ارضی در مستعمراتیکه باره آهن رقابت مینمایند

رساله طفان

مؤلف بزبان عربی فاضل دانشمند (دکتر روبرت)

مترجم بزبان فارسی قاری عبدالله

که برای افاده عموم دردارالتالیف وزارت جلیلۃ معارف

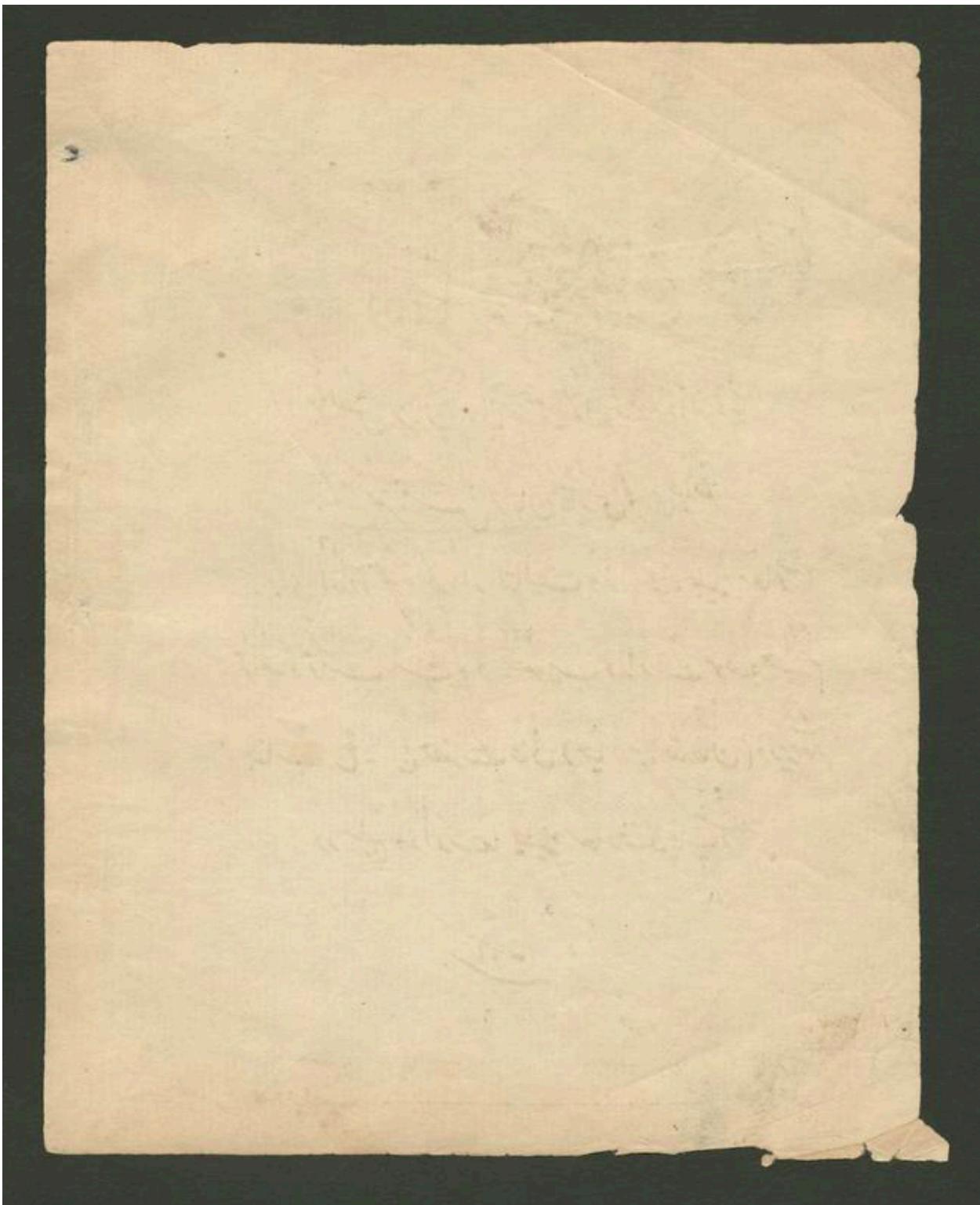
ترجمه و ترتیب شده و بصویب وزارت موصود حکم

جناب ع. - رح حضرت عالی (حیات اشخان) وزیر معاد

در مطبع وزارت جلیلۃ معارف پچاپ رسید

سال سه شر

عدد چاپ ————— (۴۰۰) جلد





از سخنان عاقلانه (ناپلیون) بوناپارت است که
میگوید: امروزه روز فرانس در اصلاح حال خود آنقدر
اصتیاج که بمنادی صالح دارد پچیز دیگر ندارد اگر این
رأی نسبت بفرانس صحیح باشد یعنی شبهه نیست
که نسبت به تمام عالم نیز صحیح خواهد بود. نیز این تهم
از اصلاح مادر تعلق نماید و که دانای گفته: تربیت طفول

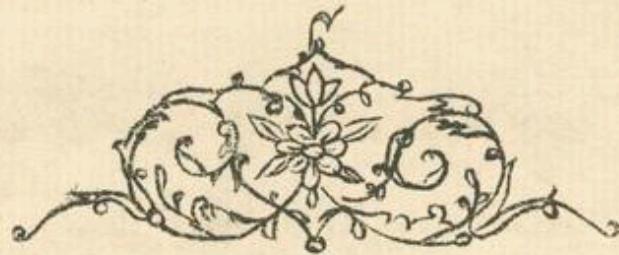
۲

بیچاره خود باشد که هم در حالت جسمی و هم در حالت طفیل
بعد از ولات خود محتاج استماد بوده در امور یکی کمی
از آن را هم خود خبر ندارد اعتمادش با او میباشد
و چون مادر طفل خود را خوب تربیه و پرورش کند تندرست
و هشیار کلان می شود. و تندرستی و هشیاری مدار و مرکز
هیئت اجتماعی بوده فوائدی بملت میرسد و هرگاه معالا
در تربیت او سوء تدبیر بعمل آرده آن بیچاره را همین طفل
عرضه امراض بسیاری ساخته صحبت را تلف نماید و اند
و چون سنسن خیلی خود میباشد مشکل که تاب آور نخ
اینجه امراض گرد و مقاومت آنها بزرگند و بالفرض اگر
بر مرض غلبه کرده از چنین مرگ رهائی یا بد باز هم نشو

۳

و نمای عقلی و بدین او فتورو نقصانی راه میباشد و ضعف
و نقا هست جانش میکشد و ازین راه که ز است که دانایی گفته
(زنی که کهواره طفیل پدرست شور میدهد کو یا تمام عالم را می جنبد
و بحرکت و شور می آورد) بلي حکمای اسلامی انسان را
عالم صغیر بلکه عالم که گفتند پس باید شور و اون کهواره طفیل
شور و اون عالم باشد سیحان اللہ قادر در خصوص پروردگر
طفل چقدر جوابه میگردود که به بیان راست نی آید خصوص
زنان نوکتند که درین شب فهم وزیر کی ندارند و تجربه نکرده اند
ازین رو برای همچ زنان چند نصیحتی بزبان قلم می آرم .





بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

آغاز پر تربیت طفل در وقتی می شود که هنوز جنبین دشکم
مادر باشد. و درین وقت مراد از تربیت طفل غمزو ارمی و احتیاط
مادر اوست یعنی زن در اثنای حمل خودش باید در تندی
و حفظ صحبت خود احتیاط بسیار نماید. از خوار آن باب
طعامی اختیار نماید که غذائیت آن بسیار رزو و هضم پاشد
از غذائیکه مولد حرارت و چربی و ماده ثقل الهضم باشد پر میر کند
زیرا چیزی که سبب چاعی زن در اثنای حمل شود خوب نیست

بلکه غذاییکه مقوی عضلات باشد برای او خوب است
چاعنی حرکات ما در را بتاخیر و تعویق امداخته سختی در ولادت
پیش میکند باید حامله چایی بسیار نخورد. لباسش باید گرم
و فراخ و کلان باشد که پوشش رانگ نگیرد و فشار نماید.
بساکه لباس تنگ سبب (نقصان) و سقوط رحم
و سختی ولادت و بیشکلی طفل میگردد.

روز یکبار حمام کند، هوای حمام گرم باشد در پاکی
و ستره گی بدنه خوب کوشش نماید هر کسالت و تعبی
عادت نگیرد بلکه بکارهای خانه مشغول باشد و در کثرت
راه رفتن و ریاضت بدنه کوشش نماید و از ریاضت رویی
پرهیز کند در مجلسهای که بسیار آدم و بیرون پار باشد

۶

(مانند مخلب طوی وغیره) نزد سر بر شام وقت خواب کند
وقت برخیزد. روز خواب بسیار نکند باید آرام و آسوده
خاطر بوده خود را خوش نگهداشد پس از کارها نیز که
سبب تشویش خاطرگشته تاثیری بدل پیدا نمیکند پر همین راه
اگر حامله در آخر ایام محمل خود به تیاری و آمادگی لباس و
وغیره لوازم طفل مشغول گرد و با کی ندارد. تیاری لباس و
لوازم طفل در ماه هفتم خوب است زیرا احتمال دارد
و ضع حمل همیش از وقت شود بهر تقدیر تیاری لباس
و گهواره و غصیره باید اقلأ و هفتم همیش از وقت
ولادت باشد.

استقبال طفل در حین ولادت ناف را بعد
از نزول جنسین او لابسته و بعد قطع کنند طفل را اعاذه
که در وقت ولادت صد او گریه میکند و این گریه و صدا
علامه و نشان صحبت اوست زیرا دلیل است برآغاز
تنفس (نفس کشیدن) او هرگاه فریاد نکردو آغاز تنفس
نموده یکچه آب سرد برویش بزند و اگر همین چاره نشده
او لاباب سرد و باز هاب گرم بنویس غوطه اش دهند
(مگر باحتیاطی که بیان خواهد شد) زیرا دفعه تغییر
ناگهانی که در حرارت بدنش از آب سرد و گرم پیدا می شود
و علاوه بر آن پاکی و هن سبیقی از لعاب دهن آن سبیقی

سبب تنفس او میگردد و چون طفل آغاز تنفس کند
آغاز بحیات خارجی خود میسازند و لازم میشود که
اور ابقدیغه نرم و کرمی پیچیده بحای کرمی بگذاریم و اسپاه
حمام کردن و غسل دادن اور امہیا داریم بسته
و روزان و غیره منافذ خانه پیش از غسل لازم است

احسایات راجع به نظافت

نظافت طفل

کودک در وقت زادن (و بدینی آمدن) تنها بر همه
از لباس نمیست (بلکه پاک و ستره هم نمیشود)
پس بر ما لازم است که پیش از لباس پوشانیدن (پاکی
و ستره کی او بکوشش بپوشد) و از برای رخته پوشانیدن

۹

ضرور است که کودک را به قدری فهم پانگک پیچیده در هر دو زانوی خود مان بگذاریم، و اگر بر چوکی (یا تختنی) بگذاریم خیلی بهتر است، هرگاه هوا سرد باشد، لنگ کرم برای کودک لازم است. زیرا سردی هوا خیلی مضر برای کودک است، پس در سردی هوا لازم است که درخت پوشانیدن او خیلی احتیاط نمایم. و طریق احتیاط آین که (فازلین) یا زردی تخم یا صابون بدست مالیده بتمامی بدن کودک بگالیم. نمایاد لگن و مالش سرد پوست و قات آرنج (زیر بغل) و مابین رانها خصوص همان اطراف اعضاء که چیزی چنگلی در پوست میباشد بسیار ضرور است.

۱۰
هرگاه بقرار بدایات فوق کار و لک داشت طفل
ابنام یا بدپاک و ستره خواهد شد؟ فی نی بلکه عمل
فوق از مقدمات ستره کی او مسی باشد. پس هر راه
شستن و غسل دادن شر لازم است تا ستره کی پاکیش
کامل گشته پوست جانش خوب ستره و صفا شود.
وقتیکه کودک را باتپ (یا طشت) هرچه باشد
غسل و همه نظر غسل لازم است لکن حسینی یا فارمینی
گلیت کرده باشد و میانه و اطراف آن نظر را
با بگرم درجه جوش خوب شسته و پاک میانه
بعد از حشنه نظر را با بجوش داده که زنجیر شخصه به عنجه
حرارت متداول رسیده باشد پس کنند.

۱۱

و باید مقدار آب پقدر کفايت کودک بوده درجه حرارت
برابر پدرجه حرارت جسم باشد یعنی $\frac{3}{4}$ درجه میزان حرارة
سانقی گراو هرگاه آب از درجه مذکور گرم تر باشد کودک
می سوزد و اگر سرد تر باشد زکام می شود .

هرگاه بخانه میزان الحرارة موجود نباشد دست
در آب درون کرده درجه حرارت شن امعلوم سازند .
اگر معتدل باشد کودک روان بگذراند بلکه اگر میزان حرارة
هم باشد دست زدن در آب برای امتحان حرارت اجابت
و پیش از غسل دادن احتیاط لازم است تک پارچای
گرمی آماده داشته باشیم تا کودک را بعد از غسل
دران بگذرانم و برای یه نیک او نیک شکسته ابرمانندی

۱۳

لازم است تا آر شجاعت و قدرات بدن کو دک را
پیش رویت و سهولت چذب و حبس نمایند و تا ممکنست
لگ نداشت تعال نکند بنا بر دو سبب (۱) سخوه
و پاک نیسبا ش (۲) تکه نو خشن و درشت
بوده قدرات و رطوبت آب را پیچو شد علاوه بر این
پوست بدن کو دک خلی طیف و نازک و حساس است
که هر چیز و فماش صلاحیت خدمت آن ندارد
و با که از چیزی نمکه با کو دک پوست شود
و در ان خلی ضرر است .

پس تدقیق (گرفت) رخت کو دک چگونه لازم است
به شر و آسانتر آنست که در بوکل و مانند آن آب کرم اندخته

۱۳

رخت کوک را بران چه بچیم .
وچون رخت و نگ و خیره اسباب او آمده
درها پنه لازم است و چگونه کوک را بدست گرفته لکن
آب گذاشتم که نکوک از دست مان بینند و نه فکار شود؟
لازم است وقتیکه ما کوک را بر سر زانو یا بر چوکی
گذاشتند چهار انگشت دست چپ را هشت
گردان او گذاشتم بطور یک دست چپ از برای سرقمه
و شست و باقی سر انگشتان کوک را محکم گرفته
نمایند بینند و بعد ازان بدست راست از هر دو زانویش
بر وجه آتی بکیریم یعنی انگشت شهادت را درین مردوزانو
گذاشتم تا همراه شست حلقة گشته بران راست کوک

۱۲

این حلقه بحیط شود و سه آنگشت باقی ران چسبد
نیز حلقه دار بگیرد. و بعد از آن که کودک را بهین لفظیست ملکیت
برفق و مدارا ہلکش آب گذاشتند غوطه اش بسیار بیم
چنانکه تمام جسم او سوای سر و انگل آب شود. و درین حال
دست چپ تنها سر کودک را بیرون آب و باقی پیش را
اندر وان آب میگیرد. و دست راست هر دو زانوی
کودک را یک کروه پوشیده باید وان آن بدنش ری مالد
و باید غسل طفل بسیط و ساده باشد. یعنی نهاد میگی
در آب نباشد بلکه طول غوطه و مکث آن در آب بشیراز
سه دقیقه لازم نیست. و باید این حال فور زیم بلکه خیلی احتیاط
نماییم که آب پلیمه یا جامه چه کین چشم پیش نمود آید. زیرا هین

۱۵

اهمال و بی پرواپی شایخ خوبی ندارد و اکثر سبب کوشش
میگردد.

طريق گرفتن کودک درآب بعد از غسل

بعد از آنکه کودک را غسل (موافق هدایات فرق)
و اونا بلاید و راحزاد او را آب بمان احتیاط را
بچا آرند که در در آوردن شر گفته شده یعنی دست چپ را
بی ارز و حرکت تکیه سر ساخته و بدست راست بچان
کیفیت حلقة ساختن امکن شستان هر دو زانو لشیش ا
گرفته کودک را پیر وان از آب کنیم.
و کودک درین آن گیری و احتطر اسب آغاز میخانید

۱۴

گرد فتیک بسرعت بلند گوش همچشم آرام و خوش خواهد شد
 بعد از آن نرم و آهسته بخنک ساختن بدین کوک
 آغاز میکنیم یعنی مرودر قدیمه به تمام اجزا پذیرش لازم است
 تا آثاری از رطوبت در پذیرش نماند علی الخصوص خلیل احتیاط
 لازم است که سرو اندامی که چین و چنگلی دارد خوب شود
 مانند زیرهای بغل و زانو خصوص باید چلد و پوست نشاند
 و پژمان نگردد.

و جون پذیرش خوب خنک شود رپودر یکه هجتن
 و مسیده بیز کردگی باشد بر تمامی اعضا خصوصاً اعضاً
 چین چنگلی دار لازم است پا سشیم که خلیل فائمه همندان
 و معمده زدن از این سه قسم و این سه قسم که مسیده بیز خوب

۱۶

خیر معطر و مسیده بیز کبریت نباتی و مسیده بیز طلق (اگر)
میباشد و لازم که سحق را بدست نگیریم بلکه همراه پر پودر
یا پنبه پاش دیم و بعد زان برخت پوشانیدن آغاز نیم

لباس

وظیفه پوشان حفاظت و نگهداری کودک است
از شدت گرمی و سردی و آزادی حرکت اعضا
(یعنی آنقدر فراخ باشد که اعضا می‌شوند و خوبی حرکت بتوانند)
پس باید فصل و موقع تبدیل لباس او را بدانم .

اختلاف لباس کودک بر حسب اختلاف جایزها
و شهروندی میباشد روز چون وطن عذر زما کابل سردیست
باید لباس طفل درزمستان و خیزه اوقات سردی

۱۸

خوب گرم و نرم باشد).
جای اقامت و گذاشتن کودک
اکنون از ته بیر لباس فانع شدیم از محل بود و باش
و کهواره کودک سخن بسیار نیم برای کودک خانه لازم است
که نه بسیار گرم باشد و نه بسیار سرد. و از تابش و
حرارت آفتاب و شمال و رطوبت دور باشد
و چون هوا غازی است غیر مرئی که آزاد است ملائکه نیم
و زندگی مادران است. و از لوازم حیات و بجزء
غذای مان میباشد. پس باید هوا همیشه صاف پاک
باشد مگر هوای اندرون شهر نادر صاف خواهد بود، زیرا هوا به سبب
ذرات و غازات مضره غالبًاً فاسد میگردد و این ذات

۱۹

پدر چه خورد و ریزه اند که هرگز بچشم ممکن نیست دیده شوند
(و این ذرات غیر مرئی) آنقدر بسیار اند که حد ندارد.
و هر که خواهد درجه کشته و کشته این ذرات را به بینند
وبشاید باید پر شعاع و پر توآفتاب که در روزه خانه
تاریک می افت دنظر کنند. در ان پرتو و (هوای شفاف)
خوب بنظر می آیند که چه در بی شمار و پر اگذه بسیار اند
که تماشا بین را بد هشت می افکند. هرگاه دیدن
این مقدار از ذرات این قدر دهشت خیز باشد
اگر همه شان دیده شود و بنظر آید چه حیرت دست خواهد داد.
اگر از مو اهی آهی بگاتیزی بصر آنقدر دهند که هم جمع
این ذرات را بچشم دیده بتوانند. در میان آنها دلگشا

۲۰

و ذره گل چای خورد خور دریزه بدرجه خواهیم دید که
اکنون مشاهده اینچنان اجزا خورد ریزه ریزه (بی آزادیه)
ما یافرس کوب که بمنزله عینک است
برای دیدن همچه اشیای غیر مرئی (پنهان نمکن) نیست.
هیین اجزا و ذرات گوناگون غیر مرئی از بسان فن ملود نباشد
هرگاه امر ازین قبیل است پس لازم که محل اقامه
کوک بجانی باشد که نسبت وجود چنین ذرات
در ان مکرر یافت شود. و باید همچه محل را تفتش جستجو نمایم.
درجہ حرارت ہوانی کہ کوک استثناق میکند باید از
۱۵ درجه پست و از ۲۲ درجه بلند نباشد از نیچہ
برای احتیاط باید میزان الحرارتی نزد خود نگهداشند

۲۱

هرگاه میزان الحرارت نباشد در تعیین درجه هوا
تخمین خواس اقای مقام میتوان ساخت
کهواره کودک

اکنونکه خانه اقامتگاه کودک بر حسب دلخواه معین گردید
خوا بگاه هش گجا و چلوه باشد میدانید که هرگاه داغوش مادر
پاد کنار شخص دیگر بخواب (نماز) رود چه خطراتی اعده دارد
بسا کو دگان معصوم که از بی پروا نی مادران ظلوم داشتای
خواب از دولت حیات محروم گشت ته بخواب سهور میرند
(سینه پادست یا پهلوی شان بد هن آن بیچاره گل

بر ارشده راه تنفسش میگیرد و خفه شده می میرد) .
بنا برین باید حکم نماییم که کودک را در اشنازی خواب

۲۲

ربستر علیحده و جداخواب دهنده و این خیلی ضرور و لازم است
و بهترین گهواره از برای کودک آنست که (تکان شورخوار)
و تحریکش ممکن نباشد - زیرا کودک راهنمادن
(بغاز) از ضرر و خطر خالی نیست (آمدیم برگردیا و)
غالباً سبب آن یا کسر گنجی یا درد و اطم یا رطوبت
و تری خواهد بود، و چون آن بیچاره را بغاز شورده سیم
اسباب گرید و ناله اش را نمیتوانیم گم و دور نماییم .
این یک سخن رانیسته باشد بدینهم که کودکان عادت
نیک و بد خیلی زود آموخته و خوک مشونه درین سباب خیلی
استقاد و قابلی دارند - و چون امروز او را بشوردادن
و جنبانیدن آموخته همازیم دوباره بی شوردادن گاهی

۴۴۲

خواب نیکند.

بنابرین گهواره که خورنخود و غیر متوجه باشد برش
 و اجب و لازم می‌نماید و بهترین گهواره فلز معده‌ن
 است (یعنی آهنه یا برنجی یا غیره آن) زیرا گهواره
 آهنه‌ن معلم و متمیز نو و ششش در وقت لزوم بهم
 آسانی می‌شود.

باب دوم غذای کودک

شیر مردمی بہترین غذائی است از برای طفول
 دامن شیر از دو سه هفته قدرتی که آنها را پستان
 گویند (سرمیزند) و طفل آرامی چو شد - و از وقت

۲۳

ولادت طفل تا هنگامیکه از شیر جدی شواین پستان
بوطیقه غذارسانی او قیام می ورزد. طفل همان لحظه که
بدنیامی آید باین غذا (که از خوان فضیل برایش مقرنسد)
آگاه و دانمی باشد. و چون مادر رکنا شر کرته
به پستان خود نزدیک می سازد همانندم و همان میکشاید
و سرپستان را بهر دولب گرفته فشار میدهد و شیر
می چوشد و حال آنکه غیر ازین از هیچ کار دنیا
خبر ندارد.

شیر از پستان بقدار کافی جوش میزند و می تراود
وبرای طفل غذای پوره می باشد (ذریا شیر مادر
خیلی فضیلت و برتری دارد) که هیچ غذایی باان برابری کرد نمیشود

۲۵

ن شیر گاو و گاو میش و نه از مزد نه چیز دیگر سوای شیر
زیر ار قرق سلطان جلت حکمه این غذای لطیف را که در پستان
ما در بود یعنیت گذاشت مناسب بدرجه حرارت
جسم است و گویا مقتض و صاف گشته بتدیج از پستان
بین طفل و از انجام بعده اش رسیده غذایی شود .
مگر باشد پرسید که هر ما دری و ارادی آنچه‌ئین
یک غذای لطیفی است یا نی ؟ بلی اکثر مادران شیردار
میباشند و اگر بعضی از سبب کم شیری نمیتوانند
کفیل غذای طفل خود شود آنچه‌ئین نه خوبی کم و نادرست است .
ولی هزار افسوس شیر بسیاری از زنان بظاهر
غذای طفل نمی آید چرا که پستان شان تکله سرمهدارد ،

۲۶

و طفل نهیتواند بدین بگیر و (و این قسم زن مشاپد است
که در ^{صیغه} میباشد) و بعض زنان سبب مردن نهیتوانند
اطفال خود را ^{صیغه} شیر دهند.

قواعد عمومیه پرورشیه

طفل (دو سنه روزه را خود رست نیست) بجز شیر مادر
چیز و گیر و دهند. بلکه از دادن دیگر چیزها (مانندی که روغن
و غیره میبینند خیلی بزرگی لازم است).

واز معلوم است که روغن خوب نیهد غذیه طفل
چندان فائدہ نمی بخشند. و نیز لازمکه از سهل دادن
پر هیز نمایند. چرا اول شیری را که طفل از پستان با منخورد
 شامل بر موادی است که او را محتاج سهل نمیگذارد.

۲۶

و لازم است در یک ماه اول روز هشت بار
طفل را شیر دهند. و بعد ازان عدد شیر دادن بقدر
درگ شدن طفل کم می شود. و باید روزانه بعد از دو نیم ساعت
که پا را شیر دهند که از ابتدای ساعت ، صبح تا انتها می
ساعت . اشب هفت بار شود .

و تامستوانند طفل را عادت سازند که در باقی شب
چیز شیرخورد مگر یکبار نزدیک بصیر و این عادت خیلی لازم است
و هر بار که شیر میدهند نمانند از پانزده بدرست و قریقه علاوه شیرخورد
و در اینجا احتیاط میابی و یک نیز لازم است یعنی هر دو
که شیر میدهند باید یک قدر پیش از شیر دادن و یک قدر
بعد ازان سر پستان را بپرسی دوک شیر کردم بشهود

۲۸

و بعد از آن دهان طفل را بسته تا ملزم و نازک ستره
خشک و پاک سازند.

بسیاری از اطفال شیر خواره جور و تند رست را
امتحاناً پیش از شیر دادن و بعد از آن دود فله وزن
و تول کرده اند. و معلوم گردیده که بهتر شیر دادن در
مقدار شیر اختلافی پیدا نمی شود و غالباً صبح شیر زدن بسیار
و بطرف دیگر و شام مکتر می باشد. و بتشابه درسته
که اطفال سنگین زن نسبت با اطفال کم وزن شیر زدن نمی خواهند
و با وجود آن احوالات دیگری هم هست که ازین قیاس عالم مشهود
و در این امام زچه کی شیر زنان نوزای کم و از زنان نیکه پیشتر چشم زچه
شده شیر داده اند بسیار سه باشد.

۲۹

این سخن و از تنبی است که هر طفل که بقرار نشود نمای عادتی
کلان می شود شیر ما در ش را اول زچه کی بسیار کم بوده
زندگیک په پوره شدن یکس ماه اول خیلی بسرعت
افزون میگردد و فوق العاده زیاده میشود و باز از همان حین
تا آخر سال سی سالگی کم کم زیاده میگردد و نیز طفل که اول بار
از پستان ما در ش شیر مینمود غالباً روز اول پیست قدر
قدر از قاشقها خود چای خوری شیر مینمود - و در روز سوم
اکثر مقدار شیر خوردنش از ۲۰ قاشق بینج $\frac{1}{2}$ لتر (لتر)
میرسد و در روز پنجم غالباً از چار یک لتر برینج اکثر بالغ میشود
و باز از روز پنجم تا روز سیم که ۲۵ روز شود اکثر از نیم لتر
تا یک لتر مقدار شیر خوردنش میباشد سبکان العذر از

۳۰

کثرت حرص این طفول پرسیمینه چند روز پیش ازین چند
قاشقان خود را ز شیر قناعت می ورزید و امروز
چهار یک پر لر خواهش دارد تا غذا یش کامل شود
و باز دور دوز بعد یکتر یک لر عبارت است از ۹۱ مکعب انج
تقریباً از نیم لر کفا است نیکند. و چون سمش بیکاه رسید
خواهشمند مقدار مختلفه از زیادت شیر می شود. که
این اختلاف زیاد کی در میان نیم لر و یک لر میباشد.
و باز در یازده ماه دیگر نیز در مقدار شیر خود را
خودش میپزد اید ولی این افزونی خیلی اند ک است
زیرا در اطفال یکساله خیلی کم می برسیم که از یک لر و بیان
علاوه تر خورد. این معلوم است که سیطره برای ارشاد و رهایی زنان

۳۱

شیرده کفا نیست بوده در امور راجعه به شیردادن او لادخوشنان
خیلی محجم است باید فراموش نشانند.

زنان و شیردادن شان

پیش ازین گفتگیم که هر دفعه شستن پستان پیش
از شیردادن و بعد از آن لازم است آکنون از طلاق
گرفتن طفل در غسل هنگام شیردادن بحث میراندم.

هرگاه زن برخخت یا چار پائی نشسته باشد
لازم است کودک را بر سر هر دو زانوی خود بگیرد و سرمه کوک
از پا پهایش بلند تر باشد زیرا اکثر اطفال را که باین سلیقه

بر سر زانوی کیزند آنها به مقصد ما در خودش سپی برده هستند
شور میدهند و هنگام کشاده فی الحال پستان مادر را میگیرند

۳۲

و هرگاه بعض اطفال مقصد ما در را نفهمند که چرا باید وضع
بر سر زانویش گرفته) رای ما در لازم است مهارت خود را
را باخراج رسانیده صبر و روز دزیر بعض اطفال خودشان بی صبر
و بعضی به خلق بوده گریه و تیغه اری آغاز میکنند و
در زمان واجب است پستان را بدست گرفته
سر آن را در میان هر دو انگشت شهادت و سلطی نهاده
فشار خنیفی به همتا سرپستان بلند و ظاهر شده نهاده
بدین طفل صورت پذیر گرد و یکد و قطره شیر پخته شد
از اینجا که شیر ما در خلی شیرین و خوشگوار است
و اطفال غالباً رای حرصند ذائقه شیر مزه داده
فی الحال که سرپستان را بدین شان بگذراند پس از خوردن

۳۴۰

آغاز میکند. بعض اطفال که پستان را خلی بقوت سخت
میکنند و بعد ازان سرخود را پس کرده گریه و فغان میکند.
و شیر را قی میکند بهتر شر آنست که زن سراور اپستان
چپانده نفس آن بیچاره تنک می شود بعض اطفال نعم
جهد و کوشش بادر که در خوارک او بهرگونه چاره و سیله بیجوید
تن پیشتر خوارگی در نمیدهد مگر تا امکان سعی و کوشش است

نا امیدی لازم نیست

و متفت باید شد که در او ها طفل خلی شیر میخورد
و کم محلج آن میباشد. و نیز سرپستان در اول حال
چندان بلند و ظاہر نمیباشد و ازین رو نمیتواند باسانی
در وہن بکیرد. مگر رفتہ رفتہ سرپستان بلند و درازگشته

۳۸

شیر خوردن طفل خیلی آسان نیگردد.

هر کاه طفل شیر خورد لازم نیست اور اچیز دیگر نیم
بلکه خوب است که در کبواره اسش بگذاریم زیرا آخر
روز دوم یا سوم پستان را کرده شیر خواهد خورد و باید
طفل را همین عقب دادت خواب شب آموخته
و عادت سازیم و پنج شش ساعت شیر نیم
بعض اطفال که خواب را دوست دارند و بعد از آنکه
بدهند بجای شیر خورند خواب کرده صحیح می خیزند و لشون مای خود
نهیج کم از اطفال دیگر نیستند.
بعض اطفال شبانه بر خاسته گردیده هر چهار آغاز میکنند
گر با وجود آنهم روانیست هر بار که گرید کنند با پستان شیر مینهند.

۳۵

و چنانکه پیشتر گفتیم: لازم نیست طفل را هر بار که گردد
و شور کند در گهواره بجنایت شیر داشت شم هر بار که
گردد لازم نیست غایب بلکه چون بسیار گردد و شور کند
لازم است ملتفت شویم و پرسیم که چه چیز اورانگ.
ساخته و باطن آذاخته چرا که هرگاه اورا (بل) بلیم
چپ کرده خیلی بخوبی و خوب سندی حی پشم خودش را میگیرد
و اینچنین اطفال صحبت و معاشرت را دوست داشته
به شهابی ملول و خفه میباشد و چون دو سه دقیقه
بین طور بر سر هر دو دوست اورا بگیریم (حاجت شیر دادن چنانچه)
گردد عادت بدگرفته پاره از شب بیدار باشد و
با ز رو ز خواب رود و در شب آینده نیز هنای گرید رامه

۳۶

بِطْمَعِ شَيْر وَغَيْرِهِ رُوْشِ شَبْ كَذَّشَةَ رَا بَا مَا دَرْ بَكْذَارَوْ
چُونَكَه آغا زَهْ تَرْ بَيْتِ طَفَلْ هَيْنِ ازَادَلْ زَادَنِ اِجَّاهَتْ
دَهْ رَكَاهْ خَوبْ دَيْدَيدَه دَرْ كَهْوارَه اِشْ چَزَّيِ غَيْتْ
كَهْ مَوْجَبْ دَلْسَنْكَه مَلَالْتَشْ گَرْ دَيْدَه باشَهْ چَهَانْظَورَه
بَكْذَارَيدَه غَمْ خَوْرَيدَه كَهْ كَرْيَه مَيْكَنَه يَا ضَرَّه باوْ مَيْهَه
چَرا كَه آخَرْخَواَبْ مَيْكَنَه .

کیفیت شیرخوران طفَل

طَفَلْ حَنْلَى بَحْرَصْ وَ چَابَكَى پَسْتَانَزَارْ كَرْفَتَه شَيْرِ مَيْخَورَه
وَ چُونْ دَعَيْنِ شَيْرِ خَورَانْ دَهَانَشَشْ رَازَ شَيْرِ شَهُودْ
گَاهَ گَاهَ بَسَيَارَ بَقَوتْ شَيْرِ رَأْقَتْ مَيْكَنَه
وَ باوْ جَوْدَه آنِ پَسْتَانَ رَانِمَيْكَذَارَه بَلَكَه درْ سَيَانَه هَرْ دَوْلَه گَرفَتَه

۳۶

میباشد و بعد از دو سه دقیقه که شیر را قرت کرد باز بخوردید آغاز میکند - و گاهی صدای قوت کردن شیر شنیده میشود از نهضت لطفانی که پستان را پیچو شنده و بعد از چار چنچ چوشک صدای قوت کرد نشان شنیده نمیشود معلوم است و هاشش پرنی گردد و این دلیل است که در پستان شیر بقدر کفاف نیست یا شیر ازان بسختی خارج میشود .

و گاهی بر عکس آن هر بار که شیر بخوردید بال آن صدای قرت میبرآید - و هم شیر خلی بسهوالت از پستان بیرون میشود و هاشش پرشده از هاشش سر میکند درینحال خلی احتیاط لازم است زیرا طفیل که حریص

۳۸

باشد شیرینیش از کفاایت چو شیده از دهانش سر میکند
و اگر چه گمان بقئی میرود ولی قی نیست بلکه همان شیر
علاوه گی است که از دهانش سر میکند و این اگرچه
سبب بخ و تعب طفل نمیگردد مگر لازم است تکرار این
بسیار واقع نشود. و چون کمی فکره تأمل کنیم که بعض
طفل ها در اوقات بسیار کم یا بعواره دیگر در ظرف صبحه
مقداری از شیر مینهورند که باندازه و قیاس بر پر بیک
گوزه بزرگ میگردد و اجب است خیلی احتیاط
در باره شان مبذول فرمایم زیرا طفل شیر خواره چنانچه
گاهی از کمی شیر بخ و الم می افتد هچه بسیاری شیر
سبب الم بلکه موجب مرض او میگردد.

۳۹

در خصوص اطفالی که شیر پقدار گفاف قوت نموده
بر سر پستان خواب شان می برد - علی الخصوص اطفالی
که در اشای شیر خوارگی زردی در نگش شان می باشد
با یه خیلی پر حذر بایشیم که هچه اطفال از بس پر خورده‌اند
برنج افتاده خواب شان نبرده است .

شیر خواره که بزودی خواب میروند در حال شیر خوارگی
زرو می باشد شیر و غذا بقدر گفاف نمیخورد - شیر خواره
که قی سینکند بیشتر از گفاف نمیخورد .

علی العموم طفل شیر خوار یکم بعد از شیر خورد خواهند
یا هیدار بوده علامه و نشان انتراخ خاطر و خورندی
از طلاقت شنایان باشد اصل اگر یه نمیکند - و چون بخواره ش

۳۰

گذارنده خوش و چوب بوده حیثمهایش و اسیباشد
گویا مدتی درحال کائنات فکر و تأمل میگیرد. و بعد
از آن بخواب آرام رفتة نفس کشیدن و خورخورش منتظم
و بارامی میباشد.

طفل در ماه پایی اول بغیر از شیر خوردن
و خواب رفتن شغلی ندارد.

چگونه شیرخواره غذار اهمضم میگیرد

برای جواب این سوال واجب است باحتیاط
 فوق العاده در عدد بول و برآز شیرخواره فکر و تأمل
نمایند. شیرخواره که چند فره بول و برآز میگیرد همچشم چنین
و خوب میباشد. و بول و برآز طفل جایه اهمضم

۳۱

بروجه آتی میباشد.

در ۲۳ ساعت شباه روز ما و اول از (۲) بار تا (۴) بار

در ماه دوم تا ماه ششم

از (۲) بار تا (۴) بار . و بعد ازین مدت

روز یکبار دوبار میباشد. ولی اکثر در قمهای

فوق تغییر پیش میشود و قاعده عامله واجب الالتفات

در خصوص برآذانست که هر روز باشد - هرگاه عدد بزر

از مقدار ادنای ذکوره فوق کم یا از درجه متوسطه مسطور

افزون گردد باید در احوال شیرخواره نظر و توجه نداشتم

چون در طبیعت امساك و قبض باشد و هر یک روز

یا دور روز بجز یکبار برآز نکند معلوم است غذای کافی برای

۸۲

نمیزند. و هرگاه تعداد سرپای گرفتنش بسیار باشد
معلوم است که در مراسم اجتناب اسهال و غذا میش بسیار
ورده میباشد. ولی اینهم از قواعد عمومیه است
که خالی از شذوذ و ندرست نیست.

طفل جید الهضم که دارای صحبت کامل باشد
برازش روان و تازه و قوامش درین سیلان
ولبستگی میباشد. و درین وقت
زردی رنگش نیز خوب شمرده میشود.
هرگاه برآز بسیار زرد رنگ و مائل پرغیری باشد
حال شیرخواره چندان قرار دلخواه نمیباشد.
و چون رنگش مانند سبزی پاک سبز باشد

۲۳

دلیل بر قلق و بیقراری حال شیرخوار میباشد .

هرگاه بین مشاهده ها و تجربه های فکر و خورشود - معلوم میگردد که در اول سوء‌همضم که برای شیرخواره پیش آمده مواد را زغالبازرد بوده و بعد از آنکه هوا خورد سبز نمیگرد مادر هشیار بیدار مغز را لازم که چون فضله طفل را سبز به بیند هر اقب نفس خود و شیرخواره خود بوده در حفاظت و نگهداری او غفلت فورزد .

و چون فضله جید الهضم در عقد و بستگی بهم جید است با
یعنی مواد مرکبة آن در بیوست و نشکل با بهم متنادی و مشابه
میباشد پس در صورتی که موادش در دود و دانه جدابوده
بعض اجزایش ستد نشک و بعض اجزا جاری وابسته با

۱۶۶

هضم قریب ناقص و غیرعادتی نیایشده پس احتیاط به حال
کودک لازم است.

برای طفول شیر خوار کامل به هضم بودار نمیباشد
و چون بوی بد از آن برخیز و قطعاً معلوم نیشود که در اینجا
دروده اش تخریغ غیرعادتی پیدا کشته (غذا ارزشگذشت)
برای هدایت غیرعادتی با لانحصار از شیر خوار کافی
نمایم شود که بقدامی صنعتی پهد و در شس می یابند.
خلال صده اگر در یک روز چند بار برای کند و نمیش زردوبی یا
باشد بر هضم جید و رضاعت کافی دلیل میگردد.
اگر روز یکبار کند نشان آنست که شیر کافی برایش
نیست دزیاد است در غذا ایش لازم است

۳۵

و در روز ۸-۹ یا ۱۰ بار نشان میش از کفاف شیرخوارش
بوده علی الخصوص که ختمه روای و سبزه نگ باشد
پس کم کرون غذا لازم است .

و چون مواد فصله سبزه پا بدبو باشد دلیل کافی است
بر همین محی و رد آست آن و در نیصورت باید سبزه از
دریافتة تکافی و چاره آن را بهمایتمن بحث و نقشی از
سبب و تدارک و تلکی آن ضرور است - هر کاهشی
واحوال عادتی بر از بسرعت عود ننماید رجوع بد المترو
طبیب خانی بزودی لازم میگردد - خصوص که در تابستان
و گرمی این احوال پیش شود .

شیرخوار یکه شیرخوارگی همچشم هر دو جید و خوب باشد

۳۶

چند بار سر پا گرفته میشود و فضلاً اش بسیار و بُولش شفاف
بوده رنگ دیگر نمیباشد باشد .

هرگاه اثر و نشان بول در سرین او ظاهر شود یا بتواند
از آن برخیزد غالباً دلیل اختلال و سوء چشم میباشد (همچنین)
و چون بول اندک باشد غالب اوقات دلیل بر قصان
غذا است .

اما اول رنگ دار و بودار خصوص از شیر خوارگان
شاید میشود که بعد ای صناعی (ساخته کی)
پرورش میباشد .



۳۶

سردشتۀ نظام غذا

طريق نکهبانی و حفظ صحت

باید دانست که هر قسم غذائی که شیر و از میخورد
همان غذا در کیفیت و مقدار شیر تا شیر حقیقی می باشد.
اگون از نظام و تدبیر غذا و طریقه های حفاظت

مادی و ادبی زدن شیرده بحث میرانم .
شیر ما در غذائی است که طبیعت برای طفل
خاص گردانیده پس شیرده را واجب است
غذا بقدر اندازه خورد و از پر خوری و بیش از اندازه پرهیز
غذا باید گوشت تنها یا سبزی تنفس نباشد

۲۸

بلکه در سبزی باب گوشت بیندازد و باید بسیار و هر قوت
از گوشت قاغ و گوشت شکار مانند آهود غزیره
و حیوانات تکه بدریا زندگی دارند و آنها را میوه بحری میکنند
خورد و پرهیز نماید همین طور از لب بو و پیاز و مانند آن پرهیز ننماید
زیرا این اشیاء خلی سیر را فاسد می سازند .
اما اشیاء نشوی (بالیدگی نخش) مانند خود یا باقل
و فاصولیا و پچالو خلی عذای خوبی است برای شیرده .
خلاصه شیرده از هرگونه عذای نافعه که میخورد بخورد و بآهاده
کافی بخورد .

اکنون بآب و شربست یا ت شیرده توجه می نمایم
زنان شیرده را تشنجی فرزد نتراند حالت معتاد می باشد

۳۷۹

پس و اجب است چیزی بخوشنود که هم فتنگی
شود و هم ضرر پیشیرزد .

مشروباتی که اکثر طلاقم و مناسب احوال ایشان
میگرد و همین شیر و آب است بعض زنان
بضرورت یا ذوقی شیر می نوشند و از غیر آن
پد همیز می نمایند و باین واسطه از زنان و آب دیگرستغی
میباشدند تاچه زنان را شیر خیلی بسیار وجود
میباشد .

اما پیره و مانند آن از مشروبات چونکه
باعث زیادتی شیر میگردند در نوشیدن آنها
چندان باکی نیست خصوص زنان سوداگرانی که

۵۰

تجارت این مشروبات دارای مشروبات نشسته آخیلی
پر همیز لازم است زیرا که شیر خطرناک گشته
ضرر عائد شیرخواره می شود .

طريقه های حفاظت طادی ادبی

زنان شیرده را واجب است که پابند قواعد
نظافت و ستره گی بوده در رعایت آن وقت
وزیر کی لکار برند و ماپیش ازین از ستره کی پستان
و احتیاط در ان باب بحث را نمیکنم .

اگون میگوییم : - غسل کردن و حمام نمودن نیز
لازم است ولزوم شعر کمتر از احستای آن طبقه
ساقه نیست با بدمعیشت و لذان شیرده خیلی مستلزم

۵۱

و آرامی باشد، زیرا از ریاضت نفس شیر نقصان
می پذیرد.

و امّا حسّت یا طهای لازمه آنست که باید
شیر و قهر نشود، تندی غضب، بمحول شیر نقصان
بسیاری میرساند (چنانچه از سائر تأثیر و انفعالات نفسانی
نمی‌نماید) مطلقاً بر همین لازم است زیرا
از همه اینها نقصان بخشیده میرسد.

نظافت و ستر کی طفل

شستن و غسل دادن طفل هر روزه لازم است
و اگر هر روزه نشویند اقلّاً در هر سه روز یکبار غسلش لازم است
و بعباره دیگر در روز بعد غسلش ضرور است

۵۲

و در غسل طفل همان احتیاطها نیکه در سر کتاب
بیان کرد یعنی رعایت نمایند .
کی و کدام وقت به تغییر و تبدیل لته های طفل
آغاز می شود و طبق تغییریسته چونه است .
باید هر بار که طفل حیل کننده پاکیش بدل شود
(در این مائی باشد یا غیر آن) معرفت وقت
تبدیل لته خیلی آسانست زیرا حرارت و رطوبت
غمداق و لته هاشان وقت تبدیل است . سوکالی
در سینه ای که لازم نیست زیرا وقت یک طفل حیل گند
ولته پاکیش بدل نگشته مدت دیر بگذرد جلد
میتوست او سرخ و کبوتشود بسا که ازین سبب

۵۳

جلد بشار د و پوست شود و رنح والمی که ازین رگه زدن
بطفل میرسد قابل بیان نیست .

در نیصوصورت تغییر و تبدیل لته ها بقدر امکان و باست
خصوص که جلد و پوست شش سرخ شود .

در تغییر لته های طفل حکومه آغاز شود

همین پکشیدن و بدال کردن لته های ملوث و قرآن
ونشک ساختن جلد و بدن طفل اکتفا لازم نیست

بلکه همیشه باید جلد او را پس تمال نرم یا پاره هم پنهان
که در آب جوش شیر گرم غوطه داده باشدند شویند
و طفل را بر سیار لطیف و نرم پاک سازند تا چکلکی های

پوست (قاتهای ران و غیره) کامل ستره و پاک شود

۵۲

اما بی فرک و تراش بعد از ان سخن (پودر) وغیره
بران پاش دهند .

لازم است از اقربین نظافت و پاک کر خلی
بس رعایت و زودی برای طفل حاصل می شود
بحث و بیان کننیم باید طفل را از سی چهل روزگی
بس را بایگرفتن عادت سازند زیرا این عادت حسن
طفل را هم از خوردی و چهل پنجاه روزگی پاک و ستره
نگه میدارد. لکن ظرف مخصوص سر پاگرفتن را
قصریه می نامند .

شیردادن دایه با جرت
نوعی از رضاع طبیعی دایه گرفتن است

۵۵

برای طفل پر تشویه - دایی زنی است که طفل خودش را
گذاشتند طفل دیگری را با جرت و تشویه شیر میدهند
و بخانه فرزند رضاعی خودش می‌پاید .

رضاعت صنعتی

با ثبات و اتفاق حکماً طفلی که از شیر مادر
محروم و بی نصیب ماند و اجابت او را بـ شیر حیوان
پرورش دهند و برای طفل غیر شیر هر غذائی که باشد
ستم نافع است بنا بر این از بعض حیواناتیکه شیرش مناسب
و قرایت بشیر زدن دارد و مقدار کافی شیر میدهند
و بحث و بیان میکنند .

علی العموم شیر حیواناتیکه موافق مزاج طفل شیر خواره است

۵۴

هیمن شیر خود بروگاو و گاو میش است اما خر
حیوانی است که دو پستان دارد و شیرش
پ شیر زن قریب سیها شد فرق همین است که
در شیر خوشک و مسکه از شیر زن کرده بیشتر است
و چون خر خیلی برگره خود مهر بان بوده همه شیر خود را
صرف غذای آن می سازد حصول شیر خود ای طفول خوب
دشوار است مگر برای طفل چند روزه که بشهیر اند که
قاعدت می ورزد اگر کمی دستگیری گند علاوه بران
و بعض اوقات یافت هم نمی شود .

اما زن بنت بخوب شیرش بسیار بوده ببرگاه
خود چنان مهر بان ندارد زیرا شیر خود شرعاً حشک نمی سازد

۵۶

اگر بزغاله اش را از شیر خوردن هم منع نمایی .
مناسبت شیر زدن هم کمتر از شیر خارت
زیرا شکر و شیرینیش کمتر و ملکه اش بسیار است
و از نیچه های طفل مانند شیر با در آزا هر هضم کمراه است
بنابران طفلي را که شیر بز میدهد هند آن بیچاره را
دلستگ و ملال می سازند .

گاو و گاویش را نیز با خرمای گفت است
که اگر گوساله شان را از شیر خوردن محروم سازید
با ز هم شیر بسیار میدهد و اصلًا بسیار شیر دارد هم
حقیقت سرچشم حقیقی شیر همین پستان گاو و گاویش
است که فیاض مطلق این سرچشم را اخیلی بسیار شیر ساخته .

۵۸
از اینجا که شیرگاوهیش مسکن بسیار دارد و شیرگاو
خیف و سبک مسیباشد لازم است شیرگاو را
از آن بهتر دانیم ولی با وجود این بسیاری مقدار
اگر بشیر زدن مناسبتی داشته باشد چند
یک کار خوبی است نسبت بشیر زدن از شیر خرماء
و از شیر زدن بیشتر است. شکر یکه در شیرگاوهیش است
مقدارش نظر بشیر خرماء و نسبت بشیر زدن بسیار است
و نسبت په شیر زدن مسکنه زیاد دارد ولی زیادت آنکه
همین شیر است که در رضاعت صفتی محل اعتماد
می تواند زیرا با سالی همیامی شود. لازم است
شیر از شابهه پهرک و کدوت صاف و پاک باشد.

۵۹

و چون پیشتر ازین در خصوص هواي صاف و ذراست
 مکروب که در هوا میباشد بحث را نمایم و گفتیم مکروب
 در جاي (وسط) بتواله و ترکا شروع شود نما و انتشار آغاز
 مینمایند. آنون میگوئیم **شیر** (وسط) د موافق حال
 مکروبات میباشد.

و دلیل آنست که هرگاه **شیر** را بکوزه سرای
 می سرپوش بيد گذاريم که هوا دران داخل شود
 غبار و ذراست و مکروبات دران میباشند که بعضی
 آغاز نمودار و بعضی قریب ننموده باشند. و چون فرض
 کنیم که طفل از همین **شیر** نخورد پس برای طفل چه طرق پیش خواهد
 و عاقبت کار مکروبات بجا خواهد رسید.

۴۰

شک نیست که کروبات انتشار و پراکنده شد
نموده میگیرند و امروزه روز مسلم است و ما هم باید بدینهم که
حیوانات کرده بیهه هرگاه داخل جهاز هضمی (معده) می شوند
انتشار و پراکنده شر نسبت بخوردی و تازگی حبس نباشد
و چون بحسب طفل داخل شود خیلی بسرعت خوف ناک
انتشار می یابد و همیشه ازان هر من بر می خیزد و غالباً
سبب موت میگردد زیرا از گرگ و ریشه این دانه خبیث
امراض خطرناکی در خشوار و ده عارض می شود و هر قدر زیست
خورد و تروتازه بود خطر انتشار کروب در آن پیشتر است
و در اطفالی که یکساله شده می میرند بنشاهد رسیده
که در صد پنج هفتم بمرض معده و امعا کرفتار یووند .

۴۱

پس واجب است سر ظرف شیر را پوچشیم
هیمن یک هوا دشمن جان شیر نیست، زیرا دیگر
چیز نائی هم هست که چون بشیر برسد شیر فاسد
می سازد. شیر بیچاره از همان کام و ختن تا بصر
رسیدن هیمن در معرض فاده و تباہی می باشد
زیرا دست بدست میگردد اول بدست دو شنیده
باز بدست صاف کرنده باز ظرف شیر را نی
هنجوز این کیفیت برای شیر در دهان کشپس می شود
و از شیر چیزیم که بیشتر معرض فاد میگردی
زیرا دست بدست گردیدن و نقل کردن از یک طرف
بدیگر ظرف بیشتر است هنجوز دل شیر فروش

۴۲

پر ختن شیر و خمره ناپاک شنگ نکرده همیشه آب نیز
همره آن خلط میکند و چون این آب غالباً متوث میباشد
شیر نیز با میز شش آن متوث میکردو .

پس معلوم است که در شهر شیرسته و
پاکیزه خوب از زیر گاو چه قدر به دشواری پیدامی شود
لازم است بدینهم که شیر زیر گاو نیز ملام خوب
و جید غصه باشد زیر گاهی از سبب ناجوری گاو
و گاهی از کم خوراکی و گاهی از خوردگاه و علفت
خراب شیرش روی و فاسد میکردو .

فرض میکنیم که گاو هم علف موافق و خوب
خوردگاه باشد و شیرش هم بقرار قواعد حفظ الصحیح

۴۲۰

دوخته شده و بظرف پاک و پاکیزه مانده شده باشد
آیا طفل بپرولت هضمش میکند یا نی؟ شک نیست که
هضم آسانی وجودت میکند مگر جودت هضم وابسته
وقت شیر دوختن است یعنی هر قدر تازه دوش
باشد همانقدر سهل الهضم میباشد .

وچون فی الحال از پستان کاد خارج شود
و طفل بخورد هضم خلی هال ترمی شود و هر قدر از وقت
برآمدنش از پستان دیر گذازد دیر بینه شده تخلیل میذرد
و هضمش سخت و صعب می شود .

واز سبزی که شیر فاسد و خراب نشود
وصاف دپاک آن را کوک بخورد حملان صیحه میکند

۴۲

که باید کودک از پستان حیوان شیر بخورد ولی سوانی نز
و گیر حیوان طفل را نمی‌گذارد شیر از پستانش بخورد.
و چون صور تحال این قرار است لازم چیست؟
ولی همیشه لازم است شیری بخیریم که منبع و خواص آن
بما معلوم باشد و بعد از خریدن جوشش بدیم که
مکروب آن تقریباً متلاشی و نابود گردد.

طریقه های واجب العمل

طریقه عملیه که شیر بدان واسطه خالص صاف
گشته بیچ مکروب دران نماند چیست و کدام است؟
این طریقه جوشش یا تعقیم شیر است.
لازم است از هر ای جوش شیر ظرف ستره

۷۵

و پاکیزه بگیرم (و بهترین ظروف ظرف می‌است)
 و ظرف را از شیرینیه ساخته بر سر آتش بگذاشتم
 و بعد از آنکه مدت بر سر آتش (این مدت بقدر حرارت
 آتش دراز و کوتاه می‌باشد) بگاند .

روی شیر پرده و کنافتی کرفته شیر بالامی آید
 درین هنگام واجب است که فوراً بهماشق پاکی
 همان پرده را پاره و از سر شیر دور کنند درین
 غلیان و جوش حقیقی خلا هرمی شود و چون غلیان جوش
 پنج دقیقه است مرار ورزش شیر را از آتش فرد و آردند
 شیر که قرار فوق جوش خورد آزا (شیر غلیان) می‌گذرد
 و طرق نگه کردن آن این است که پا بهان ظرف

۶۴

جو شد او کی یا بطرف شسته گی دیگر که خوب بآجوش
آزاد شسته باشد شیر را از اذانه سر ظرف را
پس پرداش خوب حکم شسته کنیم تا باین طریق بشیر
از مکروب خطرناک پاک و صاف مانده صلاحیت
خود را که طفیل را پسید اگرند مکراین صلاحیت بیش از یک روز
دو ام ندارد زیرا هنوز مکروب دران بوده سرمه
بسیار شدن انتشار یا افتادن میباشد و شیر بعد از یک روز
از خود نمی بردید بلکه که تعقیم شود .

تعقیم شیر

اگر خواهند مکروبات شیر بغلی هلاک گشته
شیر خالص صاف و پاکی بهم رسید باید شیر را

۴۶

قرار هایات فوق جوش داده حرارت ش را کم از کم
بیک صد و ده درجه بر ساند و مدت جوشش ۵ دقیقه
باشد باین طریق جوشش را تعقیم نمیگویند .

مسئله تعقیم انجخواهیم بلکه نیست و اینم درینجا
منفصل آشج و بسط دهیم مگر انجخواهیم قارئین کرام راحض
معرفی نماییم که اگر شیر تازه از زیر پایی گاو خوردست
را تعقیم نموده در بغل گذارد و سرمه توبل را خوب بخاک
نمکم سازند و مدت درازی می پاید .

هر چند شیر معقم باشیر مادر مساوات و بر اری
نمی تواند ولی شک نیست که حفاظت و نگاه کردن تبر
مدت میدی که لائق خوردن اطفال بوده از مروج

۴۸

بگل تنقیه پاشنه باشد از فتوحات علم و کشفیات بحضور
 حاضر است که اندیشت تعالی فرزند خان پاین بود.
 حیات بخشش هزاران نفوذ شیر خواره گردیده
 جانشان را از توهنه مرک نجات بخشیده.
 هنوز بعد ازین چهار حسنه طهای لازمه دیگری که
 در استعمال شیر با جراحت آمد.

تغییر شیر بواسطه حمام مریم

طریق دیگری از برای تنقیه شیر و گرم کردن آنهم
 در میان مردم رواج دارد که از قدمی برای حفاظت میوهها
 و سبزیات و شیر معروف و مستعمل است.

شیر را درین طریقه به صد درجه میزان حرارت مسمی

۹۹

جوش می آرند - هر چیز را که در میان آب جوشان
 برای گرم کردن بکند از نداجچه گرام کردن تا تختین سطح را حمایت کنند
 میباشد - و آنها برای این قسم تختین را با شکال و طبائع

مختلف ساخته اند

جوش یا گرم کردن شبیر باین طریق هم چندن
 باکی ندارد - ولی تعقیم و پاپش شبیر باین طریق بسیار
 از طریق سابق بیشتر و دوامش اکثری

شبیر که در جودت و خوبی آن سیچ شک
 و شبیره باقی نمی ماند همان است که شبیره با
 خوب سرمه ملکم یکده فقه بمقدار دافی برای عذری
 طفل پدرست یکم زیاد شبیره از هر کوچه لوث

۶۰

و آلائش محفوظی ماند.

در بیان رضاعه صنایعیه

هرگاه اطفال غریب و مساکین کدام سبی
از شیر ما در خودشان محروم گردند و اجب است
بشیر حیوان پرورش یابند. شیر کاو قرار بیان
سابق برای شان خوب است.

و چون حرارت شیر در وقت برآمد
از پستان برابر بحرارت جسم ما در می بایشد
لازم که طفل را شیر سرد نمایم بلکه بـ ۳ درجه
میزان حرارت (سانانی گله) بر سانیم.
مگر آیا طفل را شیر خالص صاف نمایم.

۷۱

یا چیزی آب دران بیا میزیم؟ از اینجا که قاعده‌گلی
هر جی درین مباب نیست تقریر شایسته بجواب
این مسئله هم نمی‌توان نمود.
بلکه لازم است بهضم اطفال توجه و دقت کامل
بعض اطفال از همان روز و لادت شیر خاص
را بهضم می‌توانند و بعضی تا اند کی آب دران نیا میزند.
اصلًا بهضم نمی‌توانند.

آمیزش شیر هم در دو ماه یا سه ماه اول
نمی‌باشد و بعد ازان اگر بیا میزند بندرت خواهد بود
بهر حال باید آب جوش داده باشد اگر اندک
قند هم بشیر بیا میزند باک ندارد تا بهتمدرا سکان

۷۲-

مناسبت (وقریت) بمشیر را در پیدا کند. مقدار قند
باشد تقریباً در یک لتر مشیر (۱۰) گرام قند بینه
و بقرار عادت قند را اول بهمان مقدار معین آجوش
آب میکنند و باز مشربت را بشیر می‌آمیزند. هرگز
شیر بهین صفت جهیزگر دید آیا طفل را بطور نوشاندن
بحور اینم یا بطور مکیدن و برای شیر پیاله و قاشق بکار
است یا پستان صناعی ؟ .

به طریق که شیرش دامیم جواز دارد
ولی بشر طبی که از احتیاطهای لازمه که
در ذیل بیان می‌شود غفلت نورزیم .

۳۷

احستیا طات لازمه در شیراز
بو سطه قاشق پیاله یا اپستان صنایع
استعمال قاشق

واجب است پیش از هر چیز قاشق را
با ب جوشان غوطه داده خوب بشویند و قاشق
و پیاله شیر را نزدیک به پیش دست بگذارند
و بعد ازان طفل را بر سر هر دو زانو بگذارند و بیکدست
سر اورا بالا گرفته بدست دیگر سر قاشق را بزمی و بین
هر دو لب شکذا ششة آنک آنک دسته قاشق
بالا کنند تا شیر بهدارا و کم کم مخلوق او فرورود و چون
طفل افقی و راستان خواب بوده پایه باشد بنده

۶۷

و سرش پست آر باشد شیر نه هند زیرا باین رقم
شیر دادن سبب اختناق و خفه شدن گلوکوئی طفل
میگردد .

استعمال پیاله

در استعمال پیاله هم لازم است که پاکی
و نظافت سابق را محفوظ دارند . و خود پیاله باید محکم
باشد تا از شکستن پیاله و بخروج شدن طفل
این باشیم . و باید پیاله لبالب نباشد
 بلکه هر بار کم در آن شیر بیسند ازند .

ستن طفل هر چه باشد باید او را ببرت
 و شتاب زدگی شیر نه هند .

بلکه هر قدرست او خود تردد کو چکتر باشد در داشت
با و همانقدر توانی دارای لازم است .
پستان صنایعی درین پنجم حاضر مركب
از یک شیشه سندیر اشکن و یک سرپستان
سیماش .

پستان صنایعی باید انبوب دار نباشد
بلکه پستان انبوب دار حظر ناک بشمار می آید و بهتر است
که پستان ساده و بسیط بوده و پاک کردن
و شستشو آسان باشد .

باید در پستان صنایعی سه شیر افزون شود از حجابت
نمایند مثلاً هر کاهه یعنی زنیم که طفل دارد و قیقه های بزرگ دارد

پستان مادر را میگیرد و اجب میگردد که غذاي صناعي را هم
در برابر بيمان دست (مشائدها و قيقمه بعد) ب طفل تذکير
و چون شير خلاص طفل از غذا خوردن فague شود
واجب است لب و دهان او را پاک كرسيم و نيز
هر بار که طفل از غذا فague گردد لازم است که پستان
را با حمله اش اوقل صاف و پاک سازيم
و بعد ازان (تاتا وقت که طفل باز شير خورد)
در آب جوشش داده بگذاريم .
و بيشتر ضرر پستان صناعي از سبب
حمله است که از مطاط میباشد و ازان بان
طفل با انواع مرضا میگیرد .

از انجماله (سلاق) یا (قلاع) مرضی است که در بین
برای طفول عارض می شود و آن مرضی است که بحق طفول
از ترش شدن شیر پیدامی شود و این مرض نقطه
و خالهای سفید است که بر هر دو لب ظاهر میگردد
هرگاه پنجه خالهای نقطه‌ها در لبان طفول به نظر برخورد و حقیق
کشت که از قطرات شیر نیست و اجب است
که فی الحال طبیب را بخواهند .

احستیا طهای لازمه عدالت
در بعض احوال خصوصی هست کام رضا
دو اهم احستیا که در اثنای رضاعت بکارت
 حاجت بر غیریب و تذکار ندارد - مگر اینقدر فراموش

۴۸

مان نگردد که هر قدر طفل بیچاره خود را خوب نماید
 همانقدر تا پنجم مقاومت امراض در وکم بوده عرضه
 مرض بیشتر میگردد .

و نیز باید بداینم فصلی که (درین فصول چهارگانه)
 کشیده اطفال است یعنی فصل تابستان است
 که این بیچاره گان ناتوان را بخطره باشند و زیستگی بزرگ
 می اندازو .

درین ماہ با هر قدر احتیاط کنیم باز هم
 با دایی بعض امور را اجراه قیام کرده بسیه تواینم بهمکی
 از دست است مان پوره نبی شود زیرا خلل و شواره است که
 شیر را بخاطت کرده نمایم که مایه شود و ترشیش گیرد .

۶۹

و اوقاتی که طفل دندان میکشد نیز استیا طنجه
لازم است و باید بعذای او قوچه مخصوصی داشته باشیم
رضاعت مخلطه

وقتیکه شیر زدن کم بوده برای خذاي طفل
کفایست تکنده و اجنبید است قدری شیر چون آمده
همیا داریم تا خدا میشکنایت شود - همین صفات
در رضاعت مخلطه میگویند زیرا از هر دو رضاعت طبیعی
و صناعی ترکیب یافته .

(ظرفی که در رضاعت مخلطه حمال شود)

اسبابی که همین از عهدہ ولاوت طفل مقصی
باشد رضاعت مخلطه میگردد علت و شایان

۸۰

یا از طرف مادر است یا از جانب شیر خواره
اگر از طرف مادر باشد شیر او بقدر کفايت نمیباشد
باید فراموش نسازیم که زنان اکثر اوقات
در اول های زچه کی خود شان نمیتوانند اولاد را
شیر کافی بدهند. و شیر شان جاری نمیشود گردو سه
هفتة بعد و بعضی از زنان تا یک ماه دو ماہ نمیتوانند
شیر کافی دهند. و بعضی را مدت درازی بعد از دو ماه
نیز حال بدینوال است و با وجود این مردم چندان
نمی فهمند ولی خلی دارای اهمیت یک سخنی است.
و چون شیر خواره در روزهای اول شیر
مقدار کافی نیا به سبب تشویش خاطر و نومیدی مادر

۸۱

و متعلقین نیکردو - گراین سخن چندان مستوجب ننماید

نیباشد .

بعضی از زنان بگمان کم شیری طفل خود را

شیر نمیدهند و اگر از ایشان از همت کم شیری بپرسیم

که چند وقت می‌شود همین قدر خواهند گفت

که چند روز شیر خودمان را تخریب کرده ایم .

ولی تخریب چند روز بعد را آن نمیکردو که از شیر

دادن طفل خود باز استند بلکه مادر باعی مشق را

لازم است بگاه های داشتیر دادن او لاد خودشان

دوام و اصرار روزند و درین باب خلی کوشش بگذند

و از خطره هایی که از رضاعت صفتی حادث شود

۸۲

طفل خود را حفاظت نمایند .

رضاعت صناعی چه می باشد .

هرگاه رضاعت صناعی کرنوار آئینم دوچشم
 فراموش مان باید نشود . او اشیرزن هضم
 شیر حیوان سیباشد اگر خوب بدقت ملاحظه فرمایم
 می بینم که تنها شیر کارا اگر هر قدر کم هم باشد طفل سختی
 هضم میکند و چون پیش از این اندکی شیر مادر خود خورده
 باز شیر کارا بخورد بخوبی هضم میستواند . همین کیفیت مارا
 بر هضم بودن شیر مادر قابل ساخته .

ثانیاً هر قدر پستان مکیده شود شیرش
 فرون میگردد و چون محصول شیر مادر کافی نباشد هم لازم

۸۳

که اولًا طفل خود را از شیر خود نپییر ساخته بعد از آن
شیرگاو سیرش سازد. ولی اگر طفل اول از پستان مادر
شیر نپییر خورد و باز دو ساعت بعد مقدار لازم از
شیرگاو با و بخوراند این کار خیلی بد است زیرا در اول شیر
خوار کی تبدیل پستان مادر به پستان صنای
طفل را از عملیت هضم که شیر مادر مساعده آن می‌شود
محروم می‌کردند.

و چون طفل کلا نتر باشد یعنی از چار ماہه تا ده ماہه
محکم است اور از یک شیر بدینقل «اده به بینی» که
شیرگاو را خوب بضم می‌کند یعنی و اگر خوبی بضم تو اند بعفاد گور
چه سخواه بجز دو پشم روشن ماهکم اود ای شیرگاو پر شرش «اده

۸۲ حریت و آزادی اپالی را تبریک میگوئیم .

باب سوم
 برای دریافت نبوی طفل توکردن و کفایت مکنید
 و چون یک دوبار تو شرس کنیم معلوم می شود که تقدش
 در روز بیانی اول کم بوده و به شاهد رسمیده است که نقصان
شقل و طفل اکثر میباشد و غالباً زیادت و چاغی

طفل را توکردن در هفت بیانار دوبار خیل خوبست زیرا درجه لموه بالینی داشته
 یکیفیت غذایش اهم تجویض معلوم میگردد . و این سخن بیانی است که افزونی وزن طفل نشان
 صحبت میباشد . وزن طفل در اول و لادت تقریباً هفت رطل انگلیزی شنبه و در هفدهم اول نجفی
 بلکه در سه روزه ای از نسبت بین لادت لاغر میگردد و این نقصان لاغری تقریباً تا دروز دهم میباشد .
 و بعد از آن بدرنج گوشست گرفته میروند بالینیش (از سه اوایق تا ه) در هفته میباشد و در هفده
 زیادت هفدهم (۶) اوایق تقریباً میباشد . پس طفلی که در وقت لادت ، طفل انگلیسی باشد
 در آخر هفته (۷) تقریباً دو طفل افزون گشته به و طفل میرسد در آخر ماه سوم ۱۰ رطل در آخر هفته (۸)
 ۱۴ رطل در آخر ماو نهم ۲۰ رطل در آخر سال اول ۲۲ رطل میگردد . (رباتی هاشمی در صفحه ۱۵)

۸۵

از روز پنجم ولادت آغاز میکند و از همین حین است که
 میورزو پس توسط چاعنی در ظرف ماه اول یومنی
 از ۲۵ تا ۳۰ گرام و ماهانه (۷۵۰) تا (۹۰۰) گرام
 میباشد و در سه ماه دیگر که دوم و سوم و چهارم باشد
 زیادت یومنی ۲۳ گرام و ماهانه (۶۹۰) گرام می آید
 و در ماه پنجم و ششم روزانه ۲۰ گرام و یک ماهانه ۱۶ گرام

علی العموم سیستوان گفت که در آخر ماه پنجم دوچند ولادت و در آخر سن اول یعنی
 ولادت می شوند. هر کاه وزن طفول از مقدار مذکور کمتر باشد و اجب است با وقار
 رضاعه درسته و تدبیر آن توجه مخصوص نبود اگر مشیر از کفاایت کم باشد زیاد کش
 سازیم و اگر دهنی باشد بخوبیش بکوشیم و لازم است باین توجه و تدبیر قاعده
 نورزیده طفول را به طبیب نشان دهیم تا تندستیش برای مالیقین گردد.
 طول طفول و بلندی قامش در اول ولادت ۱۹ قیطره و در آخر سن ششم ۲۴
 ۲۶ دوچند اول (۳۱) قیطره و در آخر سن چهارم ۳۸ قیطره بینی و دوچند طول
 روز ولادت میباشد. و احياناً طفول خلی بسرعت دروزن و طول زیادت میکند و با وجود اینچه میل

۸۶

چانع میکردو در ماه هفتم روزانه ۲۸ گرام و جمله در ماه
۳۰ گرام می باید در ماه هشتم ۱۰۵ است
که زیاد است یو میه که اگر امه شود در ماه نهم زیاد است
هر روزه ۱۳ گرام است که از ماه کامل ۳۹ گردو
در ماه دهم روزانه ۱۲ گرام و ماه کامل ۳۷ میباشد
در ماه یازدهم زیاد است روزینه ۱۰ و از ماه ۳۰۰
ظاہر میکردو در ماه دوازدهم روزینه ۸ و ماهانه ۲۳۰
گرام است در آخر ماه پنجم طفل دو چند وزن لاد است
خودش می باید ازین بیان معلوم گردید که بیشتر
نمی طفل در چند ماه اول خصوصاً در چهار ماه اول
میباشد تخفی مباد که این رقم تخفی دوچه و سط میباشد

۸۶

و گرنه نمای حقیقی یومیه اختلاف بسیاری دارد
چنانکه گاهی از درجه مسطور پکشید گاهی فزو نترمی شود
اما اطفال اول باری (خوبیست) که شیر او را باری
پروردش می‌سیند نمای شان در همه های اول خیلی تغییر
می‌باشد. بخلاف اطفالی که مادرهای شان کمتر
نیز اطفال دیگر را شیر داده‌اند.
تول کردن اطفال خیلی عادت خوبی است
بشر طبی که اسباب باعث لاغری و نمای
آنها را بداینم.

هرگاه از تول مُطْرِدَ او پی در پی نقصان (لاغری)
 طفل معلوم شد ظاہر است مریض می‌باشد.

و اگر زیاده می برآید مکمل لازم است سبیش با
معلوم نموده پاحوال اخیلی التفات و توجه مبذول فرمیم

دلی ترس و بیمی بخود راه نداشتم .
این یک سخن معلوم است که اگر بخواهیم
هر روزه نمود کرده مطرد آزادی داشت پذیره امری است
که عقل قبول شر ندارد .

ازینجا و از نتیجه که طفل را توکردن درکنیم :
حالش بودن چندان باکی ندارد مگر بشرطی که نستیج
وزن را خوب فکر و تشخیص نماییم .

وزن کردن طفل را بترابه و چندان از کار پایی
ضرور شمارنمی شود زیرا ممکن است ازان مستغنى کریم

۸۹

لذا کسانیکه قدرت بخوبی از آن ندارند باشند.
چندی احوال طفول را بتدیرج ملاحظه کرده و پیدا کنم
شیر خوردن و هضم و نمودنیش هرسه خوب است. اگر باشد
میتواند سیم باحوال عمومی صحبت و مرض اطفال
جلب نظر وقت نمایم.

نشان صحبت طفول و خوبی غذای او آنست که
در حالت بیداری برنگ و روی خوش و رسانار
پر گوشت و گردی روی و چشمان مست باشد
و پوست بدن زرم و شفاف و گوشتش صلب
و سخت بوده شکرش لاغر و هموار و صدیق سخت باشد
اما طفلی که تندرست نبوده غذایش روئی باشد

۹۰

زنگش زردو^{نکنخ} بای حشمش است و خلط خلط میباشد
و نشانی دیگری هم هست که خیلی دارای اهمیت میباشد
باید از آن غفلت نورزیم و آن این است که غالباً
اطفال از شکل و هیئت خود تغییر میخورد زیرا استخوانها
کاسه سرمانند اشخاص کلان پرگوش است پوره نمیباشد
و بواسطه پوده تازه یکجا جمع شده است. وقتیکه
آنکشت ابهام را آهسته بر فرق سرش بگذرانیم
درین هر دو استخوان میان سرشگاف و چخوری حس
میجاییم و چون آنکشت ابهام را از انجانز دیگر
بطرف پیشانی فراریم فضای غشائی حس میکنیم
که آن را (یافوخ) وزمه سرگویند. و چون طفول جو

۹۱

و تندرست باشد یا فوح تازه و سخت میباشد و هرگاه
بر عکس طفل علیل و ردئی الغذا باشد یا فوح ظاهر خود
و شست و کاوک بوده که هم باقی است و هم پشم
معلوم نی شود - میدانید چرا اینچن است؟ بله وزیر
امتنان کا سه سر مواد سائلی است که حفاظت
مغز سرو طیقه اوست و این سائل مواد غذایی هم
دارد پس هرگاه طفل شیر کافی نیاید یا شیرش
غذای صالح برای بدنه فشود همان سائل غذایی کشته
بعض اجزای آن بعض دیگر امتحن و هر قدر نهان سائل
کم شود امتنان نهایی سرمه زدیک شده
و پرده که امتنان نهاد را بهم ربط داده شکافی ظاهر میگردید

۹۲

معلوم است که یافخ ترازوی دزن برای اطفال
محتاجان میتوانشد .
حال چیچک

از اعراض متعددی که خیلی برای اطفال هائلومند
ثابت شده می چیچک می باشد و برای مان
لازم است طفهای خودمان را ازان حفاظت نماییم
تقرباً یک قرن می شود (چز) نام داکتر انگلیسی
کشف این مسئلہ فرموده دلیل و برهان بران قامه نمود
که اطفال از حال زدن گرفتار این مرض نمیگردند .
و چون همه اطفال موجود بروی گره ارض در
وقت لازم حال زده می شدند و باز در هفت سال

۹۳

حال را اعاده و تکرار میکردن امروز این مرض کامل محو
 و متلاشی می بود ولی مع الاسف بر سیاری از مردم
 بواسطه فساد افکار و خیالات خودشان بصلاح خان
 نمی فهمند و اقرار ندارند و این ماده تا فخر زبانی اولاد
 خودشان پرزو نمیکنند ازین است که اکثری
 اطفال را حال نمیزند .

و چون این مرض همکار خیلی بسرعت تقدیم
 و سرایت دارد در وقت یکم پیدائی شود و بعضی گرفقاً
 آن میگردد باید طفل خود را پیش از چیزی که شیوه
 حال نمیخم .

بر عجم بعضی حال زدن طفل را بر سیار خورد را

۹۲

سبب بعضی خطره پا میگردد و بعقیده بعضی در هر وقت
و موسم خوب نمیشوند، ولی لازم است اشخاص عاقل
گوش باین خرافات نگرفته هر وقت که باشد
او لا دخود را خال ننمد.

هو اخوری اطفال - قاعده عمومی
وقتیکه هوای بیرون از (۱۰) فوقی صفر
پست تریا از (۲۸) درجه بلند باشد خوب نیست
طفل را که کا هی نبرآمده هو اخوری برآرد. و چون هوای
معتدل یا ستن طفل کلان باشد ممکن است طفل را
در او قاتیکه گرمی بشکند کم کم هو اخوری بشکند
در شمال بسیار سخت و آفتاب بسیار گرم از هو اخوری

۹۵

پرها نیز لازم است در وقت هواخوری لازم است
روی طفل را په و ستمال زم و نیاز کی پست کنند
که در چشم شگرد و غبار و مکس داخل نکردو - خلاصه
هواخوری اطفال صحیانه بهتر است از دیگرانه
طفل بسیار خورد را در وقت هواخوری بهتر است
و سر بردو دست بگیریم - و چون یک قدری کلان کیم
بلی پایه کی بهتر می شناید - و بهترینی تپ دار
چهار عزاده می شناسد در زستان لازم است
طفل را بقطیفه و شالی بپوشانم که خنک نخورد -
و در سردی زور بهتر است بوتلی را با سب گرم پز کرده
به پهلویش بگذاریم که خیلی فائدہ دارد .

۹۶

وَنْدَانْ كَشِيدَنْ

طفل تقریباً بششماده کی آغاز بدندان کشیدن
 مینماید. ولی این قاعده کلی نیست زیرا وقت روئیدن
 آن خلی خلاف دارد و بشاهده رسیده است
 که دندان عادت چند تا یکجا می براید. و در میان برآمدن
 هرچوره تا چوره دیگر چند ماه تا خیر و فاصله می باشد
 غالباً ترتیب ظهور دندانها بر حسب مشاهده قرار دیل
 می باشد.

(۱) هر دو شیر دندان پیش وی پائین (۲) هر دو شیر دندان پیش رو بالا
 (۳) هر دو ربا عیجه پائین (۴) ربا عیجه تکین بالا

٩٤

وچون اطفالی که غذاي کافى نمی یابند یا مرض
میباشد هستن دندان شان چنان با تنظام بروده
پس می آفتد سختن است ترتیب فوق را داشته
بحال اطفالی که دندان شان بی ترتیب براید یا بک
دندان کشیدن را سیده همراه بازیج دندان نکشیده هم
توجه خاصی مبذول فرمائیم .

اطفال در اوقات دندان کشیدن چنان تندست
و سخت سرقوی نمی باشند بلکه احوال شان تنگ بود
مزاج شان بسرعت قبول هر چیز میشوند .
خیلی نادر است طفل دندان کشید و هر چیز فشود
بلکه غالباً در نیو قوت در قوئه های ضممه شان اضطراب

۹۸

و خوری راه یافته قی و اسهال برای شان عارض میگیرد
و بزودی زکامی شوند لذا در وقت ظهور وزان خیلی
احیاط درخواست و حافظت احوال شان لازم است.
بعض اطفال را علاوه بر خود خوبی قیو عرضی مانند
درین بیره و درود اجیاناً و خون آن عارض میگردد.
در نیو وقت اکثر زنان از ناداری پرداز و علاج زنان
رجوع مینمایند. ولی قاعدۀ گلی است که باید
بسیاری علاج برای دمکم (داکتر) بوده. هر دو اسرائیل و
بطفل نمیشون.

برسر پا آمدن طفل
غالباً اطفال حرکت نمیتوانند بلکه که دست شان را بکشند

۹۹

یا ایشان را برداریم - و هر قدر طفل قوی و سالم است
باشد هم بزرگ نشاند شش چندان لازم نیست
مگر در ماه چهارم یا پنجم و درینوقت بپارفته نمی تواند
مگر به لشکر یا چار عوک میکند و بر دسته ها وزانهای خود
نمکیه می نماید - بعد از آن بنایی بر خاستن میکند و درست
ایستاده شدن را تعلیم میکند و - بعد از آن یک پاره از
پای دیگر دور میکند و بنایی قدم زدن را میکند از دو
پس ازان برقرار آغاز می نماید -
چه وقتی اطفال را میسر و دوکن می کنند
وقت لازم است راه برداشتن
بر سر آمدان و راه رفتن طفل نیز مانند دندان کشیدن

۱۰۰

وقت د تاریخ معیتی ندارد غالباً اطفال جور و تند رست
در یک ساله کی و یک ساله کی بر سر پانی آیند. بعضی
که پیش از یک سال راه روند پیش دستی میکنند.
و بعضی که پس از دو سال بر سر راه رفتن بایند
پس میمانند.

و غالباً اطفالی که دیر برلو رفتن بایند
یا به غذای خوب پرورش نیافتداند یا ناجور میباشد
بنابرین طفلی که یک ساله شود و راه زود لازم است
که بسیار متوجه حال او گردیم. هرگاه همان ظهور
پایه باش وقت نداشت و استاده شده نمیتوانست
لازم است بطیب حواله اش نمایم.

۱۰۱

احست یا طهای لازمه
وقتیکه طفل بدرجہ رسید کہ ہر چیز را بدست میکند
باید چیز ہائی تیز مانند کار و چاقو و سوزن اشیائی کم
مانند چائی وغیرہ را پیش اونما نند زیرا ہر چیز را کہ طفل بگیرد
فی الحال بدین میکند بنابرین بسیار حست یا ط لازم است
کہ چیز بخس یا مضر انخورد و در پیش اونچیج چیز نگذاند
کہ مبادا چیزی را قوت کرده در گلوشیں بند ماند و خفه شو.

اسباب بازی

باید اشیائی لعب و بازی اطفال تیز و بُرمندہ و روغن دگی
نباشد و وقتیکہ اطفال نزدیک غذا کشیدن مشوند لفاب
و ہر شان بسیار میکردو ازین سبب ہرچہ بدست شان آید

۱۰۳

پدرهای خود میکنند پس درین وقت لازم است که اسباب بازی و
 از پریز مخصوص مانند دندان فلیل یا استخوان باشد.
 و نیز بسیار احتیاط کنند که هیچ شاهنامه ایش سُتره و پاک باشد
 هرگاه طفل نو بر شستن باید لازم است که تو شکجه یا پریز
 بزرگ پاشیش بگذاریم و نمانم که بر زمین خشک خالی بشیند.
 بهاید پیچکاه گذاریم وست خود را پراغ یا آتش یا غیره
 پیش گذار که می سوزد. هرگاه بزرگیں بفتد باید از یک دش
 گرفته بالا نگینیم زیرا که اکثر شانه ایش می بردید.

از شیر جدا کردن

وقت شیر جدا کردن طفل باعث بارش و نما و صحنه
 و برآمدن دندان او میباشد. و بهتر است بیکماله کی جوش و

۱۰۴

چرا که از برآمدن دنیان علوم پیشود که حالا شیر خالص
 بعض نان آب کفایت نمیکند و چون طفل پنجم سال است
 و هنوز تهمه اشیر باشد بهینه خلی خضرر دارد چرا که دنیان شیر
 در اه رفت و را پس می آورد

طفل را در تابستان یا که ناجور باشد از شیر بپرسد

و تا حکم است طفل اعادت سازند که چیزی از شیر که وجود نداشت

باشد اطفال از شیر بپرسد لایغراز شیر و تخم

و تلخوان گستاخ می باشد زیرا چیزی دیگر نداشته

طفلی که عادت باشیر دارد و هنوز چیزی دیگر نخورد باید

غذایش چیزی باشی ایکین و لطیف باشد برای طفل نهایی داشته

مانند تخم و خیره اشیای نجاشی ملازم است تا ملکه شیر

۱۰۷

غذايش كامل شود .

غذاي طفل بمقدار كفايت لازم است باید کاهي
علاوه نمیکند که ضرر دارد طفل را ناجور میکند .

وازپن سبب باید هر روزه یکبار قدری (هر یاره)
با شیر علاوه کرده طفل را خوارانیم . و چون دیدیم که خوب
هضم میکند روز دو بار بدایم .

راي طفل درین سن شیر و هر یاره و قسطی میگفت
میکند که ماتحت الامکان مقدار خوارا که دیگر غذت
هر دور اخوب بدانیم .

چنانکه شیر را خوب جوش داده یا (تعقیم) نموده
لی گند یا با گند صاف ساخته روزی هم بار یاره بار

۱۰۵

همراه قاشق بطفل بهیم و درینوقت احتیاط بسیار کنیم
چنانکه در شیر دادن صنایع گفته بودیم .

صفت هم برده پختن بروجہ ذیل است .

اولاً دیگر ستره را قدری شیر از اخنة بر سر آتش

گذاشیم و یک قاشق خور و تلخان گشتم را در آب خوب

صف از اخنة قاشق بزینیم که خوب گذ و حل شود . و چون

دیدیم شیر آغاز به جوشش گذاشته تلخان آب

کرده کی را در میان شیر از اخنة ده و قیقه شور داده

از سر آتش فراریم که پخته شده ، درینوقت

قدری قند بآن اضافه نماییم .

باید هر بار هر سده تازه پخته طفل را بدیم

۱۰۴

هر مردہ باسی را دوبار سه بار گرم کرده با وند تیکم که لائق
خوارک او نیست باشد .

و می شود که قوه هاضمه اور ادیده از اولع تلخان
هر مردہ پیزیم - هرگاه قبض بوده کم سرپا کرفته می شد
از تلخان جو (هر مرد) لازم است - و چون چند بار
سرپا کرفته می شد و معده اشتر تلیین بود هر مرد تلخان
برنج و نالیار مناسب است .

بعد ازان در مقدار عذرای او زیاده و نقصان نمیکنیم
گر و قوت یکه و نظیفه هضم یا احوال خود طفل یا نتیجه تول
اور امتحان نمائیم . بعد ازان غذاش را زردی تنفس آمیخته
هر راه شیر را هر مرد میکنیم - و بعد ازان کامل زردی

۱۰۶

و سفیدی تخم غذا مقرنی شود چرا که تخم غذای خوبی است
خصوص تخمی که تازه مرغ داده باشد - و پر تخم گرد بات
ضرر هم خلط نمی شود گراید که تخم را ازاندازه بسیار بخورد
چنانکه بعض زنان ندادن روز سه چهار دان تخم بطفل میدهند.
غالب تخم قبض و اسکار می آرد و چون طفل متواتر
از ان بخورد سختی و سوچضم و اسهال پیش میکند و چون تخم
و هر یه بخورد هضم او خوب نمیگردد .

و از سبزی باب تخمیره کچالو برآشیس مناسب است
و باید مقدار آش کم باشد گرد و قست کیله سوچضم پیش کند
فی الحال رجوع به تنهای سشیری شود .

پیشنه ملاحظه احوالی طفل در تابستان فرمی لازمت

۱۰۸

چنانکه در سال اول نیز همین ملاحظه رعایت می شد: هنگامیکه
طفل بر سر میز نان و دسته خوان بنشیند هر غذائی را که
بیسند میل بخوردنش میکشد، در نیو قوت برای مالازم است
جلو نفس اور انما نیم یله بوده هرچه خواهد بخورد و گرنه سبب مغض
و ناجوری او میگردید.

ازین سبب لازم است طفل را با خود کجا
بر سر دستار خوان نشستایم بلکه اورا علیحده نان بدئیم
تا خلن حفظ صحت او زسد

تمام شد

بعون اللہ الملائکه الوراب

از د گر ما مورین و منسوین شان در باریکاب
ازو شان استقبال فرمودند و جلالتمام سفیر
صاحب فرانسه و عالیقدر مستشار سفارت کبرای
اران مقیمه کابل در بگرامی و چمی از افراد دگر
مناطق عرض راه ازو شان پذیرای نمودند.

بالآخره بروز پنجمینه دسته جات متعدده
 تمام طبقات ملی با چهره های خندان در حالیکه
لباس های نظین در برداشتند کنار جاده بزرگ
جلال آباد را از حد تپه بلخ الی وزارت حربیه که
منطقه پذیرای اوشان تعین و بجهنم دروازه های
علی العال زین، و تمام خط حرکت و الا حضرت
مددوح به پیرقاها و گلهای آراسته شده بود، اشغال
و با یک وضع سرور آمیخته با ابتسامات فرحت
باری مقدم این چنان فانخر انتظار میکشیدند.

وقیکه ساعت ۱۰ نیم فرار رسید حضر تعالی
افخم سردار شاه ولیخان فاتح کابل بسواری موتو
بارقاای همسفر خود رونق افزایی سپاه سنگ شدند
درین منطقه و، ج رئیس صاحب بلدیه و سائز
اعزه و معارف و تجار و اهالی شهر که قبل اصف
بسته احترام بودند از ایشان استقبال خوبی نمودند
والا حضرت سردار شاه ولیخان نیز با ایشان
احوال پرسی و اطمینان تلف و گرم جوشی فرموده

عمری زیسته بوجدر حاره بی خی
• اندر اساس و سطوت من رخنه پانهداد)
ی ای فاتح مجاهده تل خوش آمدی
ی ای دری عدیل مجال خوش آمدی
ی ای هستیم قدای قدم تو خوش نزاد)
ت جانم بلب رسیده و عمرم بکو تیست
ت از سازو برق قرت هست کفم تیست
ت سرداست در همه بدنم خون اتحاد)
ام از خاندان و خویش عنیزان گذشته ام
ام از راحت و مسرتو ارمان گذشته ام
ام ای میدم نجات تو یا سرتوان نهاد)
بعی افتاد در تعاقب یک عنزه بس رفیع
بعی فرمود فکر همراه باران خود و سیع
بعی ای هر که شمه ز بیاش دم یاد)
ت منزلگه حیات شرافت نشان ماست
ت دیدار او مفرح جسم و روان ماست
ت با من کنید از پی تخلیصش اجتماد)
ت نظاره نجات وطن خوش مسرت است
ت از هر کدام شما فخر و عزت است
ت از هر السیام چرا حات این بنlad)
نم ایست از برای عنیزان نصیحت
نم گویند هر یکی ز خلاصی ملتمن
احتم ای سوده با شم از پی آرام ملک شاد)

و بروزی و بسته و اصراران بدختی دید
مارادریک اختناق شدیدی در آرزوی بود و این العین
بی تکر م که حیات غیر مخاطبانه؛ انسان را
با چه مخاطرات نوام و خبط و خطا در زندگی
خواه اجتماعی و با افرادی باشد، انساز ایاعده
مشکلات و چه مصائب متلاشی ساره؟
الله در نتیجه اینقدر مصائب و زحمات
انسان کار دیده و دانسته می شود و تقویت زیادی
حاصل می شاید.

تجارب انسان برای خود انسان محصول
قیمت دار حیات و دستور زندگانی آئینه است
اما برای انسان او علمی است که در آنده دست
آهای اند.

پس گفت میتوانم که اقلاب یا بحران
وطن تجارت رافع بدنست ما داده است آن تجربه
عبارت از اتحاد و اتفاق و رفع نفاق و شفاق
و دوری از هرسات نفسانی، و کثارة جوئی
از هر ناملانبات روحی و اخلاقی، و روی کار
آوردن یک رژیم اعتدالی مطابق تمامی روحی و
اخلاقی ملت و ائتلاف تمام طبقات روحاںیون و
ادبا و سیاسیون مملکت است.

زیرا همیشه افراد و جمیع افراد این بود
در سیر حیات خود معروض اقلایات میشوند
اقلایات از خود عوامل میداشته باشند
چند علت یک معلول را روی کار می آورد
در حیات و زندگانی انسانها قبیل معلولات جدیدی
بظهور میرسد اول تعلل آنرا می سنجند و ازان
نتیجه و تجربه می آموزند.

اقلایات یا اخراج اجتماعی دائمًا عوامل کلیه
و جزئیه را دار است هر گاه در یک بحران
اجتماعی علل و اسباب آن بکلی فبده شدند و ازان
جلو گیری نشود باز اقلایات یا بحران های
مکرر رومیدهند.

حالا اغتشاش و بحران وطن را نباید کسی
بالظر سطحی و بدون هیچ اسباب و علل توییک امر
تصادی تعییر کند و ازان هیچ تجربه و نتیجه
گرفته نشود.

برای سنجش چنین عوامل ارباب فکر و فلم
همیشه بایست نظریات خود را اجماعه تقدیم میایند
خصوصاً در موقعیکه مخصر عن بذ کار و باد آوری