



**MK Legal Group, APC**

**دکتر مژگان کمالی**  
**وکیل رسمی**

دادگاه‌های کالیفرنیا و فدرال  
 عضو دائم وکلای دیوان عالی کالیفرنیا،  
 انجمن وکلای دادگستری اورنج کانتی،  
 کانون وکلای کالیفرنیا و لس آنجلس

● **تصادفات**

● **مهاجرت**

● **وصیت نامه**

● **تراست**

شرح در صفحه ۵

**(855) MKVAKIL**

**(855) 658-2545**

[info@mklegalgroups.com](mailto:info@mklegalgroups.com)



Business WhatsApp

+1(949) 244-6045



دکتر فریبا بیگدلی 2905 - 831 (949)  
 دندانپزشک و متخصص ارتودنسی از  
 دانشگاه های تهران و USC در لاگونا بیگل



Mercedes-Benz  
 of Anaheim



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



دکتر جعفر شجره و همکاران  
 تلفن: 2224-333(949) صفحه ۲۷



دکتر حسین تمدنی (آقای وام)  
 تلفن: 1760 - 852 (949) صفحه ۸







At Kanani Advisory Group, we believe everyone should be able to live the retirement they've always wanted. Our team of professionals can help you create a well-thought-out strategy, using a variety of investments and insurance products and services to help you address your financial needs and concerns.

دیوید کنعانی، مشاور سرمایه گذاری گروه کنعانی ما در گروه مشاوران مالی کنعانی بر این باوریم که هر کسی باید همانطور که دوست دارد، بازنشسته شود. تیم ما قادر است به شما کمک کند تا برنامه ریزی صحیح مالی برای همه دوران مختلف زندگی خود، به ویژه دوران بازنشستگی داشته باشید.

برنامه ریزی مالی ما در یک استراتژی سه مرحله‌ای صورت می‌گیرد:

مرحله اول: بررسی اوراق مالیاتی شما  
مرحله دوم: بررسی منابع مالی و درآمدی شما  
مرحله سوم: آنالیز دقیق ریسک پذیری شما و سرمایه گذاری براساس آن

Securities offered through Madison Avenue. Securities, LLC(MAS), member FINRA/SIPC. Investment advisory services offered through Kanani Advisory Group, a Registered Investment Advisor. MAS and Kanani Advisory Group are not affiliated companies.

CA License #0B34918 #0L51510



*Kanani*

ADVISORY GROUP

Wealth Management

**WE OFFER SERVICES IN THESE THREE AREAS:**

**GROW:** Prepare for retirement by putting your hard-earned assets to work.

**PRESERVE:** Protect the assets that can help you live the retirement you've always imagined.

**GIVE:** Provide for the people and causes you care about the most.



Phone: (877) 829 - 9227

Fax: (949) 502 - 7006

[www.KananiAdvisoryGroup.com](http://www.KananiAdvisoryGroup.com)

[dkanani@KananiAdvisoryGroup.com](mailto:dkanani@KananiAdvisoryGroup.com)

16510 Bake Parkway Suite 100

Irvine, CA 92618



SHAHJI  
JEWELRY



SHAHJI JEWELRY INVITES YOU TO OUR  
**GRAND OPENING**  
JUNE 9<sup>th</sup> - 12<sup>th</sup>

10% TO 20%  
SALE

جواهری  
شاہی



949-946-8343

23162 LOS ALISOS BLVD STE 102B,  
MISSION VIEJO, CA 92691

WWW.SHAHIJEWELRY.COM

INFO@SHAHIJEWELRY.COM



## سخن سردیر - مطالعه



دکتر مشتاق فروهر

هر یک از ما زمانهایی خواسته ایم که مطالعه کتابی را شروع کنیم اما به دلایلی از شروع و یا اتمام آن موفق نبوده ایم. چند عامل برای این عدم موفقیت ها وجود دارد. پیش از آغاز مطالعه باید از خود پرسیده شود که دلیل خواندن این کتاب چیست. مشخص کردن دلیل و هدف خواندن یک کتاب کمک می کند که کتابهایی را نیاز به مطالعه ندارند را کنار گذاشته و به سراغ مطالبی برویم که اهمیت دلایل خواندن آن برای ما را تا انتهای خواندن آن کتاب دلگرم می کند و باعث می شود که هر چه سریعتر آن را تمام کنیم. لذت بردن از آن چه که می خوانیم اهمیت زیادی دارد. ممکن است کتابی که از طرف دوستی به شما پیشنهاد شده باشد برای او جالب باشد ولی خواندن آن برای شما دلچسب نباشد. بنابراین فقط به دلیل اینکه باید چیزی خوانده شود نباید عاملی برای خواندن یک کتاب باشد که این می تواند انگیزه مطالعه را کاهش دهد. در عوض، کتابهایی را باید پیدا کرد که موردعلاقه مان هستند و کنجکاوی مان را برمی انگیزند.

در هنگام خواندن یک کتاب از صفحات غیرضروری بگذرید. زمانیکه برای لذت و آگاهی شخصی خود مطالعه می کنید، باید قوانین خودمان در نظر گرفته شوند. این کار تقلب نیست. رد شدن از صفحات غیرضروری کمک می کند تا از قسمت های خسته کننده و نامربوط سریعتر گذشته و زمان را صرف خواندن مطالب بی فایده نکنیم.

مطالعه باید جزیی از فعالیت های روزانه ما باشد. زمانی که مطالعه ای یک کتاب برایمان اهمیت دارد، اینکه سرمان شلوغ است دیگر اهمیتی ندارد و برای آن برنامه ریزی خواهیم کرد و به آن زمان اختصاص خواهیم داد.

مهم اینکه وقتی کتابی را می خوانیم نباید نویسنده را نقد کنیم. این کار درک و دریافت ما را کاهش می دهد. می توان با نویسنده مخالفت کرد، اما وقتی که کتاب را تمام کردیم.

صفحه

### در این شماره می خوانیم:

- ۴ سخن سردیر
- ۵ در تاریخ
- ۵ در باره عباس یمنی شریف
- ۵ نکات مهم هنگام تصادف - دکتر مژگان کمالی
- ۶ این نیز بگذرد - تکتم مرادی مهنه
- ۸ پنندهای شاهنامه فردوسی - دکتر علی بهرامسری بختیاری
- ۱۰ عشق پنهان - حمید سلیمی
- ۱۲ درگوشی های خاله زنگی، آتیش - تکتم مرادی مهنه، مهدی عزیزاده فخرآباد
- ۱۳ پارسی بنویسیم، پارسی بگویم
- ۱۳ ناز اغنیا - شعری از احسان صانعی کاشانی
- ۱۴ معرفی رمان های برتر جهان
- ۱۶ جهنم من - حسین فرزین
- ۲۰ طمع آقای طماع - مهدی عزیزاده فخرآباد
- ۲۲ زبان، پیدایش و اهمیت آن - امین بابادی عکاشه
- ۲۳ کمی بخندیم
- ۲۳ ضرب المثل های فارسی
- ۲۵ حکایتی از گلستان سعدی
- ۲۶ چیستان
- ۲۶ ترندهای خانه داری
- ۲۸ گریه لیلی
- ۳۰ خوشنویسی نستعلیق - طوبی بزرگر

## Coast New Horizon, Inc.

RCFELic #306004128

استخدام Care Giver

### نگهداری از عزیزان سالمند شما



**Mali Fouri**  
Administrator

### Assisted Living Care Home

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

- 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



**Cell: (949) 735 - 6058**

Fax: (714) 668 - 1002 CoastNewHorizon@gmail.com

## Fard Accounting

Honest and Precise



**Mostafa Fard**

- Business Income Tax
- Personal Income Tax
- Preparation Financial Statements

www.fardacc.com  
info@fardacc.com

818-577-5104  
949-383-6035

**خدمات مالیاتی**  
**برای شرکت ها و اشخاص**  
**حسابرسی و حل اختلاف حساب**  
**تهیه و تنظیم صورت های مالی**







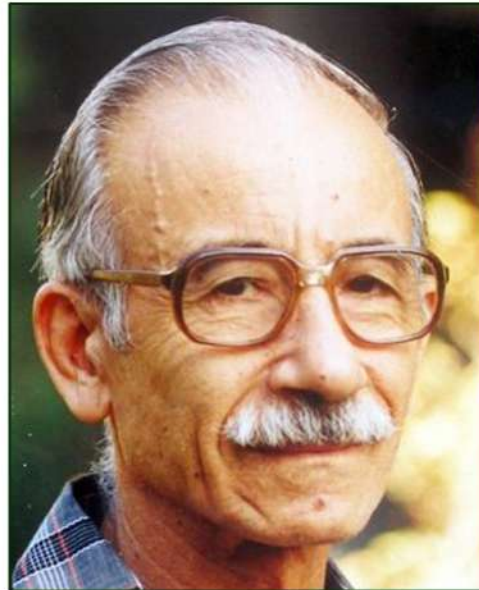
## نکات مهم هنگام تصادف دکتر مژگان کمالی

درود بر شما همراهان گرامی: در این مقاله لازم دانستم نکات مهمی که بهتر است در هنگام وقوع تصادف در خاطر داشته باشید را متذکر شوم.

به هیچ عنوان وارد بحث و مجادله با طرف مقابل نشوید. در صورت حضور پلیس، خونسردی خود را حفظ نموده و اطلاعات لازم را به پلیس ارائه دهید و حتما کارت مشخصات افسر مربوطه را بگیرید. این مشخصات شامل شماره شناسایی پلیس، شماره کیس، تاریخ و ساعت تصادف است. معمولا از بیمه طرف مقابل با شما تماس میگیرند تا گزارش تصادف را از زبان شما بشنوند. توصیه می‌شود به هیچ عنوان، بدون حضور وکیل خود با آنها وارد گفتگو نشده و هیچگونه اطلاعاتی ردوبدل نکنید و تنها شماره وکیل خود را در اختیار آنها قرار دهید. نکته دیگر این که هر گونه صحبتی از طرف شما در رابطه با چگونگی تصادف و وضعیت جسمی و روحی شما پس از تصادف با بیمه طرف مقابل ممکن است برای آنها برگ برنده ای باشد بر علیه شما. اگر با بیمه خود تماس گرفتید و به آنها تصادف خود را گزارش کردید لطفا شماره claim، اسم adjuster کیس و شماره تلفن ایشان را یادداشت کنید. لطفا از دادن اطلاعات شخصی خود به افرادی به غیر از راننده طرف مقابل و یا پلیس خودداری کنید. ضمنا هیچگونه برگه یا مدرکی را بدون مطالعه در آن شرایط پر استرس امضا نکنید. پس از یک هفته تا ده روز گزارش پلیس حاضر خواهد بود که شامل اطلاعات مربوط به راننده و بیمه طرف مقابل، چگونگی حادثه، موقعیت جغرافیایی، زمان و اطلاعات شاهدین در صورت وجود است که وکیل شما میتواند با استناد به این گزارش، مکاتبات رسمی خود را با شرکت بیمه طرف مقابل شروع کند.

در زمان تصادف، اگر منجر به خسارت و صدمه جسمی زیادی نشده اید، ماشین خود را به نقطه ای امن هدایت کرده تا هم از بروز ترافیک جلوگیری شود و هم شما بتوانید در آرامش نسبی منتظر رسیدن پلیس بمانید. اگر تصادف شدید بود و صدمه جسمی زیاد دیدید، سعی کنید در اسرع وقت با 911 تماس برقرار کنید و خود و ماشین خود را حرکت ندهید تا از بروز مشکلات جسمی بیشتر جلوگیری شود. اگر به هر دلیلی با پلیس تماس نگرفتید، اطلاعات خود را که شامل بیمه ماشین، رجیستریشن و گواهینامه رانندگی را در اختیار راننده مقابل قرار دهید تا بتواند عکس بگیرد و شما نیز متقابلا همین کار را انجام دهید.

ادامه در صفحه شانزدهم



من نغمه سرای کودکانم

شادست ز مهرشان روانم

## عباس یمینی شریف

گیرد ز کودکان نشانم

او در سال ۱۳۹۸ در تهران زاده شد و کودکی خود را در روستای دربند سپری کرد. از دوران کودکی شعر می سرود اما سرودن برای کودکان را هنگامی آغاز کرد که در دانشسرای مقدماتی آموزگاری با ادبیات کودکان دیگر کشورها آشنا شد. در سال ۱۳۲۱ برای نخستین بار یکی از سروده هایش در روزنامه نونهالان چاپ شد. یک سال بعد با برنده شدن در نخستین مسابقه شعر برای کودکان به عنوان شاعر کودکان شناخته شد و از سال ۱۳۲۴ سروده هایش به کتاب های درسی دوره دبستان راه یافت. در همان سال مجله «بازی کودکان» را منتشر کرد. از دیگر نشریه هایی که مدیریت آن ها را بر عهده داشت، مجله های دانش آموز، سازمان شیر و خورشید ایران و کیهان بچه ها را می توان نام برد. در سال ۱۳۳۲ برای گذراندن دوره کارشناسی آموزش و ادبیات کودکان به امریکا سفر کرد. تجربه های تلخش از دوران مکتب و آشنایی با دیدگاه های نو در آموزش و پرورش کودکان او را بر آن داشت تا پس از بازگشت به ایران در سال ۱۳۳۶ با همراهی همسرش توران مقومی، دبستان روش نو را باز کرد که از کودکان تا دبیرستان گسترش یافت و تا ۱۳۵۸ به کار خود ادامه داد. وی بنیانگذاری جایزه ادبی عباس یمینی شریف برای تشویق نویسندگان و تصویرگران ایرانی، نگارش کتاب اول ابتدایی، کتاب اول و دوم برای بزرگسالان نوآموز، کتاب های آموزشی برای پدران و مادران و مقاله های آموزشی و اجتماعی در روزنامه کیهان آن زمان بود. وی در ۲۸ آذر ۱۳۶۸ به سبب بیماری درگذشت.

## در تاریخ:

● یکم خرداد سال ۱۳۰۷ قانون اعزام محصل به اروپا به تصویب مجلس شورا رسید. طبق این قانون قرار شده بود که هر سال دست کم یکصد محصل ایرانی برای تحصیل در دانشگاههای کشورهای اروپایی اعزام شوند.

● تاریخ ورود نخستین چاپخانه به ایران را ۲۲ ماه مه سال ۱۶۴۰ میلادی (۳۶۷ سال پیش) نوشته اند. این ماشین چاپ (مدل گوتنبرگ) توسط یک ایرانی ارمنی به منظور نصب در جلفای اصفهان وارد ایران شده بود. در آن زمان شهر اصفهان پایتخت ایران و شاه صفی رئیس کشور بود.

● اسماعیل سامانی مردی که پرچم زنده کردن زبان پارسی و فرهنگ ایرانی را به دوش گرفت در ماه می سال ۸۴۹ میلادی در فرغانه (فرارود) خراسان به دنیا آمد. او که خود را از فرزندان زادگان بهرام چوبین اسپهبد بزرگ ایران معرفی می کرد خود را شاه خواند. پس از تمرکز بر امور خراسان بزرگتر شامل سه کشور تاجیکستان، ازبکستان، ترکمنستان، نیمه شمالی افغانستان، گوشه هایی از قزاقستان و قرقیزستان و خراسان ایران کنونی در دست خود، احیاء زبان و ادبیات فارسی و فرهنگ و رسوم ایرانی را سرلوحه کار خود قرارداد. اسماعیل با اینکه توان لشکرکشی به بغداد و برانداختن خلیفه را داشت چنین نکرد زیرا که احیاء فرهنگ ایرانی و زبان فارسی برایش مهمتر بود. اسماعیل در سال ۹۰۷ میلادی درگذشت و در بخارا مدفون شد و آرامگاه او که یک بنای تاریخی است مورد احترام خاص تاجیکیان و همه ایرانیان است. وی چنان زیربنای فرهنگی را استوار گذارده بود که تا سال ۱۹۲۰، فارسی، زبان رسمی منطقه بخارا بود.

● درگذشت "محمد بن زکریای رازی" دانشمند نامدار ایران محمد بن زکریای رازی در سال ۲۵۱ ق در شهر ری به دنیا آمد. ابتدا به کیمیاگری پرداخت و در نهایت به شیمی روی آورد. سپس در علوم طب، هندسه، منطق و فلسفه نیز مهارت یافت رازی سالهای بسیاری از عمر خویش را در تجزیه و ترکیب عناصر و مواد طبیعی صرف کرد و موفق به کشف الکل و تهیهی اسید سولفوریک شد. محمد بن زکریا به تدریس و تربیت شاگردان نیز می پرداخت. تالیفات وی را تا حدود ۲۵۰ اثر در زمینه های طب، طبیعیات، منطق، ریاضی و نجوم، تفسیر، فلسفه، مابعدالطبیعه، الهیات و... نگاشته است. از مهم ترین کتاب های محمد بن زکریا، الحاوی و المنصوره است.



## این نیز بگذرد



بینید من عقیده دارم مشکلات حتی مشکلات سخت آن واقعا گاهی بد نیست. البته منظورم تکم مرادی مینه بعضی بلاها نیست که واقعا خانمان سوز است. بلکه بعضی کارهاست که انسان را مثل فولاد آبدیده می کند. مثلا اینکه لوله خانه ات خراب بشود شاید خیلی ناراحت کننده باشد اما وقتی میروی دنبالش تا درستش کنی یک چیزی یاد گرفته ای. یا وقتی ماشینت خراب می شود شاید باید هزینه ای بکنی اما میروی داخل تعمیرگاه و هم اطلاعاتی که نداری را به دست می آوری و هم این مشکل خودش آموزنده است و بالاخره با چیز جدیدی برخورد کرده ای و اگر مثلا آگزوز ماشین خراب نشده بود شاید هیچ وقت نمی فهمیدی باید چه کار کنی. البته باز هم می گویم بعضی مشکلات کوچک منظورم است. مثلا اگر پسر یک خانواده معتاد بشود این دیگر مشکل قابل حلی در چند روز نیست

و اتفاقا یک بلای بزرگ است. اما مثلا اگر کامپیوترت خراب بشود مجبوری درستش کنی و همین یعنی برخورد با یک عامل جدید که وادارت میکند به روی پی راه حل بگرددی و یک چیز جدید یاد بگیری. اما این که اول گفتم مشکلات سخت هم گاهی بد نیست دلیلش این بود که همان ها هم در نهایت از تو یک الماس صیقل داده شده می سازد. تصور کنید میروی زیر بار قرض و قسط. خوب باید راه حلی پیدا کنی تا آن پول را جور کنی دیگر. و این می شود که مجبوری کار کنی و راه حلی برای درآمد جدید پیدا کنی و شاید بعد از ظهر ها بعد از محل کار خودت بروی به یک جای دیگر. این یعنی ناخودآگاه یک مهارت جدید یاد گرفته ای و خیلی چیزهای دیگر که شاید در آن لحظه متوجه آن نباشی. حالا باور کنید شعار نمی دهم و خودم هم حالم از هر چه بدبختی است به هم می خورد. ولی در آخر وقتی مدتی می گذرد و بعدها به آن روز و به آن مشکل فکر می کنم می بینم شاید خیلی سخت بود اما



در عوض چه چیزهایی که یاد نگرفتیم و چقدر در انسانی که امروز هستیم تاثیر داشت. شخصیتم عوض شد و حالا اعتماد به نفسم بالا رفته و از بعضی چیزها نمی ترسم. شاید واقعا راست می گویند که این نیز بگذرد!!

## مجری کلیه طرحها و تعمیرات ساختمانی

دوستان عزیز منطقه اورنج کانتی و حومه  
تبدیل کاربری ADU, Design, Addition به  
Sunroom and All Renovations

آشپزخانه، حمام، بالکونی، انواع کفپوش ها،  
خدمات سریع در Plumbing, Electrical

WITH OVER 20 YEARS EXPERIENCE AND QUALITY

(949) 284-8874 درخشان (678) 232-6998





# C & K Law Group

Tel: (949) 852 - 4454

Fax: (949) 508 - 1759

دفتر حقوقی

دکتر کورش جعفری

دکتر کیارش جعفری

و همکاران

وکلا 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 علایم تجاری

## امور تصادفات:

- اتوموبیل و موتورسیکلت
- اوپر و لیفت

3525 Hyland Ave, Suite 270, Costa Mesa CA 92626

ChrisJafari@gmail.com

www.JafariLaw.net



## پندهایی از شاهنامه فردوسی، فرزانه ایران زمین

دکتر علی بهرامسری بختیاری

اگر پادشا را بود پیشه داد  
بود بی گمان هر کس از داد شاد  
از امروز کاری به فردا ممان  
که داند که فردا چه گردد زمان

فردوسی ورجاوند می فرماید اگر  
فرمانروا داد و عدل را بگستراند، بی گمان  
همه از داد و عدل شادمان خواهند  
شد. کار امروز را به فردا مسپارید چون  
کسی نمی داند در آینده زمان چگونه  
خواهد شد.

به دانش بود مرد را ایمنی  
ببندد ز بد دست اهریمنی  
دگر بردباری و بخشایشست  
که تن را بدو نام و آسایشست

فردوسی ورجاوند می فرماید: دانش  
انسان را در برابر اهریمن ایمن می سازد  
و از سوی دیگر بردباری و بخشش  
شوند(باعث) آسایش وی می گردد.



ز یزدان گشای و به یزدان گرای  
چو خواهی که باشد تو را رهنمای  
جهان را چو آباد داری بداد  
بود تخت آباد و دهر از تو شاد  
چو نیکی نمایند پاداش کن  
ممان تا شود رنج نیکی کهن  
خرمند را شاد و نزدیک دار  
جهان بر بداندیش تاریک دار

فردوسی ورجاوند می فرماید گشایش کارها  
را از یزدان بخواه و به او گرایش داشته باش گر  
خواهی که راهنمای تو باشد. اگر جهان را به  
عدل و داد آباد بداری، هم فرمانروایی تو آباد  
می گردد و هم زمانه از تو شاد و خرسند  
می گردد. هنگامی که مردم نیکی می کنند آنها  
را پاداش بده و مگذار رنج نیکی کهنه  
شود. خردمندان را شاد کن و آنها را به خود  
نزدیک نما و جهان را بر بداندیشان تیره و تاریک کن.

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

**خوادنی‌ها**  
www.khondaniha.com  
khondaniha@khondaniha.com

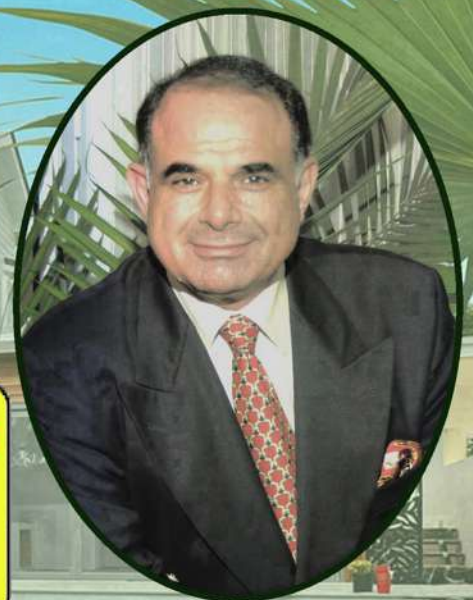
**(949) 923 - 0038**

# 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



# Cadeau Jewelry and Gifts



- خرید و فروش طلا و جواهر
- ارایه طرح های مختلف زیورآلات با طلای 18 عیار
- انواع سکه های پهلوی و بهار آزادی
- عرضه ترمه های اصل یزد و اصفهان
- انواع صنایع دستی

زیور آلات و طلاجات با پایین ترین  
قیمت عرضه میشود و به بالاترین قیمت  
خریداری می گردد.

**خیال شما آسوده است  
چون بهترین را انتخاب کرده اید.**

23162 Los Alisos Blvd,  
#106, Mission Viejo  
جنب میشن رنج مارکت  
(949)566-4596







حمید سلیمی

## عشق پنهان

چه عشق‌ها که جان دادند به گناه ترس‌های ما. چه حرف‌ها که زده نشدند و زنده زنده مردند. چه بوسه‌ها که رخ ندادند. چه آغوش‌ها که خالی ماندند. و گناه مرگ همه‌شان گردن ما بود، که یا زود رسیدیم، یا دیر رسیدیم، یا اصلاً نرسیدیم. که شهامت نداشتیم به وقتش دم بزیم از خواستن. یا دیر گفتیم یا اصلاً نگفتیم. گناه ما بود که ندیدیم کسانی را که دوستان دارند و دل دادیم به نوازش دستان دروغگوی مسافرانی که خسته بودند و ما را دیدند و دلشان ایستگاهی متروک می‌خواست برای کمی آرامش... نشستند و آرام شدند و با اولین قطار رفتند.

چه جوانمرد شد دل کسی که دوستان داشت و ما هرزه بودیم و ندیدیم. حرف زخم و درد که می‌شود، همه ما صورتمان را شکل غم می‌کنیم تا همه بدانند نهنگ زخم خورده‌ایم و بره دریده شده و کرگدن مغموم. اما روبروی آینه که بایستیم، لابلای

وهم‌ها و نقاب‌ها گرگ دهان آلوده‌ای را می‌بینیم با چشم‌های محزون. درنده‌خوی تنهایی که سخت پشیمان است از دریدن‌های تنانه و بی عشق. و یادمان می‌آید به وقتش گرگ هم بوده‌ایم، ترسو هم بوده‌ایم، کم هم بوده‌ایم، مردد هم بوده‌ایم. به یاد می‌آوریم که تعداد زخم‌هایی که زدیم زیاد کمتر نیست از زخم‌هایی که خوردیم. و درد می‌کشیم، که زخم‌ها را اغلب به کسانی زدیم که زخمی نزدند و به رسم مرهم بودن آمده بودند. و بوسه‌ها را نثار کسانی کردیم که زخم زدند و رفتند و هیچوقت جلوی هیچ آینه‌ای از آنچه با ما کردند شرم نکردند. ما بخشیدیم و گذشتیم. کاش بیخشنند و بگذرند...



خیلی وقت است که همه چیز تمام شده است، فقط شهامت نداری به روی خودت بیاوری. به گرمی بوسه، به گرمی آغوش، به گرمی دیدار، به هرچه منتظرش بودی به سادگی بگو خداحافظ. به انجماد جان خو کن، رها شده در توفان، رقصان به روی موج، تکه چوب تنهای لال. ببین چه خوب است که دچار نیستی؟ دور خودت بگرد، از سایه ات

فرار کن، آوازه‌های شاد بخوان با لبانی که نداری برای کسی که نیست. با دلی که هیچکس را دوست ندارد، دل به هیچکس نبند. دست بردار از احتمال ضعیف دوباره رخ دادن بوسه، کسی تو را نمی‌بوسد بس که لبانت زهری است، آدم ساده. از یاد رفته‌ای و حتی عابری نیست که همین را به تو بگوید.

نه منتظر نباش. از بلندگو کسی صداقت نمی‌کند، تو ملاقاتی نداری. روی تخت آسایشگاه به پهلوی راست دردناکت بخواب، با چشم‌های باز خواب گنجشکی را ببین که از روی انگشتت پرید به سمت شاخه‌ای بهتر. صبح که شد، با دو چشم خون گرفته بی خواب، به زیارت آینه برو، سلام کن و بگو نترس، تمام شد، نه در انتظار برگشتن کسی، نه شوق سفر و همسفری تازه، نه

بهاری نه یاری، نه جانی برای بیقراری. بعد، کنار پنجره بنشین، ساکت به حیاط آسایشگاه نگاه کن، به عبور مردم سرخوش، به بهار که آمده و شاخه‌های درخت پیر جوانه زده‌اند. با خودت بگو هنوز امید هست، گرچه نیست. به فریب هر لبخند تازه بی اعتنا بمان، و از یاد نبر برای هر خبر خوب خیلی دیر شده است...

- تفکیک زمین‌های بزرگ
- گرفتن جواز برای ساخت ساختمان
- از فاندیشن تا تحویل
- کلیه کارهای اجرایی نقشه‌کشی، فاندیشن، الکتریکال، لوله‌کشی، فریمینگ، درایوال
- محوطه‌سازی، ریمادلینگ، نقاشی، کف‌سازی
- حمام، آشپزخانه، Counter Top

از همه قیمت بگیرید و با ما تماس بگیرید

کلیه کارهای طراحی زیر نظر آرشیوتکت و کارهای اجرایی زیر نظر کاترکتور با لایسنس کالیفرنیا است  
تمام کارها با وارانتهی یک سال

حسین کیان نصر

(714) 717 - 4422

2165 South Manchester, Anaheim, CA 92802  
aaconstructiondesign@yahoo.com

## خانه رویایی خود را بسازید







دفتر حقوقی

دکتر یاسمین عظیمی

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

## Immigration

## مهاجرت

### ● Green Card/Permanent Residency through:

Family, Extraordinary Ability, Employment, Investment, Asylum

### ● Visa through:

Fiancé, Work, U-Visa (victim of crime), Investment, Specialty Visas/ Extraordinary Ability

### ● Citizenship

### ● Deportation & Removal Proceedings

## Personal Injury

Auto accident, Uber/Lyft, Motorcycle accident, Common Carriers, Slip and Fall, Brain Injuries, Wrongful Death, Burn Injuries, Dog Bites

### ● کارت سبز از طریق:

فامیل، استعدادهای درخشان، اجازه کار، پناهندگی سیاسی و مذهبی، سرمایه گذاری

### ● ویزا از طریق:

نامزدی، کار، قربانی جنایت، سرمایه گذاری، ویزای تخصصی \ استعدادهای درخشان

### ● سیتیزن شپ

### ● دفاع در مورد اخراج از امریکا

## تصادفات و صدمات بدنی

اتوموبیل، موتور سیکلت، اوپر و لیفت، شرکت های حمل و نقل، زمین خوردگی، حمله حیوانات، صدمات مغزی، قتل غیر عمد، جراحات سوختگی

**FREE CONSULTATION**

**949.222.2272**

**info@azimilawfirm.com**

**1401 Dove Street, Suite 450 Newport Beach, CA 92660**





جلوی سربال مرگم سلطان یا بمیر بانو و من فقط آرام و باور کنید خیلی آهسته می گویم مواظب آتیش باش! که انگار بلا گفته باشم دادش درمی آید که تو چه کار داری؟ و اصلا تو توی خانه چه کار می کنی برو سر کار!

**خانومه میگه: (تکم مرادی مهنه)**

امان از دست این مردها! به همه چیز گیر میدهند. آن هم گیرهای الکی. آخر تو چه کار داری که من داخل آشپزخانه ام دارم چه کار می کنم؟ تو چه کار داری که من لباسها را کجا خشک می کنم؟ خوب است تمام لباس ها را بگذارم توی طاقچه که همه ببینند لباس زیر آقا چه رنگی است؟ یا از همه مهمتر آشپزخانه! وای از آشپزخانه! آخر مرد را چه به آشپزخانه! آشپزخانه جای من است یا تو؟ (همین الان هم بگویم که در اصل آشپزخانه جای هر دوی ماست و زنهارا برای آشپزخانه به دنیا نیاورده اند!) اما وقتی من مسئول امور خانه هستم و تو مسئول درآمدزایی دیگر به کار من کار نداشته باش. یعنی خدا نکند جمعه باشد یا روز تعطیلی بلافاصله دخالت های آقا شروع می شود و از

هر چیزی ایراد می گیرد. یعنی غیرقابل تحمل می شود. طوری می شود که فقط دلم می خواهد برود بیرون سرکارش تا یک نفس راحت بکشم و از دست آقا راحت بشوم. آقا حتی به مگس ها هم گیر می دهد که چرا اینقدر داخل خانه مگس آمده است و حتما چایی آشغالی ریخته شده. لباس هایش باید همیشه اتو شده باشد و حتی روی شبکه تلویزیون که این چه برنامه ای است نگاه می کنی ایراد می گیرد. واقعا مرد ها برای بیرون خانه درست شده اند اصلا این ها را نمی شود داخل خانه تحمل کرد ....

**در گوشه های خاله زنگی  
از دید مرد و زن "آتیش"  
آقاهه میگه: (مهدی علیزاده فخرآباد)**

یکی از بزرگترین مشکلات من در زندگی زناشویی این است که همسر من مبادا خانه را به آتش بکشد! باور کنید! می گویند نه! پس گوش کنید تا برایتان تعریف کنم: آقا این خانوم من عادتش این است که قابلمه غذا را میگذارد روی گاز و می رود پی سربال ها و هر سرگرمی که دارد. حالا غذا هم که درست می کند فقط آب پز است. یعنی یا مرغ توی آب است یا آش است و راحت می تواند برود پای سیستم و تلویزیون یا برود طبقه بالا پیش خواهر من و با هم بر علیه من توطئه کنند. و یا در حیاط خلوت را باز می گذارد و خدا نکند بادی بیاید. دیگر حتما زیر گاز خاموش می شود و بوی گاز هم چون گاز ما کنار حیاط خلوت است ممکن است نیاید چون درجه گاز را روی پایین گذاشته است. یا شب که میشود شومینه را روشن می کند و تمام لباس ها را میگذارد جلوی آن تا خشک شود. من پشت کامپیوترم نشسته ام و حرص میخورم و او با خیالی آسوده و بی خیال، که همین بی خیالی اش بیشتر حرص من را در می آورد، می نشیند



**تست شنوایی رایگان**

**۵۰٪ تخفیف ویژه برای خرید سمعک**



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, Tru Hearing,**

**United Healthcare, Epic Hearing Care Solutions,**

**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

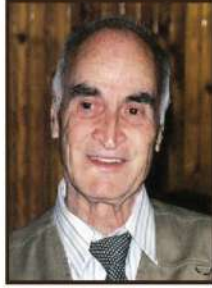


## ناز اغیا

از مجموعه "جای پای عشق"

گزیده ای از دیوان

احسان صانعی کاشانی



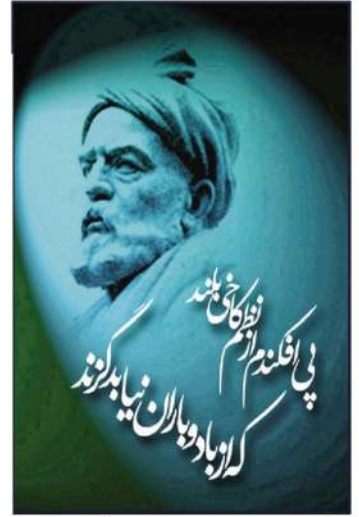
ما نیاشفتیم هرگز خاطری آسوده را | بامحبت ریختیم از ابتدا شالوده را  
 بندی ما شد در آخر دیو نازیبای آز | پاک کردیم از هواها دامن آلوده را  
 ترسی از ما در دلی از باب سوءظن نماند | ایمن از پندار بد کردیم ذهن توده را  
 بر سر ظالم فرود آید در آخر کاخ ظلم | سرپناه خود نسازد عاقل این فرسوده را  
 روسپید آمد به دنیا دلبر آزادگی | از تعلقها میالا با جمالش دوده را  
 با ریاضت نعمت دیدار حق حاصل شود | کس به پایان کی رساند راه ناپیموده را  
 زین سرای عاریت آخر تو را بیرون کنند | چند درس پرورانی عشق این محدوده را  
 ترک مستی بایست در پیشگاه معرفت | وانگهی از یاد بردن بوده و نابوده را  
 منزل جانان بود در قلب مشتاقان او | برورودش هان بندی این در بگشوده را

همت احسان ناز لفتیا مستغنی است

شاه طبعم کی خورد باهر گدا پالوده را؟

پارسی بنویسیم،  
پارسی بگویم

باجناق = هم ریش  
 مشتمل بر = در بردارنده  
 ذیل = زیر، پایین  
 جهل = نادانی  
 تحت لوای = زیر درفش  
 ظالمانه = ستمگرانه  
 صحبت = گفتگو  
 نفع = سود  
 ترغیب کند = وادارد  
 خبیث = پلید، ناپاک  
 زکام = سرماخوردگی  
 راندمان = بهره وری  
 سوء ظن = بدگمانی  
 بین = میان  
 فقط = تنها  
 استحضار = آگاهی  
 اولین = نخستین  
 ناراضی = ناخشنود  
 بولتن = گزارش نامه  
 محروم = بی بهره  
 عهد = پیمان  
 ابتکار = نوآوری



قریب الوقوع = زود هنگام  
 اصطلاحات = واژگان  
 بی حوصلگی = بی تابی  
 لباس = پوشاک، جامه  
 استراتژی = راه برد  
 به تفصیل = به گستردگی  
 دائره المعارف = دانشنامه  
 تردید = دودلی، گمان  
 خروج = برون رفت  
 صاف = هموار  
 مترجم = برگرداننده

## 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
- اجرای امور ازدواج (خواندن متن شرعی و ایرانی به فارسی)
- تصدیق امضاء (Notary Public) برای آمریکا 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.translation@gmail.com

Website: www.PersianLegals.com



وی.اس نیپال در خم رودخانه که یکی از بهترین رمان های جهان لقب گرفته است، از زندگی مردی می‌گوید که با تحولات سیاسی محل زندگی‌اش به مکانی جدید در خم یک رودخانه نقل مکان می‌کند. نثر و موضوع خم رودخانه تا حدی یادآور رمان «دل تاریکی» اثر جوزف کنراد است.

#### ۸۴. در انتظار بربرها (Waiting for the Barbarians)

جی.ام کوتزی برنده جایزه نوبل (یکی از جوایز ادبی جهان) در رمان خود، داستانی غم‌انگیز و فراموش‌نشده‌ای از تبعیض نژادی را روایت می‌کند. فیلمی با بازی رابرت پتینسون و جانی دپ از روی این رمان در حال ساخت است که در سال ۲۰۲۰ به نمایش گذاشته خواهد شد.

۸۵. خانه‌داری (Housekeeping)  
خانه‌داری، داستانی شاعرانه از زندگی سه نسل از زنان است که مرلین رابینسون به زیبایی، آن را به رشته تحریر درآورده است.

آمریکایی-آفریقایی است.

#### ۸۰. گردش در کارخانه بطری‌سازی (The Bottle Factory Outing)

گردش در کارخانه بطری‌سازی نوشته بریل بینبریج، داستانی سیاه است که در لندن می‌گذرد و نهایتاً به یک تراژدی ختم می‌شود.

#### ۸۱. ترانه دژخیم

#### (The Executioner's Song)

نورمن میلر در رمان شبهه واقعی خود ترانه دژخیم از مرگ و زندگی شخصیتی به نام گری گیل مور می‌نویسد و شاهکاری خواندنی خلق می‌کند.

#### ۸۲. اگر شبی از شب‌های زمستان، مسافری...

#### (If on a Winter's Night a Traveller)

ایتالو کالوینو در کتاب اگر شبی از شب‌های زمستان مسافری ... داستانی اثرگذار و عجیب درباره لذت خواندن و مطالعه روایت کرده است.

#### ۸۳. خم رودخانه (A Bend in the River)



ادامه از شماره قبل:

#### ۷۷. خانم پالفری در کلارمونت

#### (Mrs Palfrey at the Claremont)

این رمان نوشته الیزابت تیلور است. این نویسنده سالمندی و موضوعات پیرامون آن را دستمایه رمان خود قرار داده است.

#### ۷۸. تینگر تیلور، سرباز جاسوس

#### (Tinker Tailor Soldier Spy)

این رمان هم مرثیه‌ای است از دوران بعد از استعمار بریتانیا که ارزش قرار گرفتن در فهرست بهترین رمان های جهان را دارد.

#### ۷۹. سرود سلیمان (Song of Solomon)

سرود سلیمان اثر تونی مورسون هم روایتی خواندنی از زندگی شخصیت‌هایی

## Online Meditation \$15 per Session

# 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.  
منتظر شما عزیزان در کلاس مدیتیشن هستیم

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

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





“سلطان تصادف”

دکتر  
کاوه کشمیری

هزینه های وکالت را پس از موفقیت  
کیس خود، پرداخت کنید!

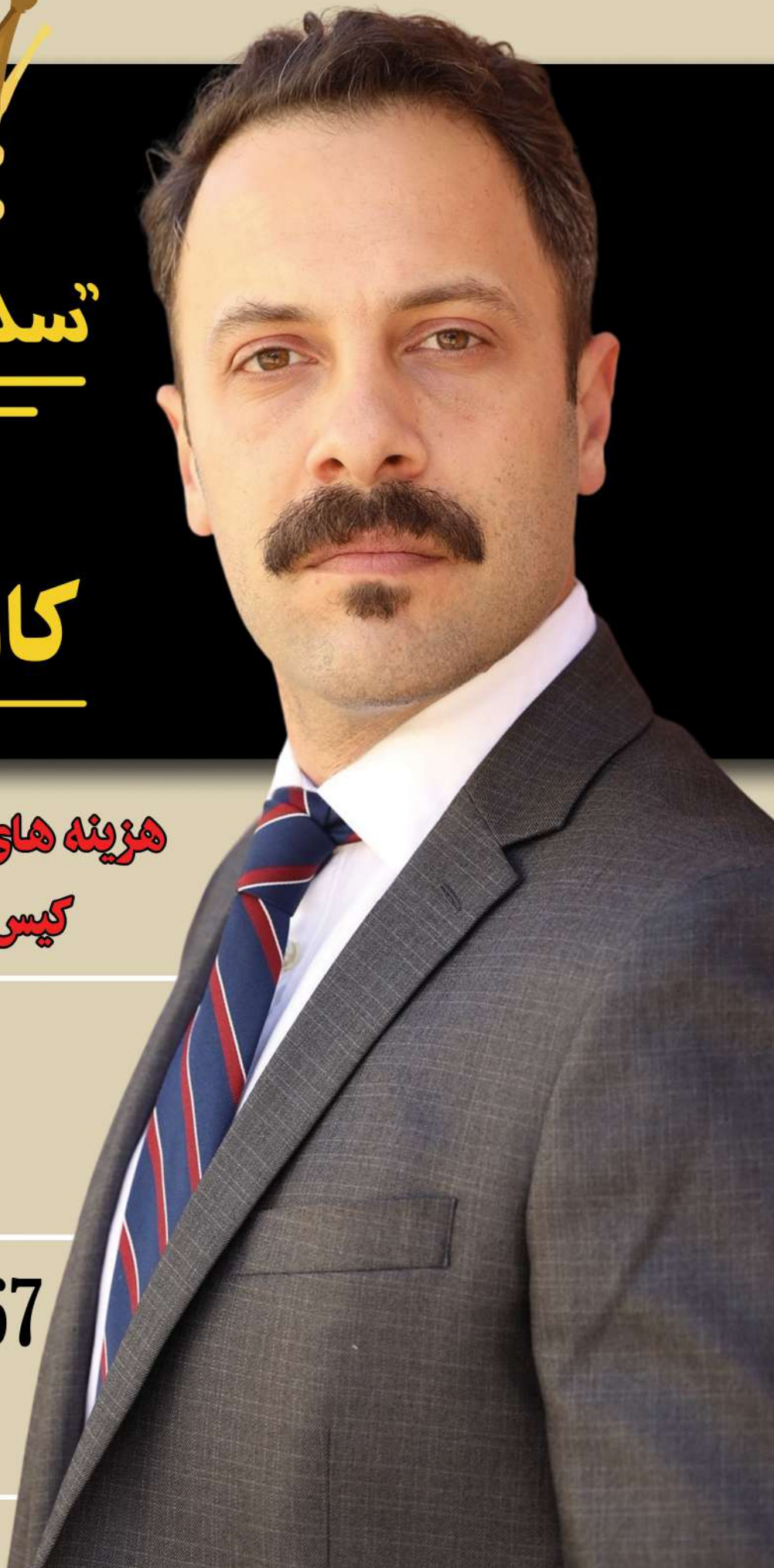
LAW OFFICE OF  
KAVEH KESHMIRI

18650 MacArthur Blvd  
Suite 300  
Irvine, CA 92612

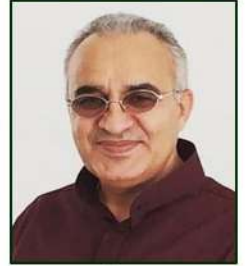
T: (949)514-8167

F: 424-233-0643

[WWW.KAVEHLAW.COM](http://WWW.KAVEHLAW.COM)







## جهنم+من

آقا، خانم ما هنوز دوران طفولیت را تمام نکردیم، خواهرمان با آقای ازدواج کرد که در یکی از روستاهای اطراف سرخس زندگی می‌کرد، روستایی که نه آب داشت و نه آبادی، این قصه بماند شاید یکی از افرادی که مارو دلبسته سینما کرد و بعدها آویزان این هنر، همین شوهر خواهر بود که متاسفانه این روزها حال خوشی ندارد، خدا شفارش بده.

بله عرض می‌کردم این بنده ی خدا هر وقت می‌ومد مشهد برای که تنها نباشه دست منو می‌گرفت و باهم میرفتیم سینما، سینماهای ارگ مشهد پاتوق همیشگی ما بود. فیلم فارسی‌های اون زمان که بسیار بهتر از فیلم‌های این زمان بود، عشقش بود، فردین، بیک ایمانوردی، ناصر ملک مطیعی، بهروز وثوقی و... فروزان، ترانه‌های عهدیه و ایرج و رقص جمیله از خاطرت خوش اون روزهای اونو و این روزهای ماست.

یکی از فیلم‌هایی که با او دیدم فیلم

"جهنم+من" بود با بازی مرحوم فردین که من می‌برد به سراغ فیلم‌های سینمایی وحشت، در فیلم وقتی افراد در کویر به سمت مشهد گیر راه زنان افتاده بودند و به گونه ای از تشنگی یا در اثر درگیری با جماعت نقش منفی‌ها می‌مردند، در حین مرگ می‌نوشتند "جهنم+من" این فیلم از فیلم‌های تلخ آن روزگار بود که پایانبندی شیرینی داشت و اون رسیدن بقیه افراد بعد از معدوم نمودن راهزنان به مشهد بود با نمایی از حرم امام رضا، تا جایی که به یاد دارم تیتراژ پایانی بر روی این تصاویر می‌نشست. در این فیلم مرحومان فردین، داود رشیدی و خانم پوری بنایی بازی می‌کردند، توفیقی داشتیم تا در دوران فیلم‌سازیم با مرحوم داود رشیدی کار کنم و خاطرات بسیار خوبی از این هنرمند بزرگ دارم که در جای خود خواهم گفت. اخیرا این خاطرات رو با شوهر خواهرم مرور می‌کردم و به او می‌گفتم اگه من فیلم‌ساز شدم بخش عمده‌ای از اون برمی‌گرده به فیلم دیدن‌ها با او، این سخنان اشک بر چهره اش جاری می‌کرد، در حالی که اشک‌هایش را پاک می‌کرد، مرا در آغوش می‌کشید.

**ادامه نکات مهم هنگام تصادف - در آن لحظه** ممکن است عصبی و پراسترس باشید، سعی کنید به اعصاب خود مسلط بوده و از هر دو ماشین و لوکیشن تصادف عکس و فیلم کافی بگیرید. توصیه میشود با نصب دوربین داشبورد بسیاری از اتفاقات پنهان مانده از دید را ثبت کنید که این امر در روند پیگیری پرونده شما بسیار گره گشا و مفید خواهد بود. در صورتیکه از ماشین شخصی خود جهت جابجایی مسافر استفاده میکنید توصیه می‌شود حتما بیمه ride share دریافت کنید و یا حتی اگر از ماشین خود هر گونه استفاده تجاری میکنید حتما از مشاور بیمه خود بالاترین سقف بیمه را تقاضا کنید تا در صورت هر گونه اتفاق بتوانید از حمایت کافی بیمه خود برخوردار شوید. حادثه هیچوقت خبر نمیکند و همه ما باید همیشه برای هر گونه اتفاق آماده باشیم. دفتر حقوقی MK Legal Group با آرزوی نهایت امنیت و آرامش برای همراهان و هم‌زمان عزیز، این آمادگی را دارد که در صورت بروز حادثه، با همکاری لحظه به لحظه و حرفه ای خود در کنار شما، از زمان وقوع تصادف تا بهبود شرایط جسمی و روحی و در آخر گرفتن حقوق قانونی شما آسایش و آرامش را به کانون خانواده‌تان بازگرداند. از خدمات جدید دفتر ما، امکان برقراری ارتباط ۲۴ ساعته از طریق تکست با شماره 949-446-7362 است. **مژگان کمالی - وکیل همراه شما**

## FIND YOUR NEW HOME TODAY WITH US



**Nina Zandy**

(949) 463 - 6666

ZandyNina@gmail.com

www.NinaZandy.com

LIC#02085635



**برای خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری با ما تماس بگیرید تا از بهترین سرویس‌های ویژه و اختصاصی ما بهره مند شوید.**



**Farshad Alijani**

(949) 426 - 8743

Farshad.alijani@yahoo.com

www.farshadrealtor.com

LIC#02129553







**IRAJ EBRAMI DDS**

**دکتر ایرج ابرامی**

با همکاری متخصصین دندانپزشکی بزرگسالان و کودکان

جراح - دندانپزشک

**پذیرش بیمه مدیکل و اکثر بیمه های دندانپزشکی**

برای کسانی که بیمه دندانپزشکی ندارند تسهیلات مخصوص در نظر گرفته می شود.

- Dental Implants
- Oral Surgery
- Root Canal Therapy
- Cosmetic Dentistry
- Porcelain Crowns & Bridges
- Full Partial Dentures
- Bleaching
- Periodontal Treatments
- کاشتن دندان
- جراحی دهان و دندان
- روت کانال، معالجه ریشه دندان
- دندانپزشکی زیبایی
- روکش های چینی و بریج چینی
- دست دندان های کامل و متحرک
- سفید کردن دندانها
- درمان بیماری های لثه از طریق جراحی و غیر جراحی

**انسینو**

**818-905-8337**

16311 Ventura Blvd., #640,  
Encino, CA 91436

**اورنج کانتی**

**714-543-7770**

2200 E Fruit St., #206  
Santa Ana, CA 92701





901 Dover Drive #204A  
Newport Beach, CA 92660  
(949) 312-8664

# مرکز خدمات درمانی کیان

Dr.Kianfard

kian\_chiropractic

## دکتر نیما کیانفرد



دکتر نیما کیانفرد متخصص استخوان و بافت های عضلانی است. در این مرکز خدمات درمانی از آخرین تکنولوژی روز و توانایی های بدن برای درمان استفاده می شود.

**درد نباید به زندگی زیبای شما صدمه بزند. همین امروز برای درمان اقدام کنید.**

- Herniated or Degenerated Disc
- Stem Cell Therapy
- Non Surgical Treatment
- Spinal Decompression
- Weight Loss
- Body Sculpting
- Spinal Arthritis
- Spinal Stenosis
- Nerve Root Pressure
- Chiropractic
- Physiotherapy
- Cupping

- دیسک متورم و دفرمه شده
- درمان با سلول های بنیادی
- پیشگیری از جراحی
- گشایش درمانی
- کاهش وزن
- تراش اندام
- آرتروز ستون فقرات
- تنگی نخاع
- فشار ریشه عصبی
- کاپروپراکتیک
- فیزیوتراپی
- گشایش عضلانی

### پذیرش مدیکر و اکثر بیمه های PPO







**جراحان و متخصصین  
بیماری های پا  
در مرکز  
ALL IN ONE  
FOOT CARE CENTER**



**دکتر آرشیارو حیان**  
دارای بورد تخصصی جراحی پا از دانشگاه  
University of Southern California (USC)

**دکتر فرشاد بطحایی**  
دارای بورد تخصصی جراحی پا از دانشگاه  
Temple University in Philadelphia

**اعضای انجمن جراحان پا و قوزک پا**

## تزریق سلول های بنیادی Stem Cell Injection



- 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 250  
Irvine, CA 92618

#### Laguna Woods

24331 El Toro Road  
Suite 370  
Laguna Woods, CA 92637

**تلفن: (949) 588-8833**



معمولی داشته باشم. از طرفی اینجا اصلاح شده ام و نمی خواهم دوباره خلاف کنم و کلاه سر مردم بگذارم. برای همین چون دکترها زندگی سطح بالایی دارند می خواهم دکتر بشوم. می دانید شاید تصور کنید چنین نابغه کلاهبرداری حتما در آخر موفق شد و دکتر شد. هر چند که خیلی هم آن کتابها را می خواند و البته که استعداد دکتر شدن، استعداد خاصی است و تمرین و ممارست بسیار هم می طلبد. اما نه! او آزاد شد و بعد از مدتی برگشت. اما ایندفعه جرمش فرق می کرد. رفته بود مطبی در شهر بسیار کوچکی باز کرده بود و جعل عنوان کرده بود و خودش را دکتر جا زده بود و بعد از مدتی هم دستگیر شده بود. البته ایندفعه زیاد زندانی نکشید و کمتر از دفعه قبل در زندان بود. تازه پرونده مالی برایش تشکیل نشده بود و خیلی هم پول جمع کرد! خواستم بگویم طمع بد خصلتی است. یعنی آدم را بیچاره می کند. گاهی قناعت نداشتن و عادت به پیشرفت از هر راه بدی فقط تو را زمین میزند. نمی دانم سرنوشت این آقای شترمرغ دزد چه شد. اما خوب میدانم که چاه کن همیشه ته چاه است. حالا چه کلاهبردار بشود چه خودش را جای آقای دکتر جا بزند!

مال و منال توانست شاکیان خصوصی را که از روی بیچارگی فقط مال خودشان را می خواستند راضی کند و بالاخره هم بعد از مدتی رضایت شکات را گرفت و آزاد شد! آنجا در زندان، بندی هست به نام بند مشاوره. یعنی بندی که زندانیانی که می خواهند اصلاح شوند! ثبت نام می کنند و مزایای خوبی دارد مثلا جای خواب دارند و مثل بندهای عادی کثیف نیست. از اعتیاد و مواد مخدر و سیگار خبری نیست و یک سری کلاسهایی برای ایشان برگزار می شود که اصلاحشان کند. هر چند همه اصلاح می شدند و می رفتند و دوباره بعد از مدتی به جرمی بازمی گشتند. بگذریم. این آقای خلاق ما که شاید سی سالش هم نبود در مدتی که در زندان بود به خانواده اش گفته بود برایش کتب پزشکی دانشگاهی را بخرند و بیاورند. خانواده او هم برای اینکه سرش گرم بشود تمامی این کتابها را خریداری کرده بودند و به هر زحمتی بود به دستش رسانده بودند. وقتی از او پرسیدم: برای چی کتابهای پزشکی می خوانی؟ جواب داد: می خواهم دکتر بشوم! پرسیدم: چرا دکتر؟ جواب داد: چون عادت کرده ام به زندگی لوکس. نمی توانم دوباره زندگی

## طمع آقای طمع



مهدی علیزاده فخرآبادی

آن زمان که از طرف روزنامه در مورد زندان تحقیق می کردم یک مدت زوم کرده بودم روی یک زندانی و با او دوست شده بودم. تمام سارقین محترم بخاطر اعتیاد دزدی کرده بودند و ایشان بخاطر طمع و زندگی لوکس بود که دزدی می کرد. یعنی یکی از معدود کسانی بود که اعتیاد نداشت و با فکر و بدون هیچگونه مشکل خیلی خاصی دست به دزدی زده بود. برای خودش ماشینها و خانه های متعددی گرفته بود و در انتها که لو رفته بود همه چیز را از دست داده بود چون باید رد مال می کرد. تعریف می کرد که کلاهبرداری هم کرده بوده است و بعد از مدتی تخم مرغ دزد تبدیل به شتر مرغ دزد شده بود و با خرید و فروش ملک توانسته بود به اندازه یک محله فقط در جای جای ایران خانه و ویلا کلاهبرداری کند. پدر بیچاره اش دنبال کارهایش بود و جالب بود که آنقدر دزدی کرده بود و کلاه مردم را برداشته بود و چون تمامی شکات هم در یک شهر نبودند لو نرفته بود که پدرش با فروش آن همه

## لیلا

میکرو بلیدینگ  
(هاشور ابرو)

\$250

ترمیم

\$150

رنگ ابرو

\$25



(949)432-0540

CALL FOR YOUR  
APPOINTMENT WITH OUR  
MICROBLADING SPECIALISTS

 leyla\_microblading

ONE & ONE  
PRIVATE SESSIONS

Apadana  
آموزش  
رقص



۲۰ می، مسابقه رقص در اورنج کانتی

DANCE LESSONS

PACKAGES

PRIVATE

GROUP

10 Sessions

\$75 /Session  
pre couple

\$30 /Session  
in group

10 Sessions

\$50 /Session  
pre singles

CALL US | 714 225-5241







صبر نکنید، خانه بخرید،  
خانه بخرید،  
بعد صبر کنید!



International Connections, Local Knowledge

ALEC JAVAN  
DRE # 01847056

به عنوان نماینده RE/MAX® متعهد هستیم که به مشتریان خود در یافتن خانه رویاهای خود کمک کرده و پشتیبانی و خدمات خود را ارائه دهیم. من جامعه محلی را هم به عنوان نماینده و هم به عنوان همسایه می شناسم و می توانم به شما در راهنمای تفاوت های ظریف بازارهای محلی کمک کنم. با دسترسی به لیست های برتر، یک شبکه جهانی، استراتژی های بازاریابی استثنایی و فناوری پیشرفته، من سخت تلاش می کنم تا تجربه املاک شما را ماندگار و لذت بخش کنم.

(949) 584 - 3456



سکه های محلی هخامنشی و مهرهای استونه ای دیده می شود. اقوام دیگری تحت عنوان آریایی ها که مردمانی دامدار و کوچ نشین بودند، از خود خط و ادبیات نداشتند و در اثر مجاورت با صاحبان تمدن مانند ایلامی ها در جنوب غرب ایران و بابل و آشور در میانرودان توانستند خط را اقتباس کنند. به طور کلی قدیمی ترین انواع خط فارسی همچون پهلوی اشکانی، ساسانی و اوستایی مانند دین دبیره، از خط آرامی مشتق شده اند.



گل نبشته مربوط به دوره پروتو ایلامی با علائم نگارشی و شمارشی

دین است که خواهر زبان سانسکریت شناخته می شود. نگارش به زبان های دوره میانه تا سده های ۳ و ۴ هجری یا در مواردی مثل زبان خوارزمی تا قرن ۷ هجری ادامه داشت. از زبان های رایج در این دوره می توان به سعدی، خوارزمی، سکایی و بلخی در شرق ایران بزرگ و زبان های پهلوی اشکانی یا پارتی و پهلوی ساسانی در ایران کنونی اشاره کرد. مهمترین زبان دوره جدید، زبان فارسی است که از اواخر ساسانیان شروع و تاکنون نیز ادامه دارد. تمامی زبان ها و لهجه های گوناگون در قلمرو کنونی ایران و خارج از ایران مانند لری، کردی، بلوچی، گیلکی، مازندرانی و ... به این دوره تعلق دارند. در مورد خط آرامی باید اضافه نمود که آنها از قبایل سامی نژاد در جنوب فلسطین، سواحل رود اردن و بحر المیت هستند که نام آنها در کتیبه های آشوری آمده است و نفوذ آنها از راه بازرگانی از سده ۱۴ ق.م بر فنیقی ها، نینوا، بابل، کلد و آشور بود. آنها از حدود سده ۱۰ ق.م خط و الفبای فنیقی را در مناطق تخت تسلط خود گسترش دادند و این روند تا هخامنشیان ادامه داشت، چراکه خط آنها روی

## زبان

پیدایش و اهمیت آن در زندگی بشر



امیر بابادی عکاشه

اهمیت زبان به قدری مهم است که نخست باید به این موضوع اشاره داشت که تمامی زبانها از طریق خطوط ثبت می شوند. یکی از مهمترین شاخه های زبان، زبانهای هند و اروپایی است که شامل دو گروه عمده است؛ الف: زبان های اروپایی ب: زبان های هند و ایرانی. زبان های هند و ایرانی از دیدگاه تحول تاریخی به سه دوره باستان، میانه و جدید تقسیم بندی می شود. در دوره باستان نخستین آثار زبان های ایرانی پدید آمد، یعنی زبان سرودن گاهان زرتشت از حدود قرن ۱۲ و ۱۰ ق.م تا حدود ۳۰۰ ق.م میلاد یا اواخر دوره هخامنشی که تنها از زبان اوستایی و زبان فارسی باستان آثاری مکتوب در دست است. خط موجود اوستایی که اوستا، کتاب مقدس زرتشتیان با آن نگارش شده است و دارای ۵۳ حرف می باشد. نام این خط در کتابهای پهلوی دین دبیره به معنای خط

## دکتر فرنوش طینوش

متخصص و جراح چشم، دارای بُرد تخصصی از امریکا

فوق تخصص در جراحی های لیزر و آب مروارید  
با بیش از ده ها هزار عمل جراحی موفقیت آمیز

قبول اکثر بیمه های درمانی



- جراحی آب مروارید، آب سیاه و دیابت چشم
- جراحی نزدیک بینی، دوربینی، و آستیگماتیسم بالیزر
- جراحی آب مروارید با روش جدید بدون سوزن و بخیه با عدسی های چنددید

Farnoosh Tinoosh, M.D., FAAO  
Universal Vision Medical Center

(714) 424-9955 (800) 699-2802  
1503 South Coast Drive, Ste. 120, Costa Mesa, CA 92626  
<http://www.2greateyes.com>





کمی بخندیم



## ضرب المثل های فارسی

- ۱- تیشه به ریشه زدن: با پای خود به گور رفتن.
- ۲- تیرش به سنگ می خوره: به هدفش نمی رسه.
- ۳- دودو تا چهار تا: چیزی که واضح است.
- ۴- نخود هر آش شدن: فضول بودن.
- ۵- حرف حق تلخه: درست گفتن هر حرفی را گویند.
- ۶- کو گوش شنوا: گوش ندادن به حرف.
- ۷- جای سوزن انداختن نیست: شلوغی آن مکان.
- ۸- دل به دل راه داره: خیر داشتن از دوستی طرف.
- ۹- صدا از ته چاه بر آمدن: ضعیف بودن.
- ۱۰- پول علف خرس است: دارایی و مال را به هر کس که بخواهد نباید داد.
- ۱۱- هر که با بزرگان ستیز و خون خود ریزد: پا از گلیم خود دراز کردن
- ۱۲- چشم بسته غیب می گوید: به کسی گفته می شود که از موضوع روشن و واضح خبر می دهد.
- ۱۳- تیر توی تاریکی انداختن: با چشم بسته کاری رو انجام دادن.
- ۱۴- رگ خواب کسی را به دست آورن: پیدا کردن نقطه ی ضعف کسی.
- ۱۵- برای لای جزر دیوار خوبه: خیلی بی مصرف است.
- ۱۶- فکر نان کن که خربزه آب است: دل به چیزهای بیهوده نبستن.
- ۱۷- حادثه خبر نمی کند: اتفاقات پیش از آنکه بفهمیم روی می دهد
- ۱۸- صورتش را با سیلی سرخ نگاه می دارد: آبرومندانه زندگی کردن.
- ۱۹- حلوا حلوا دهن شیرین نمی شه: با زدن حرف حلوا بدان که دهانت شیرین نمی شود.

- مهمترین عامل ریزش مو فکر کردن به حرفاییه که باید تو دعوا میزدی و نزدی.
- یارو میره پنی سیلین بزنه، دکتر میپرسه تا حالا زدی؟ میگه: آره! دیروز زدم دکترو میگه: خب دیگه تست نمیخواد دیروز زده!
- پنی سیلینو میزنن! یارو تشنج میکنه میخوابه کف زمین دهنش کف میکنه، بعد که حالش خوب میشه دکتر میپرسه مگه نگفتی دیروز زدی.. یارو میگه: آره دیروزم که زدم همینجوری شدم.
- سایتای روانشناسی میرین مثلا نوشتن راههای غلبه بر نگرانی: ۱- نگران نباشید ۲- نگرانی را از خود دور کنید ۳- وقتی نگران شدید سعی کنید نگران نباشید! کمر علم روانشناسی رگ به رگ شد!
- یه نفر ازم پرسید شغلت چیه؟ گفتم: کار آفرین هستم. گفتم یعنی چی؟ گفتم بقیه کار میکنن من میگم آفرین.
- تو خونه ما اینجوریه که بابام هر جورابی که ببینه فکر میکنه مال خودشه. یکبار جوراب پارازین مامانمو برداشت گفت: این مال من بود، اینقدر شستیش نازک شده.
- به مامانم میگم ناهار کی حاضر میشه؟ میگه وقتی بابات بیاد! میگم بابا کی میاد؟ میگه وقتی غذا حاضر بشه!!
- این خارجیا که صلوات ندارن وقتی دعوا میشه چیکار میکنن که دعوا رو تموم کنن؟ خیلی فکرمو مشغول کرده!
- قبلا زن ها از خواب بیدار میشدن کتری رو میذاشتن رو گاز ... الان بیدار میشن ؛ گوشیشونو میذارن تو شارژ!



## دکتر فریبا بیگدلی

متخصص ارتودنسی با بیش از ۳۱ سال سابقه

فارغ التحصیل از دانشگاه USC

- Braces for Kids and Adults
- Invisalign
- Veneers and Cosmetic Dentistry
- Zoom Teeth Whitening
- Denture
- Implant
- Crown
- Root Canal
- Extraction

پذیرش بیماران مدیکر و بالای ۶۵ سال  
برای نیازهای دندانپزشکی

**Tel: 949.831.2905**

Email: [info@lagunaDentalandOrtho.com](mailto:info@lagunaDentalandOrtho.com)

27932 La Paz Rd F, Laguna Niguel, CA 92677









## کردیت بد دارید؟ نگران نباشید!



## بهترین گارانتی:

اول موارد اشتباه را از  
کردیت شما تصحیح یا  
حذف می کنیم.

بعد شما به ما پرداخت  
می کنید.

با استفاده از تجارب ما  
می توانید یک کردیت  
خوب داشته باشید.

### مواردی که ما می توانیم به شما کمک کنیم:

- Bankruptcies
- Repossessions
- Charge Off
- Late payments
- Collections
- Foreclosures
- Debt Settlement and ...

Toll Free: 855-349-6674 Direct : 858-774-0231

www.Babboomers.com MEL@babboomers.com

- Split System
- Package Unit
- Condenser
- Gas furnace
- Heat Pump
- Hydronic
- Mini Splits
- Air Purification
- Air Filtration
- Ducting
- Zoning



Lic #1001663 California

**Ali Manafi**  
with 31 years  
Experience

**Repairs, Maintenance  
Tune up, Installation  
Consultation**

**Second opinion  
Sales**

**Call Us for  
Any Heating and  
Air Conditioning  
Services**

Address: 6 Eucalyptus Irvine, CA 92612

**(949) 468-8380**

Email: amanafi@araair.com

www.araaircalifornia.com

## باب دوم حکایت سی و یکم گلستان سعدی



از صحبت یاران **دمشقم** ملالتی پدید آمده بود. سر در بیابان  
قدس نهادم و با حیوانات **انس** گرفتم. تا وقتی که اسیر فرنگ  
شدم و در خندق طرابلس با **جهودانم** به کار گل بداشتند. یکی از  
رؤسای حلب که سابقه‌ای میان ما بود گذر کرد و بشناخت و  
گفت: ای فلان! این چه حالت است؟!  
گفتم: چه گویم:

همی‌گریختم از مردمان به کوه و به دشت

که از خدای نبودم به آدمی پرداخت

قیاس کن که چه حال بود در این ساعت

که در طویله نامردمم نباید ساخت

پای در زنجیر پیش دوستان به که با بیگانگان در بوستان

بر حالت من رحمت آورد و به ده دینار از **قیدم** خلاص کرد و با خود به

حلب برد و دختری که داشت به نکاح من در آورد به کابین صد دینار.

مدتی بر آمد، بدخوی ستیزه روی نافرمان بود. زبان درازی کردن

گرفت و عیش مرا **منغص** داشتن.

زن بد در سرای مرد نکو هم در این عالم است دوزخ او

زینهار از قرین بد زنهار و قنا زبنا عذاب التار

باری زبان **تعنت** دراز کرده همی‌گفت: تو آن نیستی که پدر من تو

را از فرنگ باز خرید؟

گفتم: بلی! من آنم که به ده دینار از **فرنگم** باز خرید و به صد

دینار به دست تو گرفتار کرد.

شنیدم گوسپندی را بزرگی رهانید از دهان و دست گرگی

شبانگه کارد در حلقش بمالید روان گوسپند از وی بنالید

که از چنگال گرگم در ربودی چو دیدم عاقبت خود گرگ بودی



**دمشق**: دمشق الشام یا به اختصار شام، پایتخت و بزرگترین شهر

سوریه است با ۴۰۸۷۷۴ تن جمعیت. تاریخ بنای دمشق معلوم نیست

**انس**: خو، عادت، آمیزش، الفت، حشر، رابطه، موالفت، موالست، معاشرت

**جهودان**: شهری است بخراسان، آبادان و بانعمت و بر دامن کوه نهاده

و مستقر ملک گوزکانان است، وی به لشکرگاه نشیند و از شهر به

لشکرگاه فرسنگی و نیم است و آن لشکرگاه را دراندره خوانند و جایی

استوار است بر دامن کوه نهاده و هوایی خوشتر از جهودان و پارباب.

**قید**: زندان؛ بند.

**منغص**: تیره، کدر، مکدر، ناخوش، ناگوار

**تعنت**: انتقاد، عیبجویی ≠ تمجید

**فرنگ**: از مردم فرنگ، ساخته شده یا نشئت‌گرفته از کشورهای اروپایی.









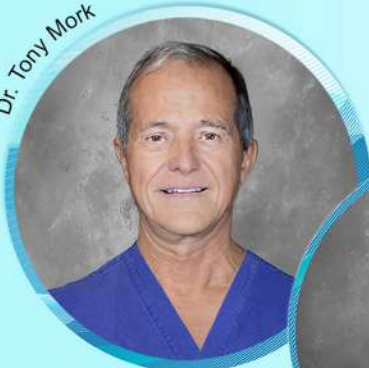
# Minimally Invasive Medical Group

مراکز جراحی های کوچک با مدیریت دکتر جعفر شجره و همکاری کادر خبره و جراحان با تجربه برای درمان صدمات ناشی از جراحات های ورزشی، تصادفات اتومبیل و سایر جراحات های شخصی و موارد زیر در اورنج کانتی در خدمت هموطنان عزیز میباشد.

- General Surgery
- Minimally Invasive Spine Surgery
- Orthopedic Surgery
- Plastic Surgery
- Neurosurgery
- Pain Management
- Physical Therapy
- Chiropractic

- جراحی های عمومی
- جراحی های کوچک ستون فقرات
- جراحی های ارتوپدیک
- جراحی های زیبایی چهره و اندام
- جراحی های اعصاب
- کلینیک درد
- فیزیکیال تراپی
- کایرو پرکتیک

Dr. Tony Mork



Dr. Andres Betts



Dr. Taylor R. Polje



Dr. Jeff Shad



Dr. Larry Ding



Dr. Mohammad Hashemi



Dr. Denis Cramer



Dr. Saeed Iraniha



**(949) 333-2224**

**Minimally Invasive Medical Group**

Airport Business Center  
18102 Sky Park Circle South, Suite D  
Irvine, CA 92614

26921 Crown Valley Parkway, Suite 110,  
Mission Viejo, CA 92691

[www.HealthMediaNetwork.Net](http://www.HealthMediaNetwork.Net)  
[www.SouthCountySpineCare.Com](http://www.SouthCountySpineCare.Com)  
[www.MiSurgicalCenter.Com](http://www.MiSurgicalCenter.Com)





## گریه ی لیلی



طاقت نیاوردم  
پاشدم رفتم درب  
خونه شون رو زدم  
یکی اومد بیرون  
من سراغ اون  
دختر رو گرفتم و  
ماجرا رو براش  
تعریف کردم.اون  
شخص گفت پس  
شما نوازنده اون  
آهنگهایی هستین  
که لیلی رو از خود  
بیخود کرده بود  
آره؟ من گفتم  
لیلی؟ پاسخ داد

از خود بیخود میشه.تمام وجودش پر از عشق  
لیلی ای،که دیگر نیست ... در این عالم نیروی  
درونش به جنبش در میاد و آرشه اش روی  
سیم های آماده ویلون میشینه، و شاهکاری  
توآمان، با گریه هایش برای لیلی اش،خلق  
میشه.قصه لیلی تموم شد ولی شاهکاری  
خلق شد که اسدالله ملک اسمش را گذاشت  
\*گریه ی لیلی\*.واقعا که عشق چه ها که  
نمیکند.بالاخص وقتی با هنر ترکیب بشه.

آره لیلی بود و مرتب تعریف شما را میکرد!گفتم  
خب لیلی کجا رفته؟و اون آهی کشید و پاسخ  
داد:لیلی فوت کرد!!!! من پرسیدم چرا.. پاسخ داد:  
لیلی بیمار بود و از هر دو پا فلج! اسدالله  
ملک میگه خشکم زده.همه ی بدنم مثل یه  
تیکه یخ شد! لیلی ... لیلی من ... یعنی او  
فلج و بیمار بوده؟ میگه با پاهایی لرزان کشان  
کشان خودم رو به خونه رسوندم و عقده ام  
ترکید!!!! گریه برای لیلی ام ... گریه ی لیلی.ملک

زنده یاد استاد « اسدالله ملک » نوازنده ی  
چیره دست ویلون ، که پنجه ی شیرین و  
آرشه های سحر آمیزش مشهور است،  
سازنده ی قطعه ی ماندگار،زیبا و  
عاشقانه ی « گریه ی لیلی » است.در  
خاطرات اسدالله ملک،نوازنده ماهر  
ویلون،خواندم که میگفت:من در اتاقم هر  
روز تمرین ویلون میکردم.بعد از مدتی  
دیدم دختر جوانی در اتاقش از خانه  
خودشون که روبروی اتاق کار من بود  
نشسته و معلومه که داره به صدای ساز  
من گوش میده،و روزهای بعد هم آن  
دختر جوان همان جا می نشست و من  
هم تمرین میکردم.طولی نکشید که  
دلباخته اش شدم!و مشتاق تر و دلباخته  
پرشورتر از قبل تمرین میکردم و گاهی  
لبخند رضایتش را حس میکردم."عاشق  
شده ای،ای دل سودات مبارک باد"... بعد  
از مدتی یکروز دیدم دختر نیامد.دلم  
سخت گرفت،روز بعد هم پیداش نشد و  
روز بعد هم،دیگه انگار آب شده بود رفته  
بود تو زمین!ملک در ادامه میگه:دیگه



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

**ez**<sup>TM</sup>  
insurance  
auto . home . commercial  
**(949) 707 - 7777**

**We Cover  
48 States**



**Reza Agahi**

Principal Agent

Ez Insurance Services, Inc  
CA DOI License # OE86532

Founded 2005

**مشاور رایگان شما در کلیه امور بیمه ها**

2960 Harbor Blvd, Suite D, Costa Mesa, CA 92626  
www.ezinsurance123.com ragahi@ezinsurance123.com



# 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 مدیکر

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



## خوشنویسی - نستعلیق طوبی بزرگ



و بدین ترتیب در ۹ سالگی دخترک بستهای آهنی را کنار گذاشت و بر خلاف آنچه که دکترها گفتند که هیچ گاه نمیتواند راه برود، راه رفت. ۴ سال طول کشید تا قدم های منظم و بلندی را برداشت و این یک معجزه بود. او یک آرزوی باورنکردنی داشت: بزرگترین دونده ی

گرچه پذیرش ذهنی و باور و ایمان قلبی برای رسیدن به اهداف، بسیار اهمیت دارد اما بی شک، هراسانی با شنیدن جمله های مثبت و انگیزشی، و تشویق اطرافیان و ترغیب آنها، دلگرم تر و استوارتر قدم در راه اهدافش میگذارد. و زیباتر و مؤثرتر خواهد بود اگر این جمله های تأثیرگذار، به زیور زیبای خط و خوشنویسی فارسی آراسته شوند. که هم معنی بخش اندیشه خواهد بود و هم زینت بخش لوح دل. «موفقیت نتیجه من می توانم هست» سال ها پیش دختری در کلبه محقر دور از شهر و در یک خانواده فقیر در تنسی آمریکا به دنیا آمد. زایمان زودتر از زمان مقرر انجام شد و او نوزاد زودرس و ضعیف و شکننده ای بود. همه شک داشتند که زنده بماند. وقتی ۴ ساله شد ذات الریه و مملک را با هم گرفت. ترکیب خطرناکی که پای چپش را از کار انداخت. اما او خوش شانس بود چون مادری داشت که او را تشویق و دلگرم میکرد مادرش به او گفت: «علی رغم مشکلی که داری با زندگی هر کاری که بخواهی میتوانی بکنی. تنها چیزی که احتیاج داری ایمان و مداومت در کار و جرات و یک روح سرسخت و مقاوم است.»

در برابر اولین دونده ی زن دنیا که یک دختر آلمانی بود قرار گرفت. تا به حال کسی نتوانسته بود او را شکست دهد. اما ویلما پیروز شد!!! او در دوی سرعت ۱۰۰ متر و ۲۰۰ متر، و دوی امدادی ۴۰۰ متر، ۳ مدال المپیک گرفت. او اولین زن دنیا بود که توانسته بود در یک دوره، سه مدال المپیک کسب کند؛ در حالی که گفته بودند او هیچ وقت نمیتواند دوباره راه برود. (ویلما رادولف: زاده ۲۳ ژوئن ۱۹۴۰ - مرگ ۱۳ نوامبر ۱۹۹۴)

زن جهان شود!!!! اما با پاهای او این آرزو چه معنایی میتواند داشته باشد؟ در ۱۳ سالگی در یک مسابقه شرکت کرد و آخر شد! در تمامی مسابقات دبیرستان هم آخر شد. همه به او اصرار میکردند که این کار را کنار بگذارد. اما روزی فرا رسید که او قهرمان مسابقه شد!!! از آن به بعد «ویلما» در هر مسابقه ای شرکت کرد برنده شد. در سال ۱۹۶۰ او به بازی المپیک راه یافت و آنجا

۷	۳	۸	۵	۲	۹	۱	۶	۴
۶	۵	۱	۳	۴	۷	۸	۳	۷
۷	۲	۹	۱	۸	۶	۳	۷	۵
۵	۶	۲	۲	۳	۱	۷	۱	۸
۹	۸	۲	۷	۵	۴	۶	۱	۳
۳	۱	۷	۶	۹	۸	۴	۵	۲
۱	۹	۵	۴	۷	۳	۲	۸	۶
۲	۲	۶	۸	۱	۵	۱	۳	۷
۸	۷	۳	۹	۶	۲	۵	۴	۱

### حل جدول های این شماره

آسان

سخت

۹	۳	۱	۵	۷	۲	۴	۶	۸
۴	۷	۶	۹	۸	۱	۳	۲	۷
۸	۲	۵	۶	۳	۴	۱	۷	۹
۶	۵	۷	۳	۴	۹	۸	۱	۲
۲	۴	۳	۸	۱	۶	۹	۵	۷
۱	۸	۹	۲	۵	۷	۶	۳	۴
۳	۶	۴	۷	۹	۵	۲	۸	۱
۷	۹	۲	۱	۶	۸	۵	۳	۴
۵	۱	۸	۳	۲	۴	۷	۹	۶

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
ت	م	ه	ا	ن	ب	و	ر	ب	س	ا	ن	م	ا	۱
ق	ح	ا	ل	ت	ح	ب	ر	ا	ب	و	ت	ا	ب	۲
ی	ا	ل	ش	ی	ل	و	ا	ن	ی	و	ا	ب	س	۳
ه	ا	ب	ل	ه	ا	ر	ی	ت	ا	ک	ی	ت	ا	۴
م	ا	ه	ا	ت	ک	ا	ش	و	ر	ش	ی	و	ش	۵
ن	س	ی	ا	ح	س	ی	ن	س	ی	س	ی	ن	س	۶
ا	ن	ف	ا	ر	و	ا	ز	ه	م	ی	ت	ی	ن	۷
ت	ا	ی	غ	ا	ی	ب	و	ی	ل	ر	غ	ا	ی	۸
ه	ا	د	ل	ه	د	ا	ن	ک	و	ا	د	ل	ه	۹
م	ا	ر	ی	ا	ر	ی	ا	ن	د	ا	ر	ی	ا	۱۰
ر	ک	ر	ک	د	ی	ر	ک	ر	ک	ر	ک	ر	ک	۱۱
غ	م	د	م	د	م	د	م	د	م	د	م	د	م	۱۲
ا	ف	ا	خ	ف	ا	خ	ف	ا	خ	ف	ا	خ	ف	۱۳
ا	ت	ا	ت	ا	ت	ا	ت	ا	ت	ا	ت	ا	ت	۱۴
ه	ا	م	ا	م	ا	م	ا	م	ا	م	ا	م	ا	۱۵

## Mortgage and Refinance Specialist in State of California and Nevada



(702) 449 - 5155

Lower your rate, shorten your term, or take cash-out with a refinance today



- Purchase
- Refinance
- New Costruction

**Sahar Rasti**

Superior Mortgage

مشاور وام مسکن و امور ری فایننس

Nmls 1520648

Sahar@superiorml.com



با شرکت هیئت ژوری  
جوایز فوقالعاده ای برای بهترین  
رقص ارائه داده میشود .

# Dance Contest

WIN PRIZES!

## مسابقه رقص

شروع هفت شب , بیستم ماه می

MAY 20<sup>th</sup>, 2022

Starting at 7pm



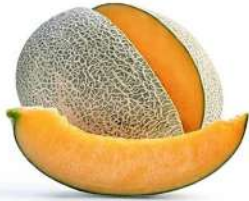
**M Cafe & Grill**

22611 Lake Forest Dr c2,  
Lake Forest, CA 92630

ورودیہ | \$۲۵

**Entrance Fee | \$25**





## ملون

ملون ویتامین C و ویتامین A زیادی دارد و مقدار فراوانی بتا کاروتن دارد که برای بهبود قوهی بینایی و حفظ سلامت چشمها مفید است. همچنین مقدار فراوانی کلاژن دارد. می‌تواند پوست شما را از درون پاکسازی کند. دارای مقدار زیادی کالیوم است. کالیوم می‌تواند به شما برای حفظ فشار خون کمک کند و همچنین حاوی موادی طبیعی است که می‌توانند به شما در جلوگیری از آسیب به سیستم فشار خون کمک کند. فیبر موجود در این ملون‌ها به‌طور چشمگیری کلسترول بد در بدن انسان را کاهش می‌دهد و در مقابل تصلب شریان‌ها محافظت می‌نماید. ملون و ترکیبات آن قدرت ایمنی در بدن انسان را بالا می‌برند و شما را سالم و متناسب نگه می‌دارند. ملون سرشار است از آنتی‌اکسیدان‌های فلاونوئیدی مانند بتا کاروتن، لوتئین، زاگزانتین و کریپتوزانتین. و از اندام‌های حیاتی‌تان در برابر سرطان‌های محافظت می‌کند.

حالا فلفل، زردچوبه و گوشت را به مواد افزوده و خوب همه مواد را با هم تفت می‌دهیم. حالا لوبیا قرمز را به همراه آب جوش را به مواد می‌افزاییم و درب قابلمه را می‌بندیم تا لوبیا و گوشت کاملا مغز پخت شود.

**مرحله چهارم:** آماده سازی سبزی خورشت داخل تابه مناسبی کمی روغن ریخته و سبزی ها را خوب تفت دهید؛ میزان تفت دادن سبزی ها کاملا سلیقه ای می باشد.

**مرحله پنجم:** افزودن سبزی و کرفس به خورشت: زمانیکه تقریباً گوشت و لوبیا پخته شده حالا سبزی تفت خورده و کرفس را به خورشت می‌افزاییم و زمان می‌دهیم تا خورشت جا افتاده و تمامی مواد مغز پخته شوند. برگ خرد شده کرفس طعم بی نظیری به خورشت ما می‌دهد. می‌توان نعنا و جعفری را از خورشت حذف کرد و ۲ قاشق رب گوجه تفت داده شده به خورشت افزود.

**مرحله آخر:** افزودن چاشنی خورشت کرفس: زمانی که گوشت و کرفس کاملا پخته شدند و خورشت به روغن افتاد زمانی است که نمک و آبغوره خورشت را بیفزایید و حرارت را خاموش کنید؛ حالا خورشت کرفس مجلسی را داخل ظرف زیبایی ریخته و در کنار چلو ایرانی سرو و نوش جان کنید.



## خورش کرفس

**مواد لازم برای خورش کرفس:** گوشت خورشتی ۳۰۰ گرم، کرفس خرد شده ۴۰۰ گرم نعنا ساطوری شده ۵۰ گرم، جعفری ساطوری شده ۱۵۰ گرم، لوبیا قرمز ۱۵۰ گرم، پیاز ۲ عدد، نمک، فلفل و زردچوبه به میزان لازم، آبلیمو یا آبغوره به میزان لازم

**طرز تهیه خورشت کرفس مجلسی:**

**مرحله اول:** ابتدا ساقه های کرفس را شسته و بعد به اندازه های ۱ سانتی متری خرد کنید. برگ های کرفس را هم خرد کرده و به نعنا و جعفری بیفزایید.

**مرحله دوم:** تفت دادن پیاز: دو عدد پیاز را نگینی برش می‌دهیم و داخل قابلمه مناسبی ریخته و به همراه روغن خوب تفت می‌دهیم تا طلایی شد.

**مرحله سوم:** افزودن گوشت و لوبیا

## 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

Email: BaharSocialServices@gmail.com

با مدیریت

دفتر خدمات اجتماعی

بهارا فتاحی بهاران

Bahar Social Services



# Are You Getting the Smartest Tax Advice?

Understanding the difference between tax prep & planning could save you thousands.



BALBOA TAX & ACCOUNTING SERVICES

Accounting Firm & Business Advisor

## محسن خداوردی

خدمات حسابداری و مالیاتی بلبوا

(949) 999 - 5000

### Mohsen Khodaverdi

Enrolled Agent/Certified TaxCoach

(Admitted to Unlimited Practice before IRS)

Authorized IRS e-file Provider



## آیا میدانید دهها راه قانونی برای کم کردن مالیات شما وجود دارد،

ولی بیشتر حسابداران و افرادی که امور مالیاتی شما را انجام میدهند از وجود این راهکارها بی خبرند؟ من می توانم با برنامه ریزی صحیح مالیاتی، در بیشتر موارد بین 2,000 تا 3,000 دلار در سال و در برخی موارد تا میلیونها دلار پول شما را حفظ کنم.

### انجام امور مالیاتی و برنامه ریزی مالیاتی جهت:

- مطب ها و پزشکان
- خرید و فروش مطب ها
- حقوق پزشکان جهت کاهش مالیات
- مشاوران املاک
- سرمایه گذاران املاک
- صاحبان بیزینس ها
- صاحبان سرمایه

برای مشاوره رایگان در این زمینه با من تماس بگیرید.

2082 Michelson Dr., Suite 227  
Irvine, CA 92612

info@balboatax.com  
www.balboatax.com





**Pouria Safa**

DRE # 01835956

English / Farsi

MyAgent101@Gmail.com

**Olympia Belforti**

DRE # 02142998

English / French

AgentOlympiab@Gmail.com



1100 S. Coast Hwy Suite 301A Laguna Beach



**مشاوران خرید و فروش املاک**

**با بیست سال تجربه در**

**Real Estate**

**949.899.2433**

**949.373.5110**

**RESIDENTIAL  
COMMERCIAL**

**Sale, Purchase  
Rent, Investment**

Photos by: [www.RealEstatePhoto.com](http://www.RealEstatePhoto.com)



CUSTOM LIGHTING, CUSTOM FURNITURE, UNIQUE ACCESSORIES, FINE ARTS

بازیابی نور  
و زیبایی محیط



خانه شیک



Chic Home

949-379-0090

[ChicHomeOC.com](http://ChicHomeOC.com)

Visit Our Showroom at:  
23472 Ridge Route Dr,  
Laguna Hills, CA 92653







**RUMI Pharmacy Next to:  
Mission Ranch Market  
in Mission Viejo**

**داروخانه رومی**  
جنب میشن رنچ مارکت

**برنامه ریزی کامپیوتری برای پر کردن داروهای ماهیانه  
پذیرش اکثر بیمه های دارویی:**

**Medicare, MediCal, CalOptima, OneCare,  
Express Scripts Caremark, Atnea**

**● مشاوره رایگان دارویی برای هموطنان عزیز  
● خدمات رایگان ارسال دارو و تحویل در منزل**

**(949) 457-2246**

**23162 Los Alisos Blvd # 102,  
Mission Viejo, CA 92691**