

همی میردت عیسی از لاغری تو در بند آنی که خر پروی

سعدی « بوستان » باب ششم در قناعت

خدا را ندانست و طاعت نکرد

که بر بخت و روزی قناعت نکرد

قناعت توانگر کند مرد را

خبر کن حریص جهانگرد را

سکونی به دست آور ای بی ثبات

که بر سنگ گردان نروید نبات

مپرور تن ار مرد رای و هشی

که او را چو می پروری می کشی

خردمند مردم هنر پرورند

که تن پروران از هنر لاغرند

کسی سیرت آدمی گوش کرد

که اول سگ نفس خاموش کرد

خور و خواب تنها طریق دد است

بر این بودن آیین نابخرد است

خنک نیکبختی که در گوشه‌ای

به دست آرد از معرفت توشه‌ای

بر آنان که شد سر حق آشکار

نکردند باطل بر او اختیار

ولیکن چو ظلمت نداند ز نور
چه دیدار دیوش چه رخسار حور
تو خود را از آن در چه انداختی
که چه را ز ره باز نشناختی
بر اوج فلک چون پرد جره باز
که در شهپرش بسته‌ای سنگ آرزو؟
گرش دامن از چنگ شهوت رها
کنی، رفت تا سدرۃالمتنهی
به کم کردن از عادت خویش خورد
توان خویشتن را ملک خوی کرد
کجا سیر وحشی رسد در ملک
نشاید پرید از ثری بر فلک
نخست آدمی سیرتی پیشه کن
پس آن گه ملک خوئی اندیشه کن
تو بر کرهٔ توسنی بر کمر
نگر تا نیچد ز حکم تو سر
که گر پالهنگ از کفت در گسیخت
تن خویشتن کشت و خون تو ریخت
به اندازه خور زاد اگر مردمی
چنین پر شکم، آدمی یا خمی؟
درون جای قوت است و ذکر و نفس

تو پنداری از بهر نان است و بس

کجا ذکر گنجد در انبان آرزو؟

به سختی نفس می‌کند پا دراز

ندارند تن پروران آگهی

که پر معده باشد ز حکمت تهی

دو چشم و شکم پر نگردد به هیچ

تهی بهتر این روده بیچ پیچ

چو دوزخ که سیرش کنند از وقید

دگر بانگ دارد که هل من مزید؟

همی میردت عیسی از لاغری

تو در بند آنی که خر پروی

به دین، ای فرومایه، دنیا مخر

تو خر را به انجیل عیسی مخر

مگر می‌نبینی که دد را و دام

نینداخت جز حرص خوردن به دام؟

پلنگی که گردن کشد بر وحوش

به دام افتد از بهر خوردن چو موش

چو موش آن که نان و پنیرش خوری

به دامش در افتی و تیرش خوری