

## اول ایمنی بعد کار

تورا کتیم و میگویم ای یار  
که اول ایمنی شرط است در کار

سلامت بودنت کام تحت است  
تورا جان سلامت داد و آوار

مخورتشویس ورنج و غصه و غم  
روان خویش از آفت بری دار

کتاب درد و لوح استرس را  
به کنجی نه، میاور بر سر کار

اگر آسیب گیرد امنت را  
نذار و حاصلی اندوه بسیار

چرا عاقل کند کاری که داند  
پشمانی بود فرجام آن کار

کسی در خانه مانده چشم در راه  
بگو چشم و منہ در چشم خود خار

دمی غفلت پشمانیت یک عمر  
مروری کن بکار خویش یکبار

چه دانی آنکه می آید زبالا

چو باران می نشیند یا چو آوار

کلاه و کفش و عینک بهر آنست

که ایمن مانی از آسیب و آزار

چو خواهی بشنوی آهنگ، هستی

به گوش خود نه کوشی مکن عار

مگو آسیب و محنت در کمینند

چه غم باشد اگر باشیم هشیار

خبر دادم که تا دیگر نکویی

حوادث پنخبر آید به یکبار

به نرمی فرصت از مای ریاید

نذار در حمستی این چرخ خدار

مصمم باش بر حفظ تن خویش

که نقص عضو غمبار است غمبار

حقیقت بشنواز آوخ که گوید

برادر ایمنی اول، پس کار

کامران آوخ کیسی

۱۳۸۶/۷/۲۴