

زورزش میسای

بیت اول: بدن انسان زنده با ورزش کردن با ارزش می شود. ورزش کردن باعث سلامتی و سرزندگی انسان می شود.

بیت دوم: یک انسان آزاده همیشه ورزش می کند زیرا هر کسی که تنبل باشد به ناچار بنده دیگران می شود.

بیت سوم: هر شخصی که توانمند و سالم باشد ، سلامت عقل دارد و روشن بین و روشن فکر می شود.

بیت چهارم: همیشه ورزش کن و هیچ وقت از تلاش و کوشش دست نکش زیرا اساس دنیا بر پایه تلاش و کوشش شکل گرفته است.

بیت پنجم: ورزش کردن به اجداد تو این کمک را کرده که شخصی مانند فردوسی در گذشته با کمک تلاش و کوشش توانسته است شاهنامه را (که باعث افتخار ایرانیان است) بسراید.

بیت ششم: تو هم اگر در سرت علاقه و شوق به زندگی و سرزندگی هست ، مانند اجداد و نیاکانت تلاش و ورزش کن.

محمد تقی ، ملک الشعرا بهار