



Issue No. 64 December 2020

خواباندنی ما



کودکان و روزهای کرونایی



دکتر حسین تمدنی (آقای وام)
تلفن: 1760-852 (949) صفحه ۶



سامیا کاشانی 1332-295 (949)
تجربه خرید مرسدس بنز با کارشناس مجرب



علی بهشتی کلبه امور حسابداری و مالیاتی
تلفن: 7426-383 (949)



آرمینا سلیمی مدرّس تار
422-5663 (949)

نور گالری افتتاح شد!

اورنج کانتی (آنتیک)

2841 East Coast Hwy, Corona Del Mar, CA 92625

Tel: 949 423 7887

www.noorgalleryoc.com

بورلی هیلز (آنتیک و جواهرات)

256 N Beverly Dr, Beverly Hills, CA 90210

Tel: 310 734 7978

www.noorgallerybh.com

Antiques, Interior Design
Fine Arts, Jewelry

NOOR GALLERY

**GRAND
OPENING**



در این شماره می خوانیم:

صفحه

- ۳ دوست ما، سرمایه ما - سخن سردبیر
- ۴ غیب شدن ستون فلزی کشف شده!
- ۴ دیگو مارادونا درگذشت
- ۵ از ایران چه خبر؟
- ۵ کودکان و دوران کرونایی
- ۶ نوستالژی - تکتم مرادی مهنه
- ۸ درگوشی های خاله زنگی - تکتم مرادی، مهدی علیزاده
- ۹ ملاقات - لیلا بیات
- ۱۰ پارسی بنویسیم، پارسی بگویم
- ۱۰ قرض الحسنه - شعری از احسان صانعی کاشانی
- ۱۱ چرا شکیبایی پس از دوازده سال همچنان زنده است
- ۱۵ حکایتی از گلستان سعدی
- ۱۶ ترند های خانه داری
- ۱۶ ضرب المثل های فارسی
- ۱۶ کمی بخندیم
- ۱۷ خدا را شکر - مهدی علیزاده فخرآباد
- ۱۸ پل خواجه اصفهان - مولود کیان راستی
- ۲۰ طرز تهیه غذا، کباب بختیاری
- ۲۱ خواب دلچسب - یادداشتی از حمید سلیمی

دوست ما، سرمایه ما - سخن سردبیر

به نظر می رسد که بیشترین تاثیر در اخلاق و رفتار یک فرد ناشی از آموزه های پدر و مادر و روش زندگی آنان باشد. شاید دیگر اعضای خانواده همچون برادر، خواهر و یا کسی که به خاطر شرایطی مدتی در یک خانواده زندگی کرده بتواند تاثیر زیادی بر روحیات و کردار کسی بگذارد. اما بی شک تاثیر دوست بیش از همه بستگان و اعضای



مشتاق فروهر پاک

خانواده است. هنگامی که کودکی به این جهان چشم باز می کند مادر و پدر و دیگر اعضای خود را می بیند که باید عمری و یا حداقل چند صباحی به درازای حدود دو دهه با آنان سر کند. اما در چند سال اول این دوره است که خانواده بیشترین نقش را در تربیت و جهت گیری فرزند دارد. پس از ورود به دبستان، این دوستان اند که به دلخواه خود ما انتخاب می شوند و وابستگی خانواده در آن دخیل نیست. همین انتخاب است که دوستانمان را دوست داریم و برای راهکارها و پیشنهاد های آنان اهمیت قائل هستیم. اینجاست که دوست خوب ارزش صد چندان پیدا می کند. اینجاست که سفارش دوست را با جان و دل می پذیریم و برای او فداکاری می کنیم. این به این معناست که اگر کاری یا خدمتی برای دوستی می کنیم برای خود می کنیم چرا که قبلا خود ما او را انتخاب کرده ایم. لطف به دوست، لطف به خود است و نمی توان در مقابل انتظاری داشت. دوست ما سرمایه ماست و باید قدر این سرمایه ارزشمند را دانست. ارزشی که به روح ما جان و به جسم ما توانایی می دهد. تا توان هست باید در افزایش این سرمایه کوشید چرا که دل بی دوست دلی غمگین است.

Coast New Horizon, Inc.

RCFELic #306004128

نگهداری از عزیزان سالمند شما



Mali Fouri
Administrator

Costa Mesa:
824 Presidio Dr.,
Costa Mesa, CA 92626

Santa Ana:
1612 E. Palm Street
Santa Ana, CA 92701



- Professional Menu Planning
- Family Members Visits Welcome
- In Room Housekeeping
- Personal Laundry
- Escort to Medical Apointments
- Incontinence Care
- Once a Month Visit From a Physician
- Special Holiday Treats and Activities

Home: (714) 668 - 5607 Cell: (949) 735 - 6058

Fax: (714) 668 - 1002 Coast-New-Horizon@SBCGlobal.net

One & One Private Sessions

آموزش رقص

Dance Packages:

Private:

10 sessions \$75 per couples

10 sessions \$50 per singles

Groups :

10 sessions \$30 in group

(714)225-5241



دیگو مارادونا در گذشت

اسطوره فوتبال جهان دیو گو مارادونا بر اثر سکت قلبی درگذشت، مارادونا در سال های حرفه ای خود رقیب نداشت. او خاطرات فوتبال چندین نسل را رقم زد، تاثیر عجیب مارادونا بر زندگی اشخاص و ایجاد علاقه مردم به فوتبال در آرژانتین و کشورهای دیگر را شاید کمتر بازیکنی تا به امروز داشته است.

بعد از انتشار خبر درگذشت دیو گو، آرژانتین سه روز عزای عمومی اعلام کرد، رئیس جمهوری آرژانتین، در واکنش به این خبر در پیامی در توئیتر خود نوشت: «تو ما را به بالاترین نقطه جهان بردی و عمیقا ما را خوشحال کردی. تو بزرگ ترین بودی. برای اینکه با ما بودی از تو سپاسگزاریم دیگو. تمام زندگی مان دلتنگ تو خواهیم بود.»

در یوتیوب آیرس پایتخت آرژانتین عبارت "دیو گو متشکریم" روی صفحات دیجیتال ایستگاه های قطار ظاهر شد و طرفدارانش در حومه شهر "لامانو دی دیوس" (دست خدا) را با آواز می خواندند.

غیب شدن ستون فلزی کشف شده!!!

ستون فلزی عجیبی به تازگی در جنوب شرقی بیابانی در ایالت یوتای آمریکا کشف شده بود که تصاویر و ویدیوهای منتشر شده از آن، سر و صدای زیادی به پا کرد. با این حال هم اکنون خبر رسیده که این جسم فلزی و نقره ای رنگ ناشناخته که برخی از ارتباط آن با موجودات فضایی صحبت می کنند، به طرز مرموزی ناپدید شده است.

۱۸ نوامبر بود که مقامات ایالتی یوتا در پروازی با هلیکوپتر که برای سرشماری گوسفندان وحشی منطقه انجام شده بود، متوجه یک ستون فلزی نقره ای رنگ، براق و سه متری در قسمتی از بخش جنوب شرقی بیابان های این ایالت شدند. از همان روز تاکنون نظریه های عجیب و غریب زیادی در مورد ارتباط این شیء با موجودات فضایی و یا هنرمندان ناشناخته مطرح شده و هنوز کسی نمی داند که چه کسی یا چیزی آن را در دل زمین کاشته بود.

آژانس مدیریت منابع زمینی ایالت یوتا به تازگی در یک پست فیس بوکی به صورت رسمی اعلام کرده که این ستون مرموز حدودا در جمعه گذشته ناپدید شده و در عین حال که مسئول قرار دادن آن در محل مورد نظر هنوز مشخص نیست، هم اکنون کسی نمی داند که چه کسی آن را از محلش به سرقت برده است.



دفتر خدمات امور اجتماعی و مشاورتی همراه

به مدیریت

مهندس فرهاد رضانی

مشاوری آگاه و صدیق

تلفن: (949) 350-1447

از ۷ صبح تا ۱۰ شب



- ۱- تقاضای پاسپورت (Passport)، گرین کارت امریکا (Green Card) و امتحان سیتی زن شیب
- ۲- اجرای امور کنسولی (تمدید و تجدید پاسپورت و اخذ ویزای نامزدی و تحصیلی)
- ۳- دریافت بیمه مدیکل و مدیکر بانضمام CalFresh و بیمه پرستاری
- ۴- اجرای مراسم ازدواج و طلاق به زبان فارسی و انگلیسی بوسیله عاقد
- ۵- ترجمه کلیه اوراق از انگلیسی به فارسی و بالعکس
- ۶- رفع مشکلات مربوط به جرایم رانندگی و همچنین کمک برای دریافت گواهی نامه رانندگی

مدیریت همراه همیشه همراه شماست

email: Hamrahsocialsevice@gmail.com

One & One

**Fereshteh Kalbassi
Master Stylist**



**Beauty Services
are available
by
appointment
only**

(714) 225-5241

از ایران چه خبر؟

● شیرگران فارغان حاجی آباد که اکنون در کرمان نگهداری می‌شود به هرمزگان باز می‌گردد. این شیر برنزی چند سال قبل به طور اتفاقی توسط کشاورزان منطقه فارغان در شهرستان حاجی آباد استان هرمزگان کشف و تحویل میراث فرهنگی استان شد که به علت نبود امکانات نگهداری به کرمان ارسال شد. مجسمه شیر برنزی با ۶۲ کیلو وزن مربوط به دوره هخامنشی بوده که بلندی آن حدود ۴۲ سانتیمتر است و زیر چهار دست و پای آن چهار میخ مخروطی شکل وجود دارد که ۸ سانتیمتر بلندی دارد و نشان می‌دهد این مجسمه برنزی در یک محل فلزی یا سنگی، استوار بوده است.



● کلیسای تاریخی مسروپ اراک مرمت شد
مرمت اضطراری، نماسازی و رفع رطوبت و مرمت بام و دیوارها از جمله سرفصل‌های مرمتی کلیسای مسروپ بود که انجام شد. این کلیسای مقدس که در محله قدیمی مسکونی آرامنه در مجاورت خیابان نیسیان شهر اراک قرار دارد، از آثار برجسته هنر معماری آرامنه است.

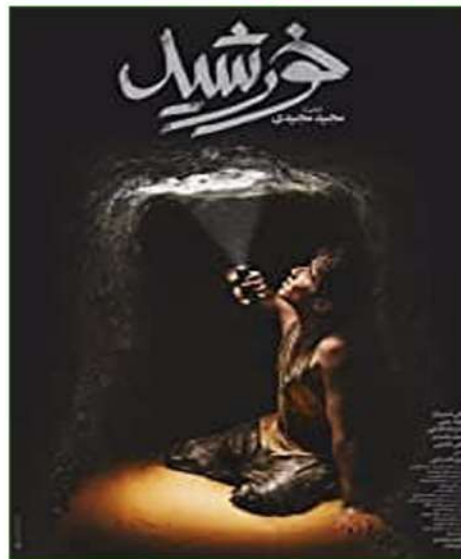


● طرح انتقال آب از خلیج فارس به سیرجان با ویدیو کنفرانس افتتاح شد. هدف عمده طرح، شیرین سازی و انتقال آب نمک زدایی شده توسط سه خط انتقال از خلیج فارس به صنایع استان های هرمزگان، کرمان و یزد، تامین بخشی از نیازها و مصارف آب مجتمع‌های تولیدی در حال بهره برداری و طرح‌های توسعه مجتمع‌های معدنی و صنعتی، گل گهر، مس سرچشمه و چادرملو است.
● تیم ملی المپیاد علمی دانش‌آموزی نجوم و اختر فیزیک در المپیاد جهانی نجوم و اختر فیزیک که به صورت مجازی در کشور اسلواکی برگزار شد، ۸ مدال شامل دو مدال طلا، دو مدال نقره، چهار مدال برنز و همچنین دو دیپلم افتخار کسب کردند و در رده بندی کشورها مقام پنجمی جهان را به دست آوردند.

● مجری طرح توسعه میدان فروزان شرکت نفت فلات قاره ایران از نصب سکوی مسکونی جدید در آب‌های خلیج فارس خبر داد. با توجه به فراهم شدن شرایط و زیرساخت‌های لازم، چندی پیش سکوی مسکونی جدید بارگیری و در محل مورد نظر نصب شد.
● پرندگان مهاجر از جمله تک درنای سفید سبیری در تالاب‌ها و زیستگاه‌های آبی در کشورمان فرود آمدند. «امید»، تک درنای سفید سبیری امسال هم در میانه آبان ماه برای زمستان‌گذرانی در تالاب فریدونکنار استان مازندران فرود آمد و چشم دوستداران محیط زیست را روشن کرد امید که آخرین بازمانده از درنای سفید مهاجر از سبیری به مازندران محسوب می‌شود، امسال ۲ هفته دیرتر از سال گذشته وارد مازندران شد.



● فیلم «خورشید» به کارگردانی «مجید مجیدی» به عنوان نماینده سینمای ایران برای معرفی به آکادمی اسکار ۲۰۲۱ انتخاب شد.
با توجه به تغییر قوانین اسکار بهترین فیلم خارجی زبان و تغییر مهلت زمانی شرکت در این دوره به دلیل شیوع ویروس کووید ۱۹، با بررسی ۹۰ فیلم اکران شده ایرانی آغاز شد و به یک فهرست متشکل از ۱۲ فیلم رسیدند. از میان ۳ فیلم «خورشید» ساخته مجید مجیدی، «درخت گردو» ساخته محمدحسین مهدویان و «پلدا» ساخته مسعود بخشی، فیلم «خورشید» به عنوان گزینه نهایی انتخاب شد که به عنوان نماینده سینمای ایران به مراسم اسکار سال ۲۰۲۱ معرفی خواهد شد.



اسم بچه من رزاست. رزا یک دختر کوچولو ناز و قشنگه که از نظر من دنیای منه. مهربون و دوست داشتنی و دقیقا همون دختری که آرزوی خیلی از مادرهاست که چنین دختری داشته باشند.



از وقتی کرونا آمد همه ما نگران بچه هامون بودیم. اینکه مبدا اتفاقی برایشون بیفته. مبدا بیمار بشوند و این عزیزان دلمون را خدایی نکرده از دست بدیم. وقتی مدارس تعطیل شد تمام ما نفس راحتی کشیدیم اما بعد متوجه شدیم مشکل تنها مدارس نیست و بالاخره همیشه خودمونو توی خونه حبس کنیم. تازه اگر حبس هم می‌کردیم بالاخره رفت و آمد پیش میامد. و حتی اگر رفت و آمدی هم در کار نبود و مراعات می‌کردیم همان اجناسی که خرید می‌کردیم احتمال داشت حاوی ویروس باشد و باعث بیماری ما بشود.

همین شد که سختگیری های مادرانه من شروع شد. رزا این کار را بکن و آن کار را نکن. الان به دستهای باید الکل بزنی. الان نمیتونی بیرون با دوستهای بازی کنی. نمیتونی بری مدرسه. نمیتونی هر چی خواستی برداری و به هر چی خواستی دست بزنی. توی کوچه نرو. توی فروشگاه به هیچی دست نزن. برو حمام و ..

یک مادر میفهمه من چی میگم و میفهمه که یک بچه چقدر میتونه این تغییرات را تو زندگیش احساس کنه. اما بعد از چند ماه متوجه شدم رزا همه اینها را پذیرفته. هر چند در ابتدا خیلی عصبانی و ناراحت میشد. اما حالا باهاش کنار اومده و اتفاقا فکر میکنه تمام اینها یک بازی هیجان انگیز جدیده. انگار داره قایم باشک بازی میکنه. فقط با این تفاوت که حالا داره (ضد کرونا) بازی میکنه.

رزا عروسکش را برداشته و کنار خودش گذاشته و بهش میخواد جای بده. به عروسکش میگه: اول باید دستهاشو بشوری. بعد میتونی به لیوان دست بزنی.

یا از پنجره بیرون را نگاه می‌کنند و رزا میگه: امروز نمیتونیم بریم بیرون. مامان میگه (لولوکرونا) هنوز هست. بعد دوتا شون اخم می‌کنند و به سرسره توی پارک نگاه می‌کنند. انگار سرسره هم مثل اونها غم توی دلش هست و دلتنگ بچه هایه که جیغ می‌کشیدند و با هم مسابقه می‌گذاشتند که کدومشان اول از بالای سرسره، سر بخوره پایین. اما حالا تنهاست و کسی نیست که گردوغبار را از روی تنش بکنه و با خودش بیره توی خونه.

حالا دیگه گردوغبار شادی روی تن سرسره نیست. گردوغبار (لولوکروناست) و اونم با هیچکس شوخی نداره. نه با رزا نه با عروسک رزا (گلابتون خانوم) ..



صد تا نوستالوژی برای ۲۰ سال بعد دارد. اما از این لحظه هنوز استفاده نکرده اید. شاید همان زمان هم برای خودش نوستالوژی داشت. فردین داشت و تختی داشت و حسن کچل و علی حاتمی و هزارستان! رضا بیگ ایمانوردی که همه دوستش داشتند و حالا کسی کمتر سراغش را می گیرد. گویا از دل برود هر آنکه از دیده رود. بعد دلت می خواهد دخترت را

نوستالژی



یک احساس شگفت انگیز به یاد آوری زیباترین لحظات زمان های دور است.

تکم مرادی مهنه

گاهی این نوستالژی دری برایت باز می کند تا بنشینی و تا ساعت ها درباره آن روزها با یک نفر صحبت کنی. مثلا یادت هست که ای- تی انگشتش را مثل لامپ روشن می کرد؟

و بعد طرف مقابلت بگوید یا در برخورد نزدیک از نوع سوم آن مرد دقیقا همان کوهی که باید به آنجا می رفت را درست می کرد؟

منظور این است که ناخودآگاه او از استیون اسپیلبرگ می گوید و بعد می روید سراغ بیل را بکش. بعد به کوئینتین تارانتینو می رسید و ماتریکس و ارباب حلقه ها و آن شبی که بابا هندوانه خریده بود و فلان فیلم را با هم دیدیم و آن موقع که مادرم زنده بود و خدا بیامرزدهش... و می روید و می روید تا می رسید به این جمله که یادش بخیر چه دورانی بود.. بعد یک غمی میاید توی دلتان! انگار که الان روزگار خوشی است و

شمال محاله یادت برود. نگاهت دود می شود و می رود به آسمان و پرستوهای گذشته پرواز می کنند و لعنت می کنی به فرشته زندگینامه نویس که این قدر داستان تو را پرپیچ و خم دار آفریده که در هیچ کتاب و سریالی حتی بازی تاج و تخت، قصه خودت را نتواندی و ندیدی.

بعد دلت لک می زند برای بهشتی که اول زندگیت را تا آخرین لحظات جلوی چشمانت رژه ببرند. به هر لحظه تلخی که برسی فریاد بکشی "این کار را نکن" و به هر لحظه خوبی که می رسی بدوی و خودت را وادار کنی که از این مسیر برو! حیف که ماشین زمان نداریم و گرنه نه من اینجا بودم، نه شما!

بگذاری روی زانویت و برایش از گذشته ها بگویی و او بی حوصله داستان رستم و سهراب تو را گوش کند. توی دلش با خودش بگوید عجب مزخرفاتی! و تو هم این را بدانی که بحثی است که او هیچ علاقه ای به شنیدنش ندارد اما باز هم دلت شوق داشته باشد و ادامه بدهی تا وقتی شوهر یا همسرت از پشت دخترک در بیاید و داد بزند: بس است دیگر! ولش کن! درس دارد....

و تو بمانی و درس های زندگی که از پدر سالار در آن نگاه سنگین و قیافه حق به جانبش گرفتی... همه اش دود می شود و می رود به هوا! حالا ساسی است و دکتر جون دکتر و آن خاطرات

دکتر حسین تمدنی با ۵۵ سال تجربه در امریکا

(949) 852 - 1760

BRE#01173539

NMLS#322529



**قبل از خرید هرگونه ملک،
برای مشاوره رایگان
با من تماس بگیرید**

قدیمی ترین و خوشنام ترین شرکت وام ایرانی در کالیفرنیا که همواره پاسخگوی مشکلات وام شما بوده است

دفتر حقوقی

دکتر کورش جعفری

دکتر کیارش جعفری

و همکاران

وکلائی رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال



Family Law:

- Divorce & Child Custody Rights
- Child & Spousal Support
- Enforce Pre-Post Marital Agreement

Criminal Matters:

- All drug Cases
- Misdemeanors
- DUI, Theft, and all other Felonies

Commercial:

- Partnership / Business Litigation
- Contracts & Agreements
- Corporations, Partnerships, LLC
- Trademarks/Copyright Registration
- Real Estate

Accidents:

- Car Accidents
- Motorcycle Accidents
- Uber / Lyft Accidents

امور خانوادگی:

- طلاق، حفظ حقوق و سرپرستی فرزندان
- گرفتن حکم نفقه و اصلاح آن
- تنظیم قراردادهای پیش و پس از ازدواج
- تقسیم اموال

امور جنایی:

- مواد مخدر، رانندگی در حال مستی
- سرقت و دیگر امور جنایی

امور تجاری و بازرگانی:

- دعاوی تجاری، تهیه و تنظیم قراردادهای تجاری،
- ثبت شرکت ها، ثبت علائم تجاری

امور تصادفات:

- اتوموبیل و موتورسیکلت
- اوبر و لیفت

در گوشی های خاله زنگی

خانومه میگه :

(تکم مرادی مهنه)

از دید مرد از دید زن دیدمان

آقاهه میگه: (مهدی علیزاده فخرآباد)



مردها نیازمند به تربیت شدن هستند. یعنی هیچ مردی کامل نیست و یک زن است که می تواند از یک سنگ بی احساس، یک مجسمه خوش تراش بسازد. مثلا همین شوهر من که در جوانی از ارادل و اوپاش محله بود حالا آن قدر بی آزار شده است که هر روز پیش من سهمیه کتک دارد. وقتی از کنار من رد می شود شپلق به پشتش می زخم و او فقط نگاه می کند و فو قش می گوید ((خطرناک شدی))! و می رود پی کارش. می دانید چرا یک زن ایرانی همیشه سماور چایش به راه است؟ جواب مشخص است چون این چای، دوا ی هر چیزی است. یک لیوان چای دست می گیری و می گذاری جلوی آقا و می گویی: ((ماشین من بنزین ندارد. برو بز)) و او می گوید: ((چشم)) و یا یک لیوان چای می بری می گذاری جلوی او و می گویی ((پول بده فردا می خواهم بروم خرید)) و او اولین قلب را می اندازد بالا و می گوید: ((چشم)). اصولا وجود چای در یک خانه جزو ملزومات است.

همین دلیل، تا دیدم ارزان است این مانتو را خریدم. در اینجا آن شوهر از شما تشکر خواهد کرد و تازه پولی که خرج کرده اید را به شما دوباره تقدیم خواهد کرد. هیچ نیازی هم نیست بفهمد نه حراجی در کار بوده و نه آن مانتو را گران خریده اید.

نکته ۱: معمولا آقایان نصف حرف های شما را گوش نمی کنند و همانند ((بز اخفش)) به شما نگاه می کنند. درست است که ما خانم ها همیشه از این مسئله گله داریم اما مهم نیست و در حقیقت این به نفع ماست. چون هر وقت دیدید شوهر شما بز اخفش شد بلافاصله حرف هایی را که نباید می فهمیده بگویید تا بعد بتوانید بگویید ((من که بهت گفته بودم)). جای را هم بگذارید جلوی او و وسط حرفتان می پرسید ((قند آوردم؟)) ((با نبات می خوری یا خرما؟)) ((زود بخور می خواهم شام بیاورم)). در این هنگام او فقط چند دقیقه درباره قند، چند دقیقه درباره نبات و فرق آن با خرما و چند دقیقه درباره بوی قرمه سبزی فکر خواهد کرد و نصف حرف های شما را اصلا متوجه نخواهد شد.

نکته ۲: از مهم ترین شگردهای یک زن این است که قبل از گفتن اسراری که شوهرش باید بداند اما بهتر است نداند یک خبر سیاسی به او بدهد. چون آن مرد آن قدر در مغزش وقتی شما از گندکاری خود با او صحبت می کنید آن مسئله سیاسی را تجزیه و تحلیل می کند که اصلا نمی فهمد شما چه گفته اید. تا مشاوره بعدی، خدانگهدار!

قرار نیست که مردها قبل از ازدواج هر رازی را بدانند. شما بسیار باید متین رفتار کنید و بعضی اسرار را ناخودآگاه بعد از ازدواج بفهمد. این که همسایه شما دزد بوده در ذهن آقایان که نمی توانند تصمیمات درستی بگیرند، فقط یک نکته منفی است. پس سعی کنید قبل از ازدواج هر چیزی را به این آقایان عجیب نگویند. از دیگر نصایح من این است که همیشه لبخند بر لب داشته باشید چون یک مرد آن قدر توسری خورده است که این لبخند را بزرگ می بیند. با لبخندی به راحتی می توانید شوهر خود را خر..... عذر می خواهم، مجاب کنید. ما خانم ها چون زمان بیشتری برای فکر کردن داریم، تصمیمات درست تری می گیریم. پس به تصمیمات در لحظه آقایان توجه نکنید و کار خودتان را بکنید. لحظه ای هم که شوهر شما شکایت کرد یک داستان طولانی بسازید و بگویید به این دلیل شد که مجبور شدم برخلاف تصمیم تو رفتار کنم. و اصلا چه بهتر که قبل از این که او حرفی بزند خودتان شروع کنید به حرف زدن و از یک نفر که بدش میاید کمی بدگویی کنید و بعد رازی درباره اش افشا کنید و در آخر بگویید: بله، من رفته بودم خرید که دیدم فلان مغازه مانتوهایش را حراج کرده و چون فقط این قدر پول بیشتر به من نداده بودی مجبور شدم نصف آن پول را برای این مانتوی زیبا خرج کنم. زن های مردم فلان قیمت می خرند و من این قدر خریدم. البته زن های مردم خر هستند. من که خر نیستم. من از این آگاهم که تو چقدر زحمت می کشی و به

عزیز نسین داستانی دارد در مورد این که با خانمی ازدواج می کند که زیبا، مهربان، و بساز است. اما فقط چند اخلاق عجیب دارد. مثلا موهایش را توی نعلبکی می اندازد و یا ته چای را داخل لیوان به جا می گذارد. شخصیت آقای شوهر بارها به او تذکر می دهد و این همسر مهربان، هربار می گوید چشم، اما در نهایت وقتی رئیس این آقا مهمان خانه شان است تمام این عادت های نا به جا را انجام می دهد و در آخر کار به کتک کاری جلوی مهمان می کشد. عزیز نسین آن قدر این داستان را منطقی نوشته که شما واقعا حق را به آقا می دهید. هر چند این آقا است که فردای روز میهمانی از کارش اخراج می شود و از دید دیگران دیو دوسر جلوه می کند.

آقا ما با این خانم ازدواج کردیم. همسر خودم را می گویم. روز اول که دیدمش ناخودآگاه به خودم گفتم ((عجب اسبیه))!

مبادا با خودتان فکر کنید کلمه اسب یک کلمه بی ادبانه باشد. بلکه آنقدر خرامان و زیبا راه می رفت و لبخند زیبایی داشت که گویا آمده بود دل من را ببرد و از این خواستگار، یک شوهر بسازد. بقیه قول و قرارهایش دیگر بماند که چه قول هایی به من داد و بعد از ازدواج زد زیر همه. من فکر می کردم با زنی ازدواج می کنم که هر چه می گویم قبول می کند.

باور کنید او حتی روزهای اول ازدواج من را ((سرورم)) صدا میکرد و نمی دانید چه قندی داخل دلم آب میشد. آرام بود و پرحرف نبود و دو ساعت و نیم بخاطر یک لوبیا سخنرانی نمی کرد. اصلا بدجنس نبود و او که حالا تمام پول های کاغذی داخل جیبم را با لبخندی بر لب بر می دارد آن زمان بلیط هواپیمای من را داد که یک روز زودتر به ملاقاتش بروم. بله خانم ها قبل از ازدواج چهره دیگری دارند.

نقاب بی صورت می گذارند و بعد از ازدواج که خروشان از پل می گذرد، تازه یادشان می افتد که سرشان کلاه رفته است. این یک ضرب المثل است که خانم ها به امید این که مردی که عاشقش هستند را تغییر بدهند با او ازدواج می کنند اما آن مرد تغییر نمی کند و آقایان به امید این که آن خانم همان بماند که قبل از ازدواج دیده اند، با او ازدواج می کنند اما آن زن تغییر می کند. همین نشان از راستگویی و صداقت آقایان و دروغگویی و نقابی بر صورت زدن خانم ها دارد.

دادن یعنی چه!
 هوا سوز بدی دارد اما من
 ترجیحم پیاده رویست و
 زیر باران رفتن و فکر
 کردن به روزها و شبهایی
 که اسمت کنار اسمم بود
 ولی خودت کم کم
 نبودی و محو شدی! من
 قول داده بودم تا ابد
 همسر شایسته و مادر
 خوبی برای بچه هایت
 باشم و سر عهدم با تو
 ماندم. عهد شکستن کار
 تو بود. این تو بودی که نماندی!
 روزهایی که غیبت می زد و سفرهایی که بی من
 می رفتی و هفته ها طول می کشید. من درخانه منتظرت
 بودم. به بچه ها عشق می ورزیدم و مادرانه هایم را به
 پایشان می ریختم. تو اما نبودی که ببینی! که قدرانم
 باشی! سراز کار تو درآوردن سخت نبود. می دانستم
 آن روزها دلت گرم کیست و روزها و شب هایت را با
 چه کسی قسمت می کنی، اما من تظاهر می کردم که
 چیزی نمی دانم. همان موقع که غم بیشتر از همیشه دلم
 را می سوزاند من به زور لبخند می زدم که به چشم
 بچه هامان مادر قوی و شادی به نظر برسم. نقش بازی
 کردن کار من بود و بازی با سرنوشت هر دو تاملان کار تو!



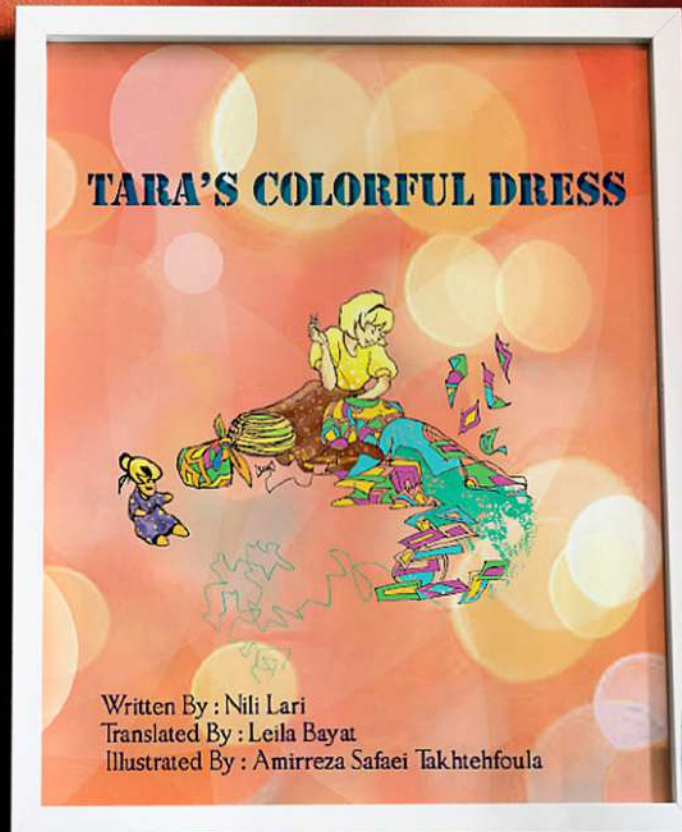
ملاقات (لیلا بیات)

امروز بعد از مدت ها دوباره دیدمت. ملاقات تلخی
 بود. نه به این خاطر که باز هم یاد بی وفایی تو
 افتادم و نه حتی چون با آن حال و روز زار و نزاری
 که دیابت بر سر تو آورد دیدنت دلم را سوزانید.
 می گویم تلخ چون تو می توانستی حالا که دیگر از
 پافتاده ای مرا همچنان با عشق کنار خود داشته
 باشی! اما می بینی که من از دست تو رفته ام! نه
 امروز و بعد از این ملاقات آخر که همان روز وقتی
 دست دیگری را گرفتی و با خود به خانه آوردی و
 گفתי "بیخشید! دیگر نمی خواهم با تو بمانم."
 این تو بودی که مرا از دست داده بودی نه من تو را!
 با این همه من درد تو را می فهمم و می دانم از دست

TARA'S COLORFUL DRESS

راسان شیرین دختر کوچکی که به
 دنبال رویاهای کودکیش است.

این کتاب را از فروشگاه آمازون خرید کنید.
 هواید فروش این کتاب برای کودکان سرطانی است.



Written By : Nili Lari
 Translated By : Leila Bayat
 Illustrated By : Amirreza Safaei Takhtehfoula

نویسنده: نیلوفر لاری
 مترجم: لیلا بیات



قرض الحسنه

از مجموعه "جای پای عشق"

گزیده ای از دیوان

احسان صانعی کاشانی



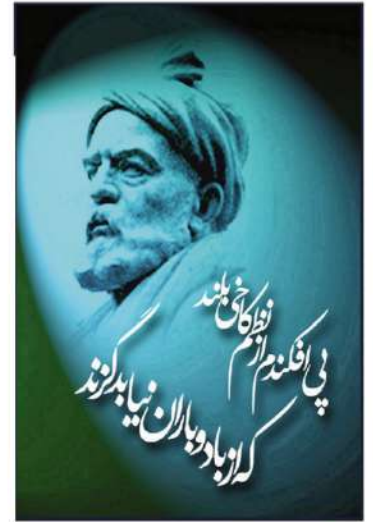
خوشبخت ترین عاشق او نام گرفتم	تا در بر دلدار خود آرام گرفتم
داد دل از آن زلف سیه فام گرفتم	آن دم که مرا سختی هجران بسر آمد
بی دغدغه خاطر از او کام گرفتم	بی چون و چرا بوسه زدم بر بر و دوشش
آن را که دلم خواست به ابرام گرفتم	من بودم و او سایه بیدی لب جویی
سرشار ز می از کف او جام گرفتم	از شهد لبش گر چه شدم مست ولی باز
ناچار ز صندوق لبش وام گرفتم	مدیون نگاهش شدم از لحظه اول
هنگام پریدن به لب بام گرفتم	آن مرغک زیبا که دلم در پی او بود
از نقش و خط و خال وی الهام گرفتم	با آن که نیاموخت ز کس درس ادب را
تا در حرمش رخصت احرام گرفتم	بت های درونم همه بشکست و فروریخت

با فرقت او سوختن و ساختن احسان

درسی است که از گردش ایام گرفتم

پارسی بنویسیم،
پارسی بگویم

سوسید = یارانه
سلسله = زنجیره، دودمان، رشته
فقدان = نبود
شاعر = سراینده یا چامه سرا
خازن = انباره
به همین خاطر = از این رو
معاش = روزی
بی تردید = بی گمان
علم = دانش
معدودی = شماری
از جمله = از دسته، از آن گونه
مساوات = برابری
بد جنس = بد نهاد
بدو = آغاز
ضیافت = بزم
دفتر خاطرات = دفتر یادبود
در آخر = در پایان
میتلا = دچار
تونل = دالان، دالانه
بی نظیر = بی همتا، بی مانند



به منظور = برای
وثیقه = پشتوانه
مرتجع = واپسگرا
متفکر = اندیشمند
جلال و جبروت = فر و شکوه
توصیه = پیشنهاد، رهنمود
مشارکت = همکاری
بلاغت = شیوایی
اجناس = کالاها
قلاع = دژها

ENSI Insurance Services

ENSIEH FARVARD
LIC# 0C05053



برای انتخاب بیمه مناسب خود و خانواده
خود از سالها تجربه خانم انسیه بهره بگیرید

بیمه سلامتی Obama Care
بیمه مدیکل و مدیکر

در صورتی که ۶۴ سال دارید برای دریافت بیمه مدیکر
با ما تماس بگیرید

- Medicare Supplement Plans
- Medicare Advantage Plans
- Prescription Drug Plans
- Prescription Drug Assistance

Cell: (949) 502 - 1811

Email: ensiifar@gmail.com Fax: (949) 861 - 6077
www.ensiinsuranceservices.com

دفتر خدمات و همیاری ایرانیان اورنج کانتی

با مدیریت

آرمین انوری پور

و گروه متخصصان



تلفن دفتر: (949) 472-3686
تلفن دستی: (949) 230-4658

- امور کنسولی (تجدید پاسپورت ایرانی، امریکایی و اخذ پاسپورت سفید)
- اجرای امور ازدواج و طلاق (خواندن متن شرعی و ایرانی به فارسی)
- تصدیق امضاء (Notary Public) برای امریکا و ایران
- انجام ترجمه رسمی (شناسنامه، قبالة ازدواج و قبالة طلاق و هرگونه مدارک اداری و دادگاهی)
- انجام و ترتیب هرگونه وکالتنامه و ارسال آن به واشنگتن تا مرحله اسکایپ و تحویل به متقاضی

Email: armin.anvaripour@gmail.com

Website: www.PersianLegals.com

شکیبایی از حواشی به دور بود. اهل مصاحبه نبود و بر سر دستمزدهایش سخت‌گیری نمی‌کرد. رابطه بسیار گرمی با اهالی سینما داشت و بین دیدگاه‌های رایج، مرزبندی نمی‌کرد. کارنامه او پر است از نقش‌آفرینی برای کارگردانان ضدونقیض. از دامن این داشته‌ها، وی هرگز اسیر حاشیه نشد و خدشه‌ای بر محبوبیت عمومی وی وارد نیامد. "خسرو شکیبایی" به همین دلایل ماندگار ماند؛ ماندگارتر از تمام بازیگران و سینماگرانی که تا امروز در گذشته‌اند. هر چه بیشتر می‌گذرد، عیار هنر ذاتی وی در مقایسه با آنهایی که یک "ایسم" به سبک بازی بازی خود می‌افزایند، بیشتر عیان می‌شود. سینمای ایران هیچ‌گاه تا این اندازه، از فقدان یک بازیگر متضرر نشد. خسرو شکیبایی می‌گفت: عمر با ارزش‌ترین دارایی آدم است اگر کسی برایت وقت گذاشت یعنی دارد از ارزشمندترین و غیر قابل تکرارترین چیزی که دارد خرجت میکند.

نکرد. اصل را بر فیلمنامه گذاشت و عرصه گرم و نرم روشنفکری را در کوه و کمر "روزی روزگاری" دنبال کرد. گام اول محبوبیت او در سینما با "هامون" برداشته شد و در تلویزیون با "روزی روزگاری". این سیکل ادامه یافت: در سینما با "کیمیا" و در تلویزیون با "خانه سبز". این انتخاب‌ها طی ۷ سال رقم خورد. مسیری هوشمندانه که سبب شد تا شکیبایی برخلاف بسیاری از ستاره‌ها، تنها محصور در سینما نماند تا حجمی از محبوبیت او با انتخاب‌های درست تلویزیونی وی رقم بخورد. خرج توامان تکنیک و احساس، دیگر مقوله محبوبیت فزاینده شکیبایی بود. سبک منحصر به فرد خود را داشت. در شقی‌ترین نقش‌هایش (نظیر عاشقانه و اثیری) رگه‌هایی از رافت مشهود است. این حجم محبت‌پراکنی در سیما و شمائل بازیگری دیگر، یافت نشد.



چرا شکیبایی پس از ۱۲ سال هم چنان زنده است؟

"خسرو شکیبایی"، ۱۲ سال پس از درگذشتش، هم چنان محبوب و زنده است. در مقایسه با حجم وسیعی از بازیگران امروز، محبوب‌تر است و ویدئوهایش، هم چنان بین مردم در شبکه‌های مجازی دست به دست می‌چرخد. اما چرا این چهره فتوژنیک که بازیگری در خونس بود، تا این اندازه محبوب ماند؟ مورد نخست به انتخاب‌های درست او باز می‌گردد. سیمرغ "هامون" برایش مرزبندی ایجاد



khondaniha
 Daily Vision Inc: صاحب امتیاز: ماهنامه فارسی زبان جنوب کالیفرنیا
 سردبیر: مشتاق فروهر پاک
 تحریریه: تکم مرادی مهنه
 مهدی علیزاده فخرآباد
 هادی علیزاده فخرآباد
 طراحی و گرافیک: آناهیتا مجلسی

خوالدنی‌ها
 تلفن: (949)923-0038
 26701 Quail Creek, Suite 252, Laguna Hills, CA 92656
 وبسایت: www.khondaniha.com ایمیل: khondaniha@khondaniha.com

Free Online Meditation Guide to Life, Love & Relationships

کلاسهای مدیتیشن با فرشته کلباسی

Fereshteh Kallbassi has trained from a young age in Rumi and Sufi mystical tradition as well as related fields such as Jungian psychology and meditation.

مطالعات علمی که از سال ۱۹۶۰ تا به حال صورت گرفته است نشان می‌دهد که مدیتیشن (فقط نیم ساعت) متابولیسم و سوخت و ساز بدن را تحت تأثیر قرار می‌دهد و در نتیجه فشار خون کاهش یافته و امواج مغزی آلفا افزایش می‌یابد و اینها موجب کاهش اضطراب و استرس گشته و در نتیجه:

- باعث کاهش افکار منفی می‌گردد.
 - عزت نفس را افزایش داده و کمرویی و خجالت را کاهش می‌دهد.
 - سردردهای میگرنی و عصبی را کاهش می‌دهد.
 - در راستای هدف کاهش وزن کمک می‌کند.
 - سیستم ایمنی بدن را تقویت کرده و از میزان ابتلا به بیماری‌ها کاسته و به بهبود بیماری‌ها کمک می‌کند.
- امیدوارم با مطالعه این مطالب مختصر به فواید مدیتیشن پی برده باشید و شکی در شروع تمرینات نداشته باشید.

**Now on Zoom every Tuesday night
 from 7:30 for 45 min**

To get a link to join, please call :
 (714) 225 - 5241



مرکز کامل پزشکی

واقع در ارواین و میشن ویهو

زیر نظر دکتر جعفر شجره
با همکاری پزشکان متخصص

قبول اکثر بیمه های درمانی - مدیکر



Dr. Jeff Shadjareh



Dr. Larry Ding
Pain Specialist



Dr. Dennis Cramer
Neurosurgeon

اگر درد گردن و کمر دارید، دیگر نباید رنج ببرید!

درمان دردهای مزمن
دیسک کمر و گردن (بدون جراحی)
با پیشرفته ترین و جدیدترین دستگاه های
کششی ستون فقرات بدون جراحی

Shiao - Lan Li, P.T.
متخصص در فیزیکیال تراپی

مطب پزشکی ارواین

(949) 333-2224

Airport Business Center
18102 Sky Park Circle, Unit D,
Irvine, CA 92612

www.southcountyspincare.com

جراحی عمومی - جراحی زیبایی
جراحی ارتوپدیک - جراحی ستون فقرات و کمر
جراحی کوچک کردن معده Lab-Band Surgery
جراحی پا بانیون صافی و کجی پا
درمان دردهای مزمن Pain Management

مطب پزشکی میشن ویهو

(949) 367-1006

Crown Valley Outpatient Surgical Center
26921 Crown Valley Parkway, Suite #110,
Mission Viejo, CA 92691

www.crownvalleysurgicalcenter.com



جراحان و متخصصین بیماری های پا در مرکز

**ALL IN ONE
FOOT CARE CENTER**



دکتر آرشیا روحیان

دارای بورس تخصصی جراحی پا از دانشگاه
University of Southern California (USC)

دکتر فرشاد بطحایی

دارای بورس تخصصی جراحی پا از دانشگاه
Temple University in Philadelphia

اعضای انجمن جراحان پا و قوزک پا

تزریق سلول های بنیادی

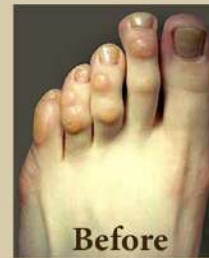
Stem Cell Injection



Before



After



Before



After

- جراحی بانین
- جراحی کجی انگشتان پا
- باز سازی پا
- درمان انواع شکستگی و جراحات پا
- درمان مشکلات پا ناشی از صافی کف پا
- درمان انواع پیچ خوردگی های قوزک پا
- تشخیص و درمان دردهای پاشنه و کف پا
- درمان میخچه، زگیل و پینه کف پا
- درمان ورم پا و رگهای واریس
- تشخیص و درمان بیماری های پوستی، قارچ ناخن و فرورفتگی ناخن در گوشت
- تشخیص و درمان ناراحتی های پا ناشی از بیماری قند، گردش خون و آرتروز
- تشخیص و درمان دردهای کمر و زانو ناشی از مشکلات پا
- تشخیص و درمان جراحات ورزشی
- کودکان و بزرگسالان
- تزریق PRP با تخفیف ویژه

مطب ها در اورنج کانتی

Irvine

113-waterworks Way

Suite 100

Irvine, CA 92618

Laguna Woods

24331-El Toro Road

Suite 370

Laguna Woods, CA 92637

تلفن:

(949) 588-8833

دکتر شیدا سام

پزشک خانواده
فوق تخصص در بیماری سالمندان



Dr. Shida Saam

Board Certified Family Practice & Geriatrics

- بیماری های داخلی (قلب، قند، فشار خون)
- تست تنفسی و نوار قلب، واکسیناسیون و چک آپ سالیانه کودکان و بزرگسالان
- تشخیص و درمان بیماریهای کودکان و بزرگسالان
- بیماری های زنان، یائسگی و PapSmear
- تخصص در هورمون های گیاهی
- انواع تست های سرطان
- کنترل وزن Weight Loss Programs

تماس مستقیم با دکتر از طریق اینترنت

قبول اکثر بیمه های درمانی

برای کسانی که بیمه ندارند تسهیلات ویژه در نظر گرفته شده است

(949) 783 - 1911

16300 Sand Canyon Rd., Suite 602

Irvine, CA 92618

باب اول حکایت سی و نهم گلستان سعدی



هارون الرشید را چون ملک دیار مصر مسلم شد گفت: به خلاف آن طاغی که به غرور ملک مصر دعوی خدایی کرد نبخشم این مملکت را مگر به خسیس ترین بندگان.

سیاهی داشت نام او خصیب در غایت جهل. ملک مصر به وی ارزانی داشت و گویند عقل و درایت او تا به جایی بود که طایفه ای حراثت مصر شکایت آوردندش که پنبه کاشته بودیم باران بی وقت آمد و تلف شد. گفت: پشم بایستی کاشتن!



اگر روزی به دانش در فزودی ز نادان تنگ روزی تر نبودی
به نادانان چنان روزی رساند که دانا اندر آن عاجز بماند
بخت و دولت به کاردانی نیست جز به تائید آسمانی نیست
اوقاتده ست در جهان بسیار بی تمیز ارجمند و عاقل خوار
کیمیاگر به غصه مرده و رنج ابله اندر خرابه یافته گنج



دیار: کس؛ کسی. صاحب دیر.
طاغی: سرکش؛ طغیان کننده؛ گردنکش.
دعوی: ادعا کردن. ادعا. خواستن.
غایت: نهایت و پایان چیزی؛ آخرین درجه
درایت: آگاهی داشتن؛ دانستن؛ دریافتن.
حراثت: برزگر، کشاورز.
اندر: در؛ تو؛ درون؛ در میان.
بخت: بهره؛ نصیب.
دولت: دارایی؛ ثروت؛ مال.
کاردانی: کاردان بودن؛ داندگی و بینایی در کار.
بی تمیز: نادان؛ بی خرد.
کیمیاگر: کسی که به علم کیمیا اشتغال داشته باشد.



هارون الرشید

ضرب المثل های فارسی

- ۱- ریش در دست دیگران داشتن. اختیار در دست خود نداشتن.
- ۲- سکوت نشانه ی رضایت است: وقتی کسی ساکت است رضایتش را نشان می دهد.
- ۳- فهم سخن چون نکند مستمع قوت طبع از متلکم بجوی: فهمیدن سخنان گوینده در هنر سخن گفتنش نهفته است.
- ۴- چو انداختن: جال و جنجال را انداختن.
- ۵- تعارف اومد نیامد دارد: به کسی که تعارف می کنی ممکن قبول کنه ممکن نکنه.
- ۶- سگ زرد برادر شغال است: یعنی در یک جنسند.
- ۷- گر دست فتاده ای بگیری مردی ور بر کسی خرده نگیری مردی.
- ۸- هر که بامش بیش، برفش بیشتر: ثروت زیاد آسایش به بار نمی آورد.
- ۹- یک تیر و دو نشان: با یک کار به دو نتیجه رسیدن.
- ۱۰- هر که آمد عمارتی نو ساخت رفت و منزل بدیگری پرداخت: بی وفابودن روزگار.
- ۱۱- مرغ یک پا داره: لجبازی کردن.
- ۱۲- گاومون زائیده: دردسر به سراغ آدم آمدن.
- ۱۳- خانه به دوش: بی خانه بودن.
- ۱۴- نان از برای کنج عبادت گرفته اند صاحب دلان به کنج عبادت برای نان: سوء استفاده.
- ۱۵- خواب زن چپ می زند: در موری گفته می شود که خواب به تعبیرش خود باشد و بالعکس.
- ۱۶- چشم بسته غیب می گویند: به کسی گفته می شود که از موضوع روشن و واضح خبر می دهد.
- ۱۷- هر که نان از عمل خویش خورد منت از حاتم طائی نبرد: قناعت.
- ۱۸- رگ خواب کسی را به دست آورن. پیدا کردن نقطه ی ضعف کسی.
- ۱۹- شمر، جلودارش نمیشه: یعنی بسیار آدم شروری است.
- ۲۰- رنگش مثل گچ سفید شد: منظور کسی است که از چیزی ترسیده و رنگش پریده باشد.
- ۲۱- نفس از جای گرم برآمدن: در مورد شخصی گفته می شود که بی خیال مستمندان باشد.



کمی بخندیم



- بچه که بوم، هر وقت بابام پشت فرمون می نشست واسم سوال بود که چرا به ملت فحش میده از وقتی گواهی نامه گرفتم، واسم سوال شده که چرا اینقدر کم فحش میداد.
- طریقه روانی کردن دخترا با دو حرکت: از شون عکس بگیرد. عکس رو بهشون نشون ندید!
- به یسری از راننده ها باید گفت حالا افسر گواهینامه داد... تو چرا قبول کردی؟
- نوشته یک قدم به بهشت مانده باشد صدایت از جهنم بیاید برمیگردم کنارت! داداش نمیخواه حالا بخاطر یه دختر رو پل صراط ترافیک درست کنی... تو برو من قول میدم اونور هواشو دارند.
- بابام داشت جو مونگ میدید بهش گفتم خسته نشدی انقد اینو مبینی؟ گفت دیگه کسی که ۷ ساله دانشگاه میره نباید از خستگی حرف بزنه. خیلی کینه ای شدن جدیدن.
- همیشه یک کاغذ تو جیبون باشه که روش نوشته باشین "کار شوهرمه" که اگه یک بلایی سرتون اومد، تصادف کردین یا به قتل رسیدین پلیس بره سراغش که بره زندون و خیلی بهش خوش نگذره بره یک زن دیگه بگیره!
- مامانم میگه جاروبرقی بکش، میکشم، اتو کن، اتو میکشم، گردگیری کن، غذا پز و... تموم که شد، میگه ولی چقدر کار داشتیم! پاشو چایی بنار خستگیمون در بره.
- یروز خونه دوستم تحویل من بود رفتم ناهار پختم با یک ترشی که رو میز بود خوردم فرداش دوستم پی ام داد: داداش این آپاندیس من که تو الکل بودو ندیدی؟ دیگه اون آدم سابق نشدم.
- بابام تعریف میکرد یه بار تو یه شرکتی تازه استخدام شده بودم یک دختر خیلی خوشگل و با کمالات اومد واسه مصاحبه کلی نذر و نیاز کردم که استخدام شه فرداش اونو استخدام کردن منو انداختن بیرون.
- رفتم خواستگاری بابای عروس گفت من دخترم رو به کسی میدم که حداقل خونه و ماشین و کار داشته باشه یه نگاه به بابام کردم گفتم به نظرم شرایطش به شما میخوره فقط

چیستان



- ۱- آن چیست که پا دارد ولی راه نمی رود؟
- ۲- آن چه میوه ای است که هسته های آن بیرونه؟
- ۳- آن چیست که اگر باشد (کور) است و اگر نباشد (کر) است؟
- ۴- آن چیست که بی علم و دانش، همه چیز را همانگونه که هست آشکار می سازد؟
- ۵- آن چیست که بال ندارد ولی پرواز می کند چشم ندارد ولی گریه می کند؟
- ۶- آن چیست که اگر بیافتد داخل آب خیس نمی شود؟
- ۷- آن چیست که از یک سوراخ وارد می شود و از دو سوراخ بیرون می آید؟

پاسخ چیستان

۱- کور ۲- کبک ۳- کور ۴- آینه ۵- باد ۶- کبر ۷- کرم

ترفندهای خانه داری



- برای جلوگیری از چربی گرفتن گاز و وسایل اول اینکه همیشه وقتی می خواهید مرغ، ماهی یا سیب زمینی سرخ کنید داخل یک قابلمه ی بزرگ اینکار را انجام بدهید که روغن زیادی بیرون نباشد در این مورد مواظب دستتان باشید به لبه ی قابلمه نچسبد و بسوزد.
- دوم با شعله ی متوسط و کم کار کنید. اگر غذا سر رفت یا زمانی که غذا را آماده ی طبخ کردید گاز کثیف شد ظرف را روی شعله ی دیگری قرار بدهید و آن قسمت را تمیز کنید که هنگام پخت چربی ها سوخته و عمیق نشوند.
- کتری قوری را از روی گاز بردارید که زمان پخت و پز چربی روی آن نپاشد.
- موقع کشیدن غذا دستمالی روی کانتیر یا میز پهن کنید و قابلمه ها را روی آن بگذارید و غذا را بکشید. کشیدن غذا روی گاز باعث کثیف شدن گاز می شود.
- همیشه روی جا ادویه و وسایل کنار گاز یک پارچه پهن کنید تا نیاز به شستشوی زود به زود نداشته باشند.
- قند سوخته یک ترفند در خانه به عنوان بوگیر: از قند سوخته می توان به عنوان بوگیر یخچال استفاده کرد، مخصوصاً در زمان مسافرت که یخچال بدون استفاده می ماند قرار دادن قند سوخته داخل یخچال باعث از بین بردن تمام بوها خواهد شد.
- نرم شدن دست ها در حین شستن ظروف: وقتی از مایع ظرفشویی استفاده می کنید دست های شما خشک و زبر می شود برای حل این مشکل، مقداری جوش شیرین به مایع ظرفشویی اضافه کنید تا پس از شستن پوست، دستان شما آسیب نینند.
- کباب کردن برگر کاری است که مردها هم انجام می دهند. بنابراین اگر دوست دارید مثلاً همبرگر آبدار و خوشمزه ای درست کنید بد نیست بدانید که با یک تکه یخ کارتان راه خواهد افتاد.
- برای خرد کردن میوه خشک، ابتدا آن را به مدت نیم ساعت در یخچال قرار دهید؛ سپس با چاقویی که آن را در آب داغ فرو کرده اید، خرد کنید.
- برای هر یک کیلو گرم برنج خام، پنج گرم پودر نعناع خشک را در کیسه نازک ریخته و به برنج اضافه کنید تا در آن حشره رشد نکند.
- برای پاک کردن جای بد منظره چسب روی در یخچال، مقداری روغن جلائی مبل روی آن بریزید و با دستمال نرم پاک کنید.
- اگر از لیموترش زیاد استفاده می کنید و نمی دانید کدام یک طعم ترش تر یا شیرین تر دارد به پوست آن توجه کنید! هر چقدر پوست لیمو نازک تر باشد، ترش تر است و هر چقدر پوست آن ضخیم تر باشد، شیرین تر است.

پیشی خانوم که در کوچه میو دارد عجب پا و دمی دارد/ نمی داند دم من ای خدا چه مزه ای دارد./ پلنگ آقا، پلنگ آقا که پیشی سر کوچه است / و یک گله پیشی اطراف او هستند/ عجب شاخ و دمی دارد./ اصلا یک موش/ یک گنجشک چه می داند؟/ تا حالا یک دفعه با دمپایی توی سرش خورده؟/ اصلا گنجشک چه می داند؟/ اصلا گنجشک فقط یک بار/ به منظور رهایی از در خانه کنک خورده؟/ پلنگ آقا دوباره روی بام خانه همسایه می باشد./ توی ظرف غذای من/ خدا مرگم/ نباید گفت/ ولی چند کوفته می باشد/ عجب صبری خدا دارد/ اگر من جای او بودم/ همان لحظه/ تمام کوفته ها را نوش جان کرده / به این پیشی که هم زشت است و هم قلدر/ بیلاخ خود و پنجول را/ کنار هم نشان داده و در رفته و الپرواز..... / چنان پرواز در خانه/ که کفترها و هیچ موشی ز دست من نکرده این چنین پرواز. / ولی افسوس/ که من این پشت در/ در آرزوی یک عدد کالباس می سوزم/ که امشب مهدی و تکم کباب دارند./ ولی من بوی آن را در کنار این پلنگ هردو/ تثار باسن یکدیگر و پنجول چرخانیم./ نه او امشب خورد کوفته/ نه من امشب خورم جوجه/ نه ما و این همه گربه در این کوچه/ دلم ماهیچه می خواهد.. دلم ماهیچه می خواهد / خدارا شکر.... خدارا شکر. صدایش قطع می شود. مرد صاحب خانه می گوید: خواهید. زن صاحب خانه از پنجره بیرون را نگاه می کند و گربه را می بیند که داخل لانه اش خوابیده و می گوید چقدر هم ناز خوابیده.

بیرون، نه سلامی نه علیکی. از پله ها می رود پایین و میاید بالا. چند بار خانم خانه را صدا می زند. اما جوابی نمی شنود. دوباره پایین و دوباره بالا! دوباره پایین و دوباره بالا. یک بار دستگیره را می چرخاند اما در از پشت قفل شده است. چقدر هوا سرد شده. دلم آغوش گرم صاحب خانه می خواهد. دلم کنج لب عزیزدل، دلم پروانه می خواهد.

صدایی از داخل خانه میاید. می پرد بالا. اما فقط در باز می شود و کمی کالباس روی پله ها می گذارند. با خوشحالی می دود و کالباس را برمی دارد و سریع می خورد. الان است که آن یکی گربه از آن خانه بیاید و غذایش را چنگ بزند و فرار کند. بعد او می ماند و گرسنگی چون صاحبش نمی فهمد که دیگری غذای او را دزدیده. وقتی کالباس هایش را خورد می رود داخل لانه کوچکش و با خودش میو میو می کند زن صاحب خانه از شوهرش می پرسد: باز چرا صدایش در آمده؟ آقا جواب می دهد: موقع کنسرتش رسیده. و آقای گربه زده زیر آواز و با خودش می خواند و می خواند....

میان موش های خوش بر و روی قشنگ/ صدای چهچه گنجشک میاید/ نمی داند سرم گرم کباب و جوجه می باشد/ نمی داند تکم خانم چقدر ناز است / نمی داند که من در جستجوی گوشت/ شبی آهسته در خانه چه ها کردم/ نمی داند که بند کفش مهدی را چقدر خوردم/ نمی داند لباس روی بند بچه ها را چگونه چنگ زدم روی زمین و خاکیش کردم./ نمی داند

خدا را شکر



سرش را پایین انداخته و از خودش می پرسد: چرا من را دوست ندارد؟

بعد قدم می زند داخل حیاط و میاید جلوی در مهدی عزیزآبادی و در می زند. اما کسی در را باز نمی کند. ناراحت و غمگین اما با صدای آهسته می گوید: می خواهم ببایم تو! صدای دختر از داخل خانه میاید که با صدای بلند می خندد. با خودش می گوید: من را یادش رفته است.

بعد شیرجه می رود به سمت شیر آب و کمی آب می خورد. با دستانش دست و صورتش را می شوید و دوباره برمی گردد سمت در... ناامید... دل شکسته... دلش فقط یک نگاه می خواهد اما همان هم از او دریغ شده است. می نشیند کنار زده. دستش را می گذارد کنار زده. در قفل است. خجالت می کشد باز هم کسی را صدا کند. اصلا وقتی کسی به او محل نمی دهد چرا صدایش در بیاید. بعد از چند دقیقه صدای در میاید. دختر طبقه پایینی است. چشمانش برق می زند اما از روی خجالت کمی خودش را عقب می کشد. دخترک بدون این که محلش بدهد چیزی زیر لب می گوید که نمی فهمد معنیش چیست و از خانه می رود

2960 Harbor Blvd, #3 & 4

Costa Mesa, CA 92626

(949) 707 - 7777

www.ezinsurance123.com

ragahi@ezinsurance123.com



Lic. OE86532 • Founded 2005

- اتومبیل
- مسکونه
- مشاغل
- سلامت
- عمر
- Life
- Uber & Lyft
- Auto
- Home
- Business
- Health



Reza Agahi

Principal Agent

Ez Insurance Services, Inc

CA DOI License # OE86532



مشاور رایگان شما
در کلیه امور بیمه ها

پل خواجه - اصفهان گزارش: مولود کیان راستی



اگر اهل سفر باشید، به یقین از میان شاهکارهای معمارانه اصفهان، به پل خواجه اشاره خواهید کرد. قدم زدن روی این پل، برای ساکنان شهر و گردشگران، از لذت‌بخش‌ترین تفریح‌ها محسوب می‌شود. پل خواجهی اصفهان در امتداد شرقی زاینده رود و سی‌وسه پل قرار دارد، شاه عباس دوم صفوی دستور می‌دهد که پل خواجه بر روی بقایای پل حسن بیگ از دوره تیموری ساخته شود؛ و علاوه بر نقش پل باید به‌عنوان یک سد نیز عمل می‌کرد. از نظر استحکام، تقارن، ریتم، سبک معماری و تزیینات کاشیکاری، از سایر پل‌های زاینده‌رود معروف‌تر و چشم‌نوازتر است؛ بر روی هر کدام از دهانه‌های پل، نقش و نگاره‌های متفاوتی چشم هر بیننده‌ای را به خود خیره می‌کند. از جمله ویژگی‌هایی که این پل را از سایر پل‌ها متمایز می‌نماید، وجود شاه نشینی در میانه این پل، به منظور اقامتگاه خانواده سلطنتی و درباریان می‌باشد؛ شاه و ملازمانش با تماشای مسابقه‌های قایقرانی و شنا از این محل، به تفریح می‌پرداختند. شاید برایتان جالب باشد که بدانید، این پل یک پل مردانه بوده و زنان حق عبور از آن را نداشته‌اند. یکی دیگر از جاذبه‌های این پل، حضور شیرهای سنگی زیبایی در دو سوی آن است؛ که اگر در کنار یکی از شیرها بایستید و به چشم شیر مقابل نگاه کنید، چشم آن شیر می‌درخشد. علاوه بر این در مجاورت این پل زیبا، بنای آرامگاه پروفیسور پوپ، یکی از شرق‌شناسان معروف آمریکایی و همسرش دکتر فیلیس آکرمن قرار دارد، که بنا به وصیت خودشان در کنار آب و زندگی آرام گرفته‌اند.

و اما.. این روزها زاینده رود باز هم تشنه زندگی است و پل‌های تاریخی آن بیش از پیش، چشم به محبت زمین و آسمان دوخته‌اند؛ باشد که عشق بر این خاک کهن بیبارد.



Shafa Medical Center



دکتر حمید اسکندری
Dr. Hamid Eskandari, MD

پزشک خانواده، فوق تخصص در طب سالمندان

- Family Medicine
- Geriatrics Medicine
- Nursing Home
- Adiction Therapy
- Hospice Care

- متخصص در طب سالمندان
- مراقبت از عزیزان شما در خانه های سالمندان که به فراموشی مبتلا هستند
- دارای مجوز رسمی ترک اعتیاد
- قبول اکثر بیمه های PPO و مدیگر

**برای تعویض پزشک عزیزان خود در خانه سالمندان
با پزشک متخصص فارسی زبان، با این مرکز تماس بگیرید.**

26730 TOWNE CENTRE DRIVE, Suite 102 Foothill Ranch, CA 92610

Tel: (949) 559 - 5153



زالزالک

زالزالک میوه اگر چه جثه ای کوچک دارد ولی بسیار پرفایده و مغذی است و به رنگ های زرد و نارنجی در اکثر نواحی معتدل می روید. رسیده ی این میوه، شیرین، گوشتی و دارای هسته های زرد رنگ فراوان است. این میوه علاوه بر ویتامین های A، B، C و تانن دارای کلسیم و مختصری پکتین است که برای تقویت قلب و معده بسیار توصیه می شود. همچنین زالزالک در درمان آرتزین و تصلب شرایین (سفت شدن دیواره رگ ها) بسیار کاربرد دارد و آنتی اکسیدان بسیار قوی محسوب می شود و می تواند به عنوان یک مکمل غذایی مقوی عمل کرده و در تنظیم وزن، گلوکز خون و التهاب نقش داشته باشد. مواد موجود در زالزالک قند خون و عملکرد انسولین خون را بهبود می بخشد. این میوه به علت غنی بودن از اسید تارتاریک و اسید مالیک نیز در مواقع کم خونی و سل اثر نیکویی دارد و به دلیل آن که دارای مقدار زیادی تانن است بسیار قابض بوده و می توان آن را جهت درمان اسهال های خونی به کار برد و همچنین به ازدیاد شیر مادران شیرده و افزایش کیفیت آن بیفزاید.

گوشت سینه مرغ را هم با زعفران مخلوط کنید و به آن آب پیاز، ۲ قاشق روغن مایع زیتون و نمک و فلفل اضافه کنید و مثل گوشت در یخچال به مدت ۱۲ تا ۲۴ ساعت میگذاریم تا مزه دار شود.

پیاز و فلفل دلمه ای را خلال کنید و ۴، ۵ ساعت قبل از سیخ کشیدن مرغ و گوشت آنها را داخل مواد شان بریزید. در نیم ساعت آخر هم آبلیمو را به مواد اضافه کنید و هنگام سیخ زدن گوشت ها مقداری نمک روی آنها بپاشید. در سیخ هم یک در میان یک عدد فیله گوشت، یک عدد فیله مرغ قرار دهید و بر روی آتش و یا در تابه کباب ها را آماده کنید. (حتما تابه را با کره چرب کنید) در دو دقیقه پایانی پخت کباب با قلمو از مخلوط کره و زعفران دم کرده روی کباب ها بمالید تا نرم تر و لذیذتر شوند. زمان پخت و انتظار آن در حدود ۳۰ دقیقه می باشد. در پایان پس از اینکه کباب آماده شد آنرا به همراه نان یا برنج سرو کنید.

کباب بختیاری در اصل از ترکیب گوشت گوسفندی و دنبه تهیه می شود، امروزه رستوران ها از ترکیب گوشت مرغ و گوشت گوساله یا گوسفندی به صورت یکی در میان (مانند کباب قفقازی) استفاده می کنند. برای درست کردن کباب بختیاری اصیل بین هر دو تکه گوشت یک تکه کوچک دنبه گوسفندی قرار دهید.



کباب بختیاری

مواد لازم: سینه مرغ بدون استخوان: ۱۵۰ گرم، فیله گوساله یا گوسفند: ۱۵۰ گرم، فلفل دلمه ای سبز: ۱ عدد کوچک، پیاز: ۱ عدد متوسط، زعفران دم کرده: ۱ قاشق سوپخوری، آبلیموی تازه: ۱ قاشق سوپخوری، روغن زیتون یا روغن مایع: ۲ قاشق، سس سویا: ۲ قاشق سوپخوری، کره آب شده یا کره نرم شده: ۱ قالب ۲۵ گرمی، نمک و فلفل سیاه: به مقدار کافی

دستور پخت: پیاز را رنده کنید و آب آن را بگیرید و به همراه سس سویا، نصف قاشق چایخوری فلفل سیاه و روغن زیتون با گوشت قرمز مخلوط کنید و به مدت ۱۲ تا ۲۴ ساعت در یخچال قرار دهید.

15 Years of Social Worker Experience

- سیتی زن شیب (Citizenship)
- بیمه های دولتی (Medicare - Medical)
- حقوق بازنشستگی (SSI - SSA)
- حقوق بیکاری (Unemployment)
- حقوق برای کسانی که تابعیت آمریکار اندارند (Capi)
- حقوق پرستاری (IHSS)
- حقوق و مزایای از کار افتادگی (Disability)



Tel: (949) 615 - 2891
(818) 425 - 2181

دفتر خدمات اجتماعی
با مدیریت
بهارا فتاحی

Email: Bahara_Fattahi@yahoo.com

Bahar Social Services



خدا را چه دیدی؟ شاید هم به کام ما شد دنیا
 یک شب لااقل...
 یک بار کنار هم بیدار می مانیم تا صبح.
 تو شب گیسوانت را بریز روی ظهر داغ تنت،
 بخند، آن طوری از ته دل بخند
 که چشم هایت هم می خندند،
 چشم های درشت دلنشینت.
 نیمه های شب که خوابت گرفت،
 بیا مثل دخترکی سه ساله آرام دراز بکش کنار من، برایت شعر بخوانم
 به زمزمه، نوازشت کنم، ببوسمت. بی هیچ هراسی،
 سرت را بگذار روی سینه من و چشمهایت را ببند.
 من با تمام جانم سرباز بی وطن تترسی میشوم
 که خلق شده برای محافظت از مرزهای بودنت.
 با هر نفست، دوبار شهید گمنام می شوم
 در تیرگی های شبی که خورشیدش تویی.
 بوی تنت پیچد در تمام روزگارم، مست شوم از عطر بودنت، بی باده.
 باده تویی، شراب ناب تویی، بید مجنون جوان من...
 دیر رسیده ایم به هم. حیف از تو که با من بمانی، گل نیلوفر مرداب شوی...
 اگر هم شبی کنار هم بودیم، صبح که شد، از تمام خیال هایم برو.
 قبل از آن که عادت کنی به تیرگی های طولانی دنیای من،
 ماه صورتت را بردار و برو.
 قبل از آن که عادت کنی به آغوش سرد ناامنم. به تلخی مداومم.
 به دردهای جاری در ثانیه های زشت شبانه روزم... برو.
 تو فکر کن گم شده بوده ای، من هم فکر می کنم خواب دیده ام،
 خواب دلچسبی که هرگز تکرار نخواهد شد...



حمید سلیمی



تست شنوایی رایگان

برای خرید سمعک ۵٪ تخفیف ویژه



hearing systems

آیا صدای تلویزیون خود را بالا می برید؟
 آیا از دیگران می خواهید که حرف هایشان را تکرار کنند؟
 ما با استفاده از آخرین مدل های سمعک شنوایی شما را تضمین می کنیم

قبول اکثر بیمه های درمانی

Medi-Cal, CalOptima, Blue Shield, P.P.O

مشاوره رایگان برای تشخیص مناسب ترین نوع سمعک

مراکز شنوایی در سه نقطه اورنج کانتی با بیش از ۱۵ سال سابقه

1635 E. Lincoln Ave., Orange, CA 92865

(714) 282 - 9911

22622 Lambert St., Suite #301B Lake Forest, CA 92630

(949) 768 - 4327

18672 Florida St., Suite #202A, Huntington Beach, CA 92648

(714) 375 - 7776

www.1StChoiceHearing.net

www.LifeHearingInc.com



All services are under supervision of our **Medical Director** and **Director of Nursing**.



Greater Southern California

سرویس دهمی در اورنج کانٹی، لس آنجلس، سن دیگو، ریورساید و تمامی شهرهای جنوب کالیفرنیا و حومه



Home Healthcare (Medical) Services

Skilled Nursing (RN, LVN, CNA, HHA)

Medical Social Services

Registered Dietitian

Rehab Services (Physical Therapy, Speech Therapy, Occupational Therapy)

Pharmacy Services



با معرفی دوستان، آشنایان و اطرافیان تا **\$500** هدیه بگیرید!



Homecare (Non-Medical) Services

Companionship

Meal prep & feeding

Transferring & mobility

Incontinent care & bathing

Custodial care

Personal attendance

Light housekeeping

Errands & appointments

Especially custodial care for Alzheimer's, Dementia & Parkinson's patients



تا ۵ ساعت خدمات رایگان در شروع سرویس دهمی برای اطمینان و رضایت شما از سرویس و کارکنان



All Payments Accepted

Credit Card, Check, Long-Term Care, Veteran Benefits, Medicare, Medicaid, and other Insurances



مشاوره رایگان حضوری و تلفنی (949) 666 - 2233



ردان مدیکال با سالها تجربه و تخصص در تجهیزات و خدمات پزشکی، مفتخر است تا سرویس های مراقبتی، سلامتی و درمانی خود را در تمامی جنوب کالیفرنیا به شما ارائه دهد. خدمات ما شامل کمک رسانی در امور داخل و خارج منزل، بهداشت شخصی، همراهی بیمار و همچنین تمامی خدمات پزشکی و پرستاری، توانبخشی، غذایی و دارویی در منزل شما می باشد.

CUSTOM LIGHTING, CUSTOM FURNITURE, UNIQUE ACCESSORIES, FINE ARTS

بازیابی نور
و زیبایی محیط



خانه شیک

Chic Home



DISCOVER LIGHTING



آینه کاری
دیوار

949-379-0090

Visit Our Showroom www.ChicHomeOC.com

23482 Ridge Route Dr., Laguna Hills, CA 92653

Pars Pharmacy

Now in Irvine



با مدیریت دکتر آرشی اکمل



با انتقال بیش از ۵ نسخه

هدیه ای به مبلغ ۷۵ دلار

دریافت خواهید کرد

Not valid for prescriptions paid in whole or in part by government or private programs that restrict participation in such incentive plans (e. g. Medicaid, Medicare, Tricare). Offer restrictions and exclusions apply. See pharmacy for details. Limit one for households.

در شهر ارواح

تقاطع خیابان
کالور و برانکا پارک وی

داروخانه پارس

Tel: (949) 716 - 2300 Fax : (949) 716 - 2301

4050 Barranca Pkwy Suite 150 Irvine, CA 92604

At the intersection of Culver & Barranca in
the same shopping center as Mini's Cafe
& Islands Restaurant

mail@ParsRX.com
www.parsrx.com

Culver@Barranca Parkway

اکثر بیمه ها پذیرفته می شود از قبیل:

CALOPTIMA, ONE CARE, MEDI-CAL, MEDICARE, MSI,
WORKERS COMPENSATION AND MANY MORE

We beat Costco and all Chain Pharmacies Price



خدمات رایگان ارسال پستی دارو و تحویل در منزل شما در سراسر اورنج کانتی