

شش

روزنامه ایست اخلاقی و بچه داری و خانه داری و مسلك
مستقیمش تربیت نسوان و دوشیزه كان و تصفیة
اخلاق زنان و غیره و غیره است

قیمت اشتراك

یکساله شش ماهه

طهران ۶ قران ۴ قران

ولایات داخله ۹ قران ۵ قران

ممالک خارجه ۴ فرانك ۲ فرانك

تك نمره طهران ۴ شاهی

سایر ولایات ۵ شاهی

ماعمی دو نمره طبع و نشر

خواهد شد

محل اداره

طهران خیابان علاء الدوله نمره ۲۴

صاحبه امتیاز و مدیره

خانم دکتر کحال

مقالا تیکه بامسلك جریده موافقت دارد

پذیرفته خواهد شد

مکاتیب وارده بصاحبانش مسترد نمیشود

اعلا نات سطرى يك قران

اعلان

منازه پنه دیس

خیابان علاء الدوله ، مقابل خانه سهام
 الدوله انواع و اقسام شیرینیجات و
 نانهای مختلف از قبیل بیسکویت و
 کوکی و نان چای و همه قسم مرباجات
 صحیح با اشیاء خرازی راجع به خواتین
 وارد کرده است از قبیل شانها که مخصوص
 بستن کیسو است ... دستکشها ... کیف
 جیب و دستی ... دستمالها ... صابون
 های عطری و اقسام عطریات و کل
 های مصنوعی و کیسو های عاریه
 پیچیده بطرز فرنگی

تبرید بهار

اغلب مبادقت که در بهار موسوم پرور خبیلی
 امراض است مثلا سوء هضم حالت عصبانی
 قفس و غیره
 بیشتر امخاص را که میباشند می بینید در این
 فصل اظهار کمالت و رنجوری نموده برای تقویت
 مزاج در تدارک میباشند امخاص بی علم که اظهار
 کمال آنها را میخوانند میکنند بهار است همین حال
 بانسان دست خواهد داد و چند دستور العمل نامناسب
 باز میدهند از قدیم الایام مردم مبادقت که فصل
 بهار موسوم حدوث و بروز امراض است و هر که هر
 علتی داشته باشد پرور میکند و درصدد مداوای آن

میشوند ولی این تبرید و مداوا که مردم میکنند
 بیشتر آنها علتی ندارند جز آنکه دیگر آنرا که
 مریض اند و مدا میکنند دیده خیال میکنند خود
 شان هم تا خوشند باین ملاحظه تقابله بگردند را
 می نمایند

کالتیکه مخصوصاً در بهار طرض میشود این است
 بی قوتی سرد درد دلتنگی این علتها بیشتر بواسطه
 کثافت خون میشود و بدین ملاحظه درصدد پاک
 خون بر می آیند از روی بی علی مثل آنکه خون
 میگیرند و باعث صدمه خود میگردند یا سهل میخورند
 و تبرید مینمایند البته مداوا خوبست ولی باید قبل
 از وقت بفهمند که آن کثافت خون از علت کشته
 است رفع آن علت را بنمایند که اگر از مده است
 آن وقت کار کن بخورند و اگر از جگر باشد که
 علامتش زردی چهره و سنگینی چشمان و سکم
 حوصله کی است سهل خوردن رفع آن را نه
 خواهد کرد

بیشترین کالتها در بهار از مده یا جگر خواهد
 بود هرگاه قبل از وقت جلو گیری میکنند مبادقت
 نخواهند شد پس خوبستکه در این خصوص تفکر
 شود در زمستان که اشتها تیز میشود غذای زیاد
 و سنگین میخورند و حرکت کم میکنند غذا هم خوب
 تهیل نخواهد رفت و گرفتگی در آلات اندرونی
 بدن پیدا میشود برای آنکه غذای زیاد فوق بر قوه
 مده است البته مزاج خراب خواهد شد و همینکه
 بهار میرسد مخصوصاً کمان میکنند که باید غذای زیاد
 و خوراکیهای مقوی خورد یاری امخاص که شراب
 میخورند این علت را بیشتر نموده باعث مسمومیت
 خون خود میگردند بعضی روغن ماهی می خورند
 این چیزها مفید میباشند ولی در صورتیکه لازم و
 مناسب مزاجی باشد که دگتر آنرا تجویز کند نه
 آنکه پیش خود مداوا میکنند و مزید برعات خرد
 شوند

کالتهای بهار بیشتر از ضعف اندرونی است و

باید از آن ترتیبات مذکور که در زمستان داشته اند
پرهیز نمایند چونکه مده از غذاها و مشروبات
حاره که در زمستان خورده میشود و بواسطه یکجا
نشستن و حرکت نکردن عضلات سمت و بی قوت
میشود که انسانرا کمال و بینحالی دست خواهد
داد اشخاصی که بعد از زمستان خود را بدین حال
به بینند باید که یک هفته غذا های بسیار سبک میل
کنند که تخمینی بزحمت مده و آلات بدن داد از
خستگی در آید

خوبی از خالها که دارا هستند هر قدر که
توانند روز و شب از غذاهای مده مصرا نه و شب
چرم میل نمایند و آنها که کم بضاعت اند از اجیل
و تنقلات هر قدر که مقدور باشد یومه باید اجیل
بخورند و تخمه بشکنند در هر وقت روز یا شب که
باشد که گذشته از مخالفت با مده چقدر رطوبت و قبیح
است که زن آجیلی باشد زن آجیلی دو پول سپاه
نی ارزد بلاخره مقصود ما در اینجا کار زشتیها
قبیحت با که در تداخل نکردن و حفظ
الصحه است

اشخاص سالم المزاج باید بهمه جهت بیشتر
از سه مرتبه در شبانه روز غذا نخورند که هر اجیل
و شیرینی یا تنقلات و مصرا نه و شجره و غیره را در این
سه وقت معین بخورند

زنها اگر بخواهند که سالم بمسند زوجه
شکته و پیر نشوند باید بدین ترتیبات رفتار کنند

حکایت

﴿ بقیه از شماره قبل ﴾

دختر همینکه خواست برود بخوابگاه خودش از
انجا بیک نزد پدر هنر بود جسارت نموده از روی
شوخی بیک بکی بصورت پدر زده و رفت بعد از رفتن
او پدرش بهبال خود گفت حیف این دختر اگر
داماد باو سازد و بی اهتائی کند مادرش گفت چرا
نخواهد ساخت مشافه هر دو جوان و هیچ کدام از یک

وخصوصاً اگر بخواهند صور نشان باب و رنک
و مقبول شود باید که اول بهار دوهفته از گوشت
کار و کوفتد پرهیز کنند خوردشهای سبزیجات با
گوشت پرندة ترتیب کرده میل کنند مایه هم
خوبس بپوه و سبزیجات هر چه قدر میل
دارند بخورند

نا خوشبها از قبیل سرما خورده کی و گلر درد
سرفه که در بهار پیدا میشود اگر ان یک
هفته که ذکر شد پرهیز نمایند از این قبیل ناخوشبها
مغفوظ خواهند ماند

بعضی اشخاص لباسی که زمستان در بر داشته
فکر کم کردن آن نیستند با همان لباس زیاد و گرم
محض خوبی هوا میل بگردش میکنند در حرکت
و گردش هرق میکنند همینکه منزل رسیدند
سرما خواهند خورد پس لباس زمستانرا بمناسبت
هوا تاوقت تابستان بتدریج باید کم نمود

کمال برخواستن که بهار دست میدهد نباید
خواهید و یکجا نشستن هر قدر حرکت و گردش
در هوای آزاد کنید رفح کمال و خواب شده
حال خواهید آمد هیچ دوا و تریبیدی مثل تنفس هوای
بهار نیست خواصه منزله که درخت داشته باشد
یا الکه بیلاق و باغ باشد در بهار هر چه حرکت و
گردش کنید خوبست و نسیمه از درخت بگذرد
خوبست و هر قدر ممکن است در درختها باز گذاشته
تا آنکه باد هرون اطاق و دیوارها بخورد

دیگر کمتر نیستند البته بهربانی بهم سر بپیرند ولی
هر قدر زود تر عقد شود بهتر است میسدا برادر
لاابالم بان لباس مندرس کهنه بیاید اسباب اقتضاح ما
و قوت داماد شده اما نه ماسر نکیرد . . متر اسپریس
گفت تقصیر دختر چه چیز است هرگاه دائی اش لابی
و فقیر باشد پسر هم اگر از قول خود بر گردد خلاف
قانون کرده . . زنش گفت مگر نمیدانید که این چه
قدر متکبر و از خود راضی است که اگر باد بگوشش
برساند دختر یک همچو دائی دارد فوراً از قول خود

هرگاه گسالت بهار از خرابی معده نباشد ریاضت و مشقه زیاد دارید هر قدر که میسر باشد تمطیل از کار نموده تفریح و تفرج کنید تا آنکه قوای بدنی استقامت پیدا کرده در تابستان طاقت روزهای بلند و گرم را بیاورند و اگر هر روز باید تغذای همیشگی کنید و تمطیل از برای شما میسر نباشد سعی کنید که کارهای سخت و زیاد را در هفته شش روز انجام دهید و یک روز بکارهای سبک به پردازید که تقریباً مثل تمطیل باشد از برای شما در این اوقات غصه و دلنگی را از خود دور نمایند نه در این فصل بلکه در سایر فصول غصه و دلنگی یا تفکر بیهوده انسان را گلی ورنجور میسازد و اگر رنجور باشد - دختر خواهد شد در اوقات مداوای هر مرض غصه که شخص داشته باشد دوا چندان فایده نخواهد داشت

وقت طبر میکنند و وقت میخواهند که همه بروز همین محض احترام و سرافرازی بمنزل او خواهند رفت که گاه وقت بقدر شصت نفر جهت بدیدن میروند که این يك سرافرازی بزرگی از برای وکیل خواهد بود

هر مردی که تازه وکیل شود باید بازنش آن روزیکه شاه از برای ملاقات مردم معین کرده بدیدن شاه روند که لد الورود باطاق اول دفتری با قلم و دوات روی میز باز است که آن دفتر دفتر است اسامی اشخاص است که بدیدن بروند این وکیل و خانمش اول ام خود را در آن دفتر امضا میکنند بعد حضور شاه میروند يك نفر مخصوص حاضر است که شاه و آنها را بیکدیگر معرفی مینماید بعد از آن هر وقت که شاه مهمانی بزرگ دارد این وکیل و زنش را دعوت خواهد نمود

و کلاً همیشه در يك عمل ممکن میکنند ولی وزرا متفرقند ...

زنان و کلاً زحماتشان منحصر بزحمت شوهر نیست پسریکه داشته باشد وکیل باشد بانهم کمک مینمایند اگر کوچک باشد او را بطور دلخواه بزرگ نموده بروکات و دار خواهند نمود و دختر را هم بمالک و رویه خود تربیت میکنند و تشویق میکنند که شوهر وکیل اختیار کنند پس راهم سعی میکنند که دختر وکیل باو بدهند

هر وکیل که بعد از يك سال وکالت او تمام

که باشد یا بالتماس یا بزور بایدزدی هر چه داشته باشم برداشته هم الواطی خود میروم ... متر اسپریکس گفت حالا از این چیزها گذشته باید فکری نمود و قهقهه بیاورد راهش ندیم و اسکر غفلتاً رسید و داماد اینجا بود میگوئیم از سفر دوری رسیده و رفتی است ما اطور که تا بحال پریلیه کسنتیم ولی بجان من بواسطه انحرار تیک کرده است دیگر روی آمدن اینجا را ندارد و اگر آمد حرف ما این باشد البته خودش هم راضی نخواهد شد که او را در آن لباس و بشرارت بشناسند ... متر اسپریکس

معاونت زنان و کلابی پارلمنت

انگلیس

بقیه از شماره قبل

هر وقت یکی از وکلا يك پیش نهاد خوبی کرد یا يك كار عمده مفیدی از برای ملت نموده تمام وکلای دیگر با وزرا میروند منزل آن وکیل محض امتنان و تشکر ولی در صورتیکه آن وکیل دولت مند باشد و مخارج پذیرفتن آنها بر او تحمیل نباشد آن

بر کشته با حرف نخواهد زد متر اسپریکس گفت هنوز که انطور نشده است چه فایده دارد که فسه پیش از وقت میخورید شاید برادرت اینجا نهد او گفت به بطور ممکن است مگر کبیرا جزم نمود همبند آمد بگر مباد اینجا وقتیکه بچه بودیم همینکه میدیدیم من یگداهی دارم اقتدر مرا ریشخند میگردد تا آنکه آن پول را از من میگرفت حالا هم همانطور است من برادر خودم را میشناسم هر وقت که درمانده و مضطرب شدم و از همه طرف مایوس گشت صراخ من بیچاره مباد هر طور

شد و دوباره انرا وکیل نکردند باز همان عزت را خود و زنت در میان مردم دارند ولی دره‌هایی های دولتی دعوت نمی‌شوند مگر آنکه یک کار خیر عمده نموده باشند

این زنان مسلم است محبت و کلا نشان زیاد است که این قسم زحمات را برای خود می‌خواهند چونکه خدمت به مملکت و اهل وطن را ترجیح بخود می‌دهند که وظیفه شوهرشانرا چنین میدانند که اول خدمت بمات کنند پس رسیدگی بمعال نمایند بدین ملاحظه است که محبت بسیار بشوهر و عموم مردم دارند .

هر سال که موقع انتخاب و کیل است بسیار زحمت میکنند مهربانی زیاد بمردم میکنند کارهای خیر میکنند حق پولیکه باید از برای لباس سنگین و زینت خود خرج کنند باین راه خرج می‌کنند که شوهرشان دوباره بوکالت انتخاب شود و در این موقع صدقات بسیار دارند که در اقبال تا بان باشدت سرمای زمستان باین خانه و آن خانه کوچه و پس کوچه بخانه‌های مردم می‌روند تا آنکه زلف را تشویق بانتخاب شوهر خود کنند و چون همه قسم اشخاص را می‌روند که ملاقات کنند بعضی مردم که قریبت ندارند همینکه بی موقع این خانه‌های موقر محترم دم در می‌روند و اذن دخول میخواهند بی احترام شده جواب میشوند و قاهی آنها را اهانت میکنند و فحش می‌دهند تمام این مشقت و زحمات را بر خود کوارا

گفت شاید وقتی سرزده آمد که شما نیاشید و اما اینجاست باشد انوقت چطور باو حالی کنم بمقول و مؤدب باشد شما اگر باشد یک حیای می‌برد ولی بمن اعتنا نخواهد داشت . . . مگر اسپریکس گفت شما بچشمک و اشاره او را حالی کنید خودش ملقت خواهد کشت . . . مگر اسپریکس گفت شما که میدانید من ازین شبله پبله‌ها بلد نیستم قبیح نیست از برای من که در آخر عمر چشمه بزلم . . . مگر اسپریکس گفت مسلم است شما صاف و صادق هستید و این چیزها را بلد نیستید ولی

میدارند که ملت را خدمت کرده باشند صدمه دیگری دارند و قتی که شوهرشان تازه بوکالت میرسد از پس کار و مشغله بشوهرشان رجوع می‌شود وقتی بخانه می‌روند انقدر خسته و بیحال اند که حالت صحبت و گفتگوی با زلفا ندارند و اینهم یک قسم زحمت از برای این خانه‌هاست

دعوت همه قسم زنان را بمنزل خود و راه رفتن باحال هرکسی خیلی صبر و تحمل است که از پس عشق و محبت بنوع خود دارند همیشه خوش وقت و هرکاه از زحمات آنها به برسند هیچ وقت اظهار خستگی نه خواهند نمود .

﴿سرما خوردن اطفال﴾

خیلی باید مواظبت و احتیاط نمود تا آنکه اطفال سرما نخورند که سرما خورده کی قوای بدنی آنها را ضعیف نموده مستعد هر نوع ناخوشی می‌سازد در خانه که چند نفر اطفال باشد هرگاه یکدام آنها سرشان سرما خورده حالت ذکام داشته باشند بزودی بدیگران سرایت خواهد کرد پس بر هر مادر یا دایه واجب است که همیشه اهمیت سرما خورده کی را در نظر داشته باشد تا آنکه قبل از وقت آنها را از سرما خوردن محافظت نمایند بچهار چقدر کوچکتر است بهمان اندازه قوه او در هوای مختلف کمتر است مثلا دوطرفی که یکی پنجساله و دیگری ده‌سال داشته باشد هر دو از مکانیکه هوای آن معتدل باشد در هوای سرد بروند آن پنجساله زودتر سرما خواهد

برادرت بیگانه نیست که از راه قلب چشمک باوزه بآید اتفاقا بعد از دوروز مگر پیرایس برادر مشارالیه وارد گفت در وقتیکه مگر اسپریکس شوهر خواهرش منزل بود مگر اسپریکس بمبار خوشوقت کشت که چشمک زده از کردنش افتاد وضع آمدنش بدین طرز بود طرف عصر زنی و شوهر سر سفره جای بودند صدای دراطاق را شنیدند همینکه نگاه کردند دیدند مگر پیرایس سر خود را دراطاق کرده در نهایت توحش و اضطراب چشمان خود را بطراف اطاق میگرداند همینکه چشمش

خزور چونکه بچه ان قوه نگاه داشتن حرارت بدن خود را مثل بزرگ ندارد و هر قدر کوچکتر باشد زودتر احساس برودت خواهد کرد بعضی از اطفال هم بواسطه پوشاندن لباس بسیار بیشتر سر ما خواهند خورد برای آنکه لباس بسیار جلد بدن آنها را ضعیف نموده کم طاقت میشوند و بعضی از اطفال اغتیا که همیشه در اطاق گرم و نزدیک آتش محفوظ اند غذا های چرب و سنگین میخورند و در هوای تمیز و آزاد نمبخورند و بقیه را پیدا نخواهند کرد

برای جلوگیری از جابمان و حفظ الصحه اطفال باید که جلد بدن آنها را تمیز و پاک نگاه بد آرید و فضالاتیکه از درون بدن بقوسط مسامات خارج میشود بشوئید و نگاهدارید مسامات مسدود گردد که مسدود مسامات علاوه بر آنکه منع دفع فضلات میشود جلد بدن هم بخوبی هوا نخواهد خورد پس صبح به صبح طفل را در اطاق گرم در حمام های جابی دسق در آب شیر گرم استحمام کنید بعد بدن او را خشک کرده حوله را دست گرفته بدن او را خوب با حوله بمالید تا آنکه خون خوب حرارت کرده بدنش سرخ شود انوقت لباس او را زود بپوشانید

رخوت اطفال باید همیشه کم و سیک و گرم باشد لباس های زیاد روی هم پوشیدن بد است خصوصاً که تنگ هم باشد گرم بودن بچه از غذا های مناسب و بازی و حرکت کردن خواهد بود نه بالباس روی

هم پیراهن و زیر شلوار باید از کورک پشم یا کش یا پارچه پشمی یکپارچه سر هم دوخته باشد که پیراهن و زیر شلوار هر دو یک تنگ باشد و از جلو رویخته آن بقدری بزرگ باشد که اول دو یا بعد بدن و دو دست آنها را بپوشاند این قسم پیراهن و زیرشلوار بسیار فایده دارد فایده پیراهن پشمی گذشته از آنکه گرم است هر وقت بدن عرق کند عرق را مثل کاغذ جذب و ابر بخود میکشد و بالعکس پارچه پنبه عرق را بخود نخواهد کشید و عرق روی بدن خشک میسرود که هم بدن سرما میخورد و هم مسامات آن مسدود میگردد

علت سرما خورده کی

غیر از آنکه از یکنفر دیگر سرایت کند و یا از هوای سرد سرما خورده کی حاصل شود از اطاقیکه هوای آن تازه نباشد سرما خورده کی تاوض میشود مثل اینکه در اوقات سرما بچه را در اطاق نگاه داشته و از رفتن بیرون که میباید سرما بخورد محافظت میکنند ۰۰۰۰ توقف زیاد در اطاقیکه هوای آن حبس باشد کم کم هوای لطیف آن استنشاق میشود و از بدن کثیف خارج میشود که دیگر هوای پاک نخواهد ماند برای استنشاق جز آن هوایکه در بدن فرو رفته و پس داده شده است بهمین طور هوای کثیف متعفن استنشاق میشود که سبب ضعف و بی بنبه کی شده همینکه داخل هوای آزاد شود فوراً سرما خواهند خورد سر سرما خورده کی

مستر براس صفت جرح (اسم کوچکی او) از خصه بسیار مستر اسپریکس قرقر کنند از روی تنفر صندلی خود را کنار کشید و درخواست نزدیک او بلند زنت دید که بسیار بدش از او میباید یک نگاهی بطور التماس و توسط باو کرد . مستر اسپریکس از بس غیظ اش گرفته بود سه مرتبه خواست چیزی باریکوبد توالت اخر گفت . کسی . (اسم کوچگش) ما هذر میخواستیم از آنکه وقت پزیرائی شمارا نداریم حالا چای ات را بخور شاید حالت بهتر شده بروی

بخواهم افتاد داخل کتف گفت (اما) که اسم کوچکی خواهرش بود و رفت طرف او . . . مستر اسپریکس از آمدن او بسیار متعجب گشت و گفت . کسی . تو دست از سر ما بر نهداری ؟ . مستر پریس بیک حالت مایوسانه خواهر خود را بوسید و آهسته گفت خاتمه آمدم که ببرم و با دستمال دورخی اشک چشم خود را پاک مینمود بحالتیکه قوت راه رفتن را نداشت و می خواست زمین خورد خود را بصندلی رسانده بنشست مستر اسپریکس گفت ناخوشیت چیست که آمدی بیدری

میری است که از دیگری سرایت خواهد نمود اطفالی که در هوای کثیف باشند همیشه طفلی سرما خورده و حالت فکاهی دارد نزد آنها برود تر سرما خورده کی سر خواهند گرفت پس وقتیکه هوا خوش باشد بچه هرچقدر بیرون از اطاق حرکت و بازی کند بهتر است و هوا که خوش نباشد باید اطاق دارای هوای تازه باشد بخاری و دود کش آن بسیار خوبست که هوای مستعمل اطاق را بالا میکشد و غیر از این باید اقل روزی دو مرتبه چند قهقه در و پنجره ها را باز گذاشت هوای اطاق را تبدیل کنند اوقاتیکه در باز است بچه را اطاق دیگر ببرند یا آنکه خوب بیوشانند

بعضی اطباء مبین کرده اند که غذای نامناسب و زیاد خوردن ممکن است موجب سرماخوردگی و زکام شود از تداخل سوء هضم پیدا شده تولید زرداب میشود و زرداب باعث سرما خوردن سر خواهد شد ۰۰۰ غذای زیاد مده را ضعیف میسازد و واسطه ضعف مده خون در بدن بخوبی حرکت نخواهد کرد و حرکت نکردن آن صدمه به مجرای تنفس رسیده مجرا را زخم نموده علامت سرما خوردگی ظاهر میگردد پس غذای مناسب و باندازه جاوگیری از خیلی سرما خورده کبها خواهد نمود دو تابستانک مجمهها مثل مهمانی یا مدرسه اطفال زود سرما خواهند خورد که سببش یا هوای کثیف و خوردن شهربازیجات زیاد که باعث خرابی مده است از یک طفل سرما خورده کسب خواهند نمود و البته در زمستان در مجمه که چند طفل باشند یک نفر

مستبرایس در حالتیکه دستش سمت میز برای شیرینی دراز بود همیشه این اظه را شنبه فوراً دست خود را کشیده از روی آن دست تمام آهی برکشید و گفت مشکل میدانم که امشب را بیشتر زنده و مهمان شما باشم !! مستراسپریکس گفت اینهم از برای ما بدتر خواهد شد که اگر در خانه ما بگیری باید برسم عزادار بشیم و دخترمان را که بشوم مادیم عروسی آن عقب بیاقتد ۰۰۰ مستبرایس که چشمان خود را بحالت ضعف نیم باز گذاشته بود باز کرد و گفته اگر تو جهم

انها سرما خورده کی دارد ولی وقتیکه هوای اطاق ازاد باشد امپکرب های طفل سرما خورده جزء هوا از اطاق خارج میگردد و بطفل دیگر سرایت نخواهد نمود

وقتیکه طفل سرما خورده است ولی تب ندارد نباید او را خواباند بلکه یک هوای کارکن مختصر باو بدهید و دو روز هم غذای سبک بدهید و اگر تب داشته باشد چند روز باید او را در رخت خواب بخوابانید و اوای بدهید که تب او را رفع کند باید مادرها همیشه سرایت سرما خورده کی را در نظر داشته باشند همیشه یک طایل سرما خورد ظرف و دستمال و رخت خواب او را از اطفال دیگر سوا کنند اوقاتیکه طفل در بستر است باید کرم باشد اغذیه و اشربه آن کرم باشد از برای سرما خورده کی سردوایی مثل روغن یوکلیتس کمی با وازلین مخلوط کرده دم سوراخهای دماغ او را گاهی چرب کنید خوب است

از قرار نسخه ذیل EUCALYPTUS

1 Drachm

Vaseline 16 Drachm.

و چند قطره از روغن یوکلیتس به بچه پیراهن او را بزیند بسیار خوب است که در وقت نفس کشیدن پوی آن بهوا خورده میگردد و آنرا کشته هوا به تمیزی استنشاق میگردد

گفتید شاید که مردم ۰۰۰ مستراسپریکس گفت نمیشود چونکه این چند مدت که تو در حبس بودی ما بدختر خواهرت گفتیم که دائی ات رفته است به استرالیایا و نگذاشتیم از ترتیبات تو مطلع گردد حالا او را بیک شوهر واکسی داده ایم که بسیار متقی و فکاهی است هرگاه که بفهمد که شما دائی دختر هستید دیگر دختر را قبول نخواهد کرد اوایل بمنهم بسیار افاده مینمود و از شغل من که گوره بزحمتم طار داشت حالا اگر ترابه بیند داخل ادم حساب نخواهد

صحت و مقبولی

خیلی مطالب لازمه در این خصوص هست که نمیدانم بکدام يك ان شروع نمایم ولی همین قدر میدانم که بعضی از مردم علنی بیوست و بشره دارند و بعضی درمو و کبوسه عات دارند بعضی دیگر در چشم و غیره و چون هر کدام يك علاجی خواص دارند و باید هر کدام را علیحده رفع نمود پس صورت که اول وسيله مقبولی و توجه نظر باوست ابتدا شروع بان میکنیم

چهره بشاش و خوش روئی با چشمهایی که خوش میگرد بهترین وسایل دیگر صورت است در مقبولی و از برای داشتن این دو وسيله باید فکری نمود و در نظر داشت که چگونه این دو وسيله را حاصل کنیم

هر کس میداند شخصیکه حالتش خوش نباشد یا آنکه تفکر و دلشکی داشته باشد روی او در هم و خفه است و بالعکس شخصیکه خوشحال و خوش دماغ است شکفته رو و بشاش میباشد که از اثره خرمی و خوشحالی رخساره اش پسندیده و مقبول میباشد صورت اینه قالب است از کوزه تراوت کند هر چه در اوست

خانمیکه میخواهد خوش منظر و جالب نظر گردد که هیچکس از مشاهده و بحالت او سیر نکرد پسند و مقبول بیافتد باید که هر روز جلو اینه

نمود و ابروی من خواهد رفت ۰۰۰ متر پرایس گفت خیلی خوب اینکه تفصیلی ندارد بگوئید این از آسترلیا آمده است ۰۰۰ متر پرایس گفت آخر مادر این مدت بدیله گفته بتم هایت در آسترلیا شخص مپیر وداری تروت است و او هم بشوهر خود همیشه میاهات نموده سکه دانی مقبری صاحب مکت دارم حالا اگر شمارا بدین سرو وضع به بیفتد اسباب شرمندگی ما میشود ۰۰۰ متر پرایس گفت هر چه میخواهید بگوئید من احوالات خودم را

رفته عوض آن توائها که ضرر حفظ الصحه و خرابی بشره است و خود را بشکل مامکهای رتک و روغنی مینمایند خلقت خداوند خود را غنیمت شمرده بدین طور خود را قشنگ و مقبول نمایند که جلو اینه مشق تبسم و حالت خوش را نمایند بقدریکه این حالت عادت انها سکرت انوقت صورت با جلوه و بشاش چشمهات حالت خوش پیدا خواهند کرد که فوق بر همه توائت و تناسب اعضای دیگر خواهد شد

خوشروئی و مقبولی چنانچه ذکر شد از قاب خوش و صاف بی الایش حاصل میگردد که هیچ وقت کوش بحرفهای مزخرف و غیبت مردم ندیم و خود غیبت کونیاشیم و با کسی کینه نوزیم اگر چه دشمن ماباشد پس در این صورت چه لزوم کرده که قلب خود را به محبت نداریم تا آنکه دارای محبتات فوق بوده در دنیا و آخرت هم رستگار باشیم

خوشروئی و ترشروئی اثری نسبت کسی و عادت است که هر کدام را شخص میل و پیروی کند همان عادت از میگردد مرگه بخوایید طاف خوش را که سبب سعادت است کسب کنیم باید همیشه هر وقتیکه داریم از اناشکر نموده خوشحالی کنیم و از برای بعضی احتیاجات یا توفیقیکه داشته باشیم دلالت و متفکر باشیم

بقیه دارد

ابداً بروز تمبدم • خواهرش گفت ملتفت خودت نیستی شخص دولتمند از بشره اش معلوم است و هم سرو وضع لباس صحیحی خواهد داشت شما که اینهارا نداری ۰۰۰ متر پرایس گفت اینکه تفصیلی ندارد نامن جای میخورم جرج برود یکدست لباس دوخته سفید از برای من ابقینع کنند ولی لباس اهل کیمه نباشد اعصابی باشد میدانم که سایه جرج بد نیست لازم سفارش من نسبت ولی خاطر تان باشد [بقیه دارد]

(طهران مطبعه مجاس)