

محبوبترین و پرتیراژترین ماهنامه جنوب کالیفرنیا

شماره ۸۳ جولای ۲۰۲۲  
خواندنی‌ها

# OC Rug Store

بزرگترین فروشگاه فرش ایرانی در جنوب کالیفرنیا

The Largest Oriental and Persian Handmade Repair and Cleaning Store in Southern California 949-241-7676



31896 Plaza Dr #C5, San Juan Capistrano, CA 92675



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



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



دکتر مژگان کمالی - وکیل رسمی  
● مهاجرت ● تصادفات ● (855)658-2545  
● وصیت نامه ● تر است

## در این شماره مجله خواندنی ها می خوانیم:

- زندگی نامه شخصیت ها
- رویدادهای تاریخی
- پنندهای شاهنامه
- داستان های کوتاه
- عاشقانه ها
- اشعار شاعران معاصر
- یادداشت های فلسفی
- خاطرات
- معرفی فیلم های برتر جهان
- حکایتی از گلستان سعدی
- هنر خوش نویسی
- ضرب المثل های فارسی
- ترفندهای خانه داری
- جدول کلمات و سودوکو
- طرز تهیه غذاهای ایرانی
- چیستان



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



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





**ABBASSI LAW FIRM**

## دکتر ایوان خیابانی - عباسی

وکیل رسمی دادگاه های  
کالیفرنیا و فدرال

**Dr. Evane  
Khyabani Abbassi**

**BS, JD, LLM**

Attorney & Counselor at Law



### شما او را می شناسید و به او اطمینان دارید...

- Family Law, Divorce and Child Custody and Support
- Immigration Law, Visa, Detention, Deportation
- Estate Planning
- Probate & Trust

- دعاوی خانوادگی - طلاق، فرزندان
- امور مهاجرت - پناهندگی - و اخراجی
- امور انحصار وراثت
- وصیت نامه و تراست و دعاوی مربوطه

**(818) 227-5139**

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

Trillium Towers: 6320 Canoga Ave, Suite 1525, Woodland Hills, CA 91367



صفحه

در این شماره می خوانیم:

- ۴ ● سخن سردبیر- لذت کار کردن
- ۵ ● در تاریخ
- ۵ ● علی حاتمی
- ۵ ● طرح های فرش دستباف
- ۶ ● حقیقت - تکتم مرادی مهنه
- پند های شاهنامه فردوسی-
- ۸ ● دکتر علی بهرامسری بختیاری
- ۱۰ ● طالع من- حمید سلیمی
- درگوشی های خاله زکی- جملات پایانی
- ۱۲ ● تکتم مرادی مهنه، مهدی علیزاده فخرآباد
- ۱۳ ● پارسی بنویسیم، پارسی بگویم
- ۱۳ ● اعتدال زندگی - احسان صانعی کاشانی
- ۱۴ ● ۱۰۰ فیلم برتر تاریخ سینما
- ۱۶ ● دلنوشته ها- حمید الهی
- ۱۶ ● یادداشت های کوتاه- نیره یمینی
- ۲۰ ● حرف های آماده دل- مهدی علیزاده فخرآباد
- ۲۲ ● جایگاه زن درایران باستان- امین بابادی عکاشه
- ۲۳ ● ضرب المثل های فارسی
- ۲۵ ● حکایت های گلستان سعدی
- چیستان
- ۲۶ ● ترفندهای خانه داری
- ۲۸ ● سینما مولن روژ- حسین فرزین
- ۳۰ ● خط شکسته نستعلیق- طوبی برزگر

سخن سردبیر - لذت کارکردن



دکتر مشتاق فروهر

اگر از کارتان لذت نمی برید پس چه کار می کنید ؟ اگر در کاری که می کنید هیچ چیز دلپذیر ، ارزشمند یا دوست داشتنی نمی بینید ، بهتر است کار نکنید. شما احتمالا می توانید با استفاده از حقوق و مزایای بیکاری گذران زندگی و امرار معاش کنید . فکر می کنم افراد زیادی هستند که از کارشان لذت نمی برند اما جرات ابراز آن را ندارند زیرا می ترسند متهم به تنبلی یا از زیر کار در رفتن شوند .

خجالت نکشید ، بگویید که از کارتان لذت می برید. بعضی ها فکر می کنند هر چه در شرایط سخت تری کار کنند و هر چه چهره درمانده تری به خود بگیرند و مرتبا ناله کنند امتیاز می گیرند . انگار سیستم اداره ها ایجاب می کند که مردم در قق زدن و ناله کردن از کارشان ، از یکدیگر سبقت بگیرند.اما شما نباید اینگونه فکر کنید و اینگونه باشید ، یک بازیگر واقعی، بازیگر قوانین کار، نه تنها از کار کردن لذت می برد بلکه از اینکه دیگران بدانند او رابطه خوبی با کارش دارد ، نیز لذت می برد .

حال شما بیشتر از دیگران از کارتان لذت می برید در نتیجه گامهای خود را نرمتر و سبک تر برمی دارید ، میزان اضطراب و استرس شما کاهش می یابد و به طور کلی رفتارتان ملایم تر و دلنشین تر می شود . در واقع با اعتراف به اینکه از کارتان رضایت دارید در موفقیت افراد موفق سهیم می شوید.

این جمله را در قلبتان حک کنید " کار نوعی سرگرمی لذتبخش است." فرق است بین این دو عبارت " لذت کار کردن و داشتن اوقات کاری لذتبخش . لذت کار کردن یعنی شما از کارتان راضی هستید ، بی وقفه تلاش می کنید ، به کارتان افتخار می کنید و با مثبت اندیشی به دنبال انگیزه و هیجان کاری هستید. داشتن ساعات کاری لذتبخش یعنی سرکار بیشتر حرف می زنید و کمتر کار می کنید و با همکاران وقت گذرانی می کنید. البته تمام این خوشبها کاذب ، موقت و زودگذر است و خیلی زود هیجانها فروکش می کند و شور و شادی از بین می رود.

به هر حال شما به عنوان یک کارمند درگیر مسائل زیادی هستید ؛ استخدام ، اخراج، تنبیه و پاداش ، روز مرگی ، کارهای اداری، اضطراب هاو ناامیدی ها ، مسایلی که جرات و جسارت و گاهی وجدانیات شما را زیر سوال می برد و بالاخره آینده ای نامعلوم

بسیاری از افراد پس از بازنشستگی دچار افسردگی می شوند و بازنشستگی را آخر خط می دانند. افراد ضعیف تر حتی چند سال پس از بازنشستگی فوت می کنند . مسلما اگر آنها از کارشان لذت می بردند این چنین قربانی روز مره گی ها نمی شدند.

کلام آخر اینکه کار کردن را زیبا ببینید و از آن لذت ببرید.

Coast New Horizon, Inc.

RCFELic #306004128

استخدام Care Giver

نگهداری از عزیزان سالمند شما



Mali Fouri  
Administrator

Assisted Living  
Care Home

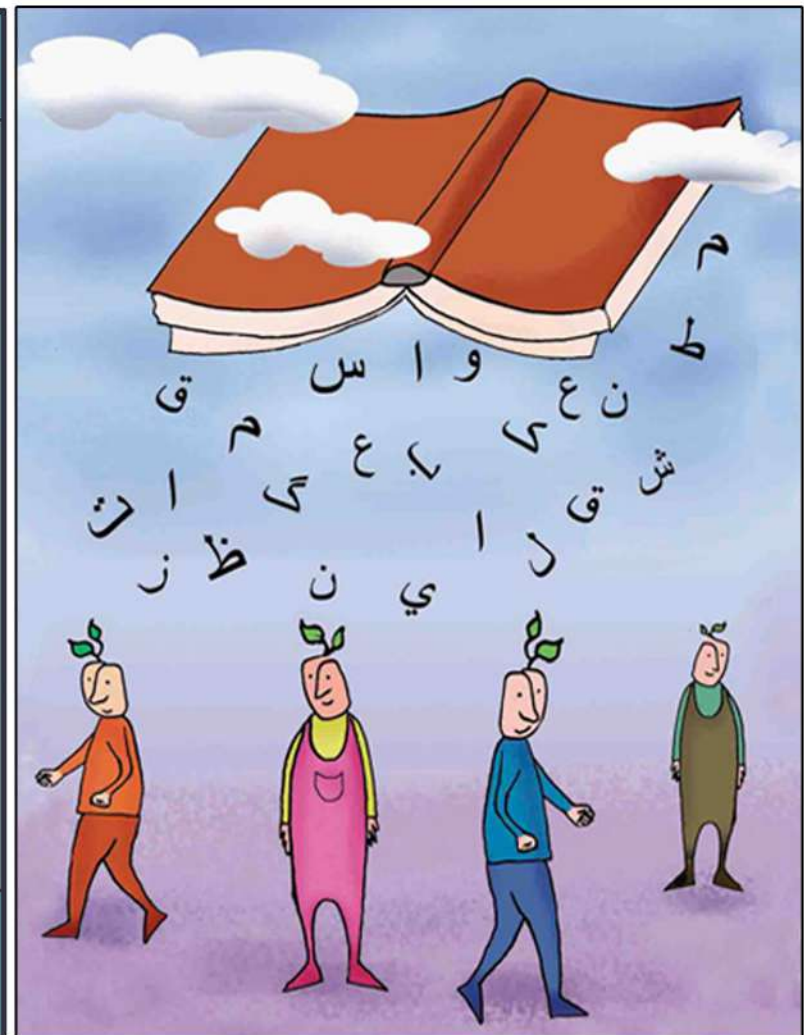
Costa Mesa:  
824 Presidio Dr.,  
Costa Mesa, CA 92626

- 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





## طرح‌های فرش دستباف



## در تاریخ:

تنوع طرح‌های فرش ایرانی این هنر را در سطح جهانی مطرح ساخته است. در این میان فرش دستبافت شهرهای اصفهان، کرمان و تبریز در بین سایر شهرها همیشه زبان زد بوده است.

### انواع فرش دستبافت ایرانی از نظر طرح

• طرح‌های آثار باستانی و ابنیه اسلامی: این گروه شامل تمام طرح‌هایی است که از نقوش و اشکال تزئینی بناها، عمارات و کاشیکاری‌های آن‌ها گرفته شده است.

• طرح‌های شاه‌عباسی: اساس تمامی طرح‌های شاه‌عباسی بر مبنای کاربرد گل معروف شاه‌عباسی در این طرح است. گل‌های شاه‌عباسی به همراه بندهای ختایی و گاه تلفیقی با اسلیمی‌ها، انواع مختلفی از نقوش فرش را ایجاد می‌کنند.

• طرح‌های اسلیمی: فرم اصلی این طرح‌ها بر پایه گردش منظم و نقوش اسلیمی است. طرح‌های اسلیمی دارای انواع و اشکال مختلفی است.

• طرح‌های قایی: فرش با اشکال هندسی، مربع و لوزی، شبکه بندی می‌شود و در داخل هر یک از این خانه‌ها نقش ماهیهایی از قبیل گل‌دان گل، بته، شاخه گل، درختانی مانند سرو و بید، پرندگان و ... ترسیم می‌شود.

• طرح‌های اقبیاسی: اغلب طرح‌های این گروه شباهت زیادی به طرح‌های فرش مناطق مرزی ایران و کشورهای همسایه دارد، ایرانیان با استفاده از هوش و ذکاوت خود تغییراتی در آن به وجود آورده‌اند.

• طرح‌های افشان: اشکال و اجزا تشکیل دهنده بیشتر طرح‌ها به صورت پیوسته و بدون انقطاع ترسیم می‌شود در حالی که در طرح افشان اجزاء تشکیل دهنده طرح به صورت پراکنده و جدا از هم ولی با فاصله منظم از یکدیگر طراحی می‌گردند. در این طرح همه بند و گل و برگ‌ها در متن فرش به صورت افشان و پراکنده بوده و هیچ‌کدام از گل و برگ‌ها دارای قرینه نمی‌باشند.

• طرح‌های بته‌ای: از طرح‌های معروف و موفق در طرح قالی، که علاوه بر ایران در هندوستان نیز رواج دارد. اندازه بته‌ها متفاوت است. گاه آنچنان بزرگ است که چند بته برای کل فرش کافی است ولی در بیشتر موارد بته‌ها با اندازه‌های کوچک در ردیف‌های موازی در متن فرش یا در حاشیه قالی دیده می‌شوند.

• طرح‌های ایلی و عشایری: این طرح‌ها عموماً توسط عشایر ایران بافته می‌شوند و اغلب نگاره‌ها و تزئینات طرح برگرفته از ذهن قالیبافان است.

• طرح‌های تلفیقی: این طرح‌ها به مرور زمان و با ادغام شدن طرح‌های مختلف به وجود آمده اند.

• طرح‌های واگیره‌ای: هنگامی که جزء کوچکی از طرح در متن فرش در جهات طولی و عرضی تکرار شده و به وسیله گیره به یکدیگر متصل شوند، به طرح بندی نامیده می‌گردد.

• طرح‌های ترکمن: طرح‌های ترکمن در گروه نقوش هندسی قرار دارند و به صورت ذهنی بافته می‌شوند.

• طرح درختی: اشکال درختان و شاخ و برگ و بوته‌ها، عناصر اصلی این طرح هستند.

• طرح‌های شکارگاهی: طرح‌های آن نمایش صحنه‌های شکار و شکارگاه است.

• طرح‌های گل‌فرنگ: کلیه طرح‌های این گروه بر مبنای گل‌های رنگارنگ چند پر، گل‌دان‌های فرنگی و گل‌های طبیعی و به ویژه گل رز با رنگ‌های بسیار روشن نظیر زرد، آبی و سرخ می‌باشد.

• طرح‌های گل‌دانی: شکل گل‌دانی همراه با شاخه‌های گل، عنصر اصلی و غالب طرح است. اندازه‌های بزرگ و کوچک با ردیف‌هایی موازی تمامی فرش را پوشش می‌دهد.

• طرح ماهی درهم: طرحی اصیل و زیبا است. درون ماهیه تشکیل دهنده آن نقش ماهی را به یاد می‌آورد.

• طرح‌های محرابی: طرح اصلی در این گروه بر مبنای محراب است. مکانی که در مساجد، مکان نمازگزاران امام جماعت است.

• طرح‌های هندسی: کلیه نقش‌ها از اشکال هندسی است و با استفاده از خط‌های زاویه دار ساخته می‌شوند.

علی حاتمی (عباس علی حاتمی) متولد ۲۳ مرداد ۱۳۲۳ در تهران و درگذشته ۱۵ آذر ۱۳۷۵ در تهران است. او کارگردان، فیلم‌نامه‌نویس و تهیه‌کننده سینما بود. علی حاتمی در جایی متولد شد شبیه همان جایی که رضا خوشنویس در هزارستان به مفتش آدرس می‌دهد؛ خیابان شاهپور، خیابان مختاری، کوچه اردبیه‌ش. او دانش‌آموخته از دانشکده هنرهای دراماتیک است. علی حاتمی حداقل ۱۵ فیلم بلند سینمایی و مجموعه تلویزیونی ساخته‌است. اولین اثر سینمایی علی حاتمی در سال ۱۳۴۸ با عنوان حسن کچل ساخته شد و آخرین فیلم نیمه تمامش با نام جهان پهلوان تختی که یکی از بزرگ‌ترین پروژه‌های سینمایی او بعد از مجموعه هزارستان بود به علت مرگ ناشی از بیماری سرطان نافرجام ماند. پس از مرگش نیز دو فیلم مبتنی بر هزارستان با تدوین راورژ کریم‌مسیحی (به نام‌های کمیته مجازات و تهران روزگار نو) ساخته شد. لیلیا حاتمی و زری خوشکام، هنرپیشگان سینما، فرزند و همسر علی حاتمی هستند. زری خوشکام همسر علی حاتمی کارگردان برجسته سینما و مادر لیلیا حاتمی بازیگر و ستاره کنونی سینمای ایران است. علی حاتمی کار هنری خود را با تئاتر در زمینه نویسندگی آغاز کرد و نمایشنامه‌های «سان» «قصه حریر» «ماهگیر» «حسن کچل» «جهل‌گیس» و شهر «آفتاب و مهتاب» را برای تئاتر نوشت. علی حاتمی در کلاس‌های نمایشنامه‌نویسی اداره هنرهای دراماتیک واقع (درآب سردار) شرکت نمود و بعدها که این اداره به نام دانشکده هنرهای دراماتیک تغییر نام داد او در رشته ادبیات نمایشی تحصیلات خود را ادامه داد و در سال ۱۳۴۴ نمایش و با کودکان موسسه آموزشی فرهنگ آرزو به اجرا درآمد. علی حاتمی همواره در آثار سینمایی خود پیوندی ناگسستنی با اصطلاحات و گویش‌های کوچه بازار داشت، بطوریکه کاربرد این دیالوگ‌ها به عنوان امضای وی در تقریباً تمامی آثار سینمایی حضور داشته و سینمای حاتمی را یک سینمای منحصر به فرد ساخته‌است. فیلم‌ساز وابسته به آداب و سنت ایرانی دانست. فیلم‌سازی که با تیزبینی و هوشمندی خاصی توانسته حال و هوای زندگی، آداب و رسوم و باورهای ایرانیان به ویژه تهرانیان قدیم را به تصویر بکشد. درون مایه تمامی آثار حاتمی بر اساس ویژگی‌های قومی و انسان‌های رشد یافته در این باورها و اعتقادات، شکل گرفته است. شخصیت آثار او اغلب شبیه ترین افراد به خصلت و باورهای قومیت‌های ایرانی هستند. حاتمی که تقریباً تمامی آثارش را بر اساس فیلم نامه‌هایی از خودش ساخته در انتقال فضا، زمان و شرایط اجتماعی دوره تاریخی که در فیلمش به تصویر کشیده بسیار موفق بوده است. دیالوگ‌های فیلم‌های او بسیار درخشان و قابل توجه هستند و در سینمای ایران اگر بی نظیر نباشند حتماً کم نظیر هستند. مجموعه‌های تلویزیونی علی حاتمی نیز به اندازه آثار سینمایی اش مورد توجه بسیار قرار گرفتند. دو سریال سلطان صاحبقران و هزارستان جزو موفق‌ترین و بهترین سریال‌های تلویزیون ایران بودند.

● هشتم اوت سال ۴۰ پیش از میلاد ارتش ایران با در هم شکستن ارتش روم، سوریه را پس گرفت. واحدهای نظامی ایران سپس به پیشروی خود ادامه داده و فلسطین را هم تماماً تصرف کردند. سنای روم که چنین دید، به ایران اعلان جنگ داد و سه سال طول کشید تا تدارک این جنگ که برای آن لژیون‌های رومی از سراسر متصرفات این امپراتوری، از انگلستان و فرانسه و اسپانیا و آلمان گرفته تا شمال آفریقا، ایلیریا (یوگسلاوی) و یونان احضار شده بودند فراهم شود. حمله به ایران در سال ۳۶ پیش از میلاد با ۱۱۳ هزار سرباز زنده به فرماندهی مارکوس آنتونیوس (شهر کلتویاترا ملکه یونانی تبار مصر) آغاز شد این بزرگترین لشکرکشی غرب به شرق در طول تاریخ تا سال ۱۹۹۰ بشمار آمده است. پیش از آغاز جنگ، آخرین درخواست اکتاویوس امپراتور روم که خواهان پس دادن پرچم‌های سربازان شکست خورده رومی در جنگ حران (کارهه) در سال ۵۳ پیش از میلاد شده بود از سوی مجلس عالی ایران (مهستان) رد شده بود. در جنگ حران هفت لژیون (لشکر) رومی و فرمانده آنان "کراسوس" نابود شده بودند. فرمانده نیروهای ایران در آن جنگ سپهبد "سورنا" بود که جنگ افزایش تازه به میدان آورده بود و تاکتیک (تا آن زمان) بی سابقه‌ای را به کار بسته بود.

● در ۲۳ ژوئیه سال ۱۳۳۲ میلادی (یکم مرداد) طبق محاسبه مورخان روس، پوریای ولی (محمود خوارزمی) پهلوان، جوانمرد، عارف و شاعر بنام ایران درگذشت.

● ژوئیه ۱۹۸۰ (پنجم مرداد ۱۳۵۹) محمدرضا شاه پهلوی در قاهره و در بیمارستان ارتش مصر، در اثر بیماری سرطان و در سن ۶۰ سالگی درگذشت و در مسجد الرفاعی همان شهر به خاک سپرده شد. او ۲۶ اکتبر سال ۱۹۱۹ به دنیا آمده بود.

● پانزدهم اگوست ۶۳۶ میلادی نبرد یرموک (Yarmuk) میان سپاه اعراب مسلمان و ارتش روم شرقی (بیزانتین) آغاز شد که بیستمین ماه به شکست کامل روم شرقی و خروج آن برای همیشه از سوریه و فلسطین انجامید. در این جنگ، خالد ابن ولید (متوفی در سال ۶۴۲ میلادی و مدفون در حمص سوریه) فرماندهی سپاه اعراب مسلمان را برعهده داشت. وی قبلاً با سپاهی مرکب از ۲۰ تا ۳۰ هزار و عمدتاً سوار سبک اسلحه وارد سوریه شده و دمشق و حمص را تصرف کرده بود. این نخستین لشکرکشی مسلمانان به خارج از جزیره‌العرب بود. هراکلیوس امپراتور روم شرقی که چنین لشکرکشی را پیش بینی نمی‌کرد سریعاً سپاهی مرکب از رومیان، اسلاوها و اعراب غسانی و جمعا شصت هزار نفر روانه سوریه کرد. هراکلیوس قبلاً در جنگ با خسروپرویز (شاه ایران) سوریه و فلسطین را به تصرف خود درآورده بود. قرار بود که ارمنی‌ها نیز در این جنگ به هراکلیوس کمک کنند که در آخرین هفته از ورود به جنگ منصرف شدند.

● امپراتوری عثمانی ۲۲ اگوست سال ۱۶۳۵ شهر ایروان را از دست ایران خارج ساخت که شاه صفی با اعزام نیروی تازه نفس از اصفهان آن را پس گرفت. این نیرو پنج هزار تن از عساکر عثمانی را اسیر گرفت. باوجود این، سال بعد عثمانی‌ها دوباره ایروان را تصرف کردند و مناقشه ادامه یافت. ایروان (پایتخت جمهوری ارمنستان) در پایان جنگ دوم روسیه با ایران و طبق قرارداد ترکمن‌چای (سال ۱۸۲۸) از ایران جدا و به روسیه داده شد.

● ۲۱ اوت سال ۴۴۱ میلادی، یزدگرد که برای نزدیک بودن از سلسله ساسانی تصمیم گرفت که برای نزدیک بودن به شمال خاوری کشور و جلوگیری از ورود باقیمانده هونها به فرارود (بخش شمال شرقی خراسان بزرگ) موقتاً پایتخت را از تیسفون (نزدیک بغداد) به نیشابور (از شهرهای خراسان) منتقل کند. شهرهای بزرگ و معروف دیگر خراسان وقت عبارت بودند از سمرقند، بخارا، مرو، خجند، بلخ و هرات. یزدگرد دوم که ۱۸ سال حکومت کرد در سال ۴۳۸ میلادی پس از مرگ پدرش، بهرام گور، شاه شده بود. همین هونها را رانده شده به اروپا، کشور هونگری (هنگری - مجارستان) را به وجود آوردند که "آتیلا" یکی از رهبران آنها بود.





می‌تونم راه بهتری برای کسب درآمد پیدا کنم؟ ( فاتحه لب و دهن زنهای مردم را خوانده بودم و همون چند تا آشنایی هم که آمده بودند پیش من دمشان را گذاشتند روی کولشان و دیگر به من سر نزدند ) و بعد به خودم گفتم خیاطی هم خوب است و بعد از اینکه با شوهرم صحبت کردم او راضی شد هزینه کلاس خیاطی را بدهد ( آنقدر سر شوهرم نق زدم که پول کلاس را داد). بعد از گذراندن کلاس خیاطی چند تا از مشتریانم برایم چند پارچه آوردند و شروع کردم به دوختن طرحهای جدید و از روی اینترنت و شبکه های ماهواره ای طرح های جدیدی ابداع کردم و دوختم. لباسها فوق العاده زیبا و جذاب بودند اما متاسفانه چون فکر بکر و جدیدی بودند و سبک جدیدی داشتند مورد پسند سلیقه خانومهای سنتی ایرانی قرار نگرفتند( زدم فاتحه لباسها را خواندم و زنها با دیدن پارچه شان غش کردند و گفتند باید پول ما را پس بدهی ). متاسفانه ضرر هم کردم و مجبور شدم از این شغل هم بیایم بیرون. شوهرم سرکوفتهایش شروع شده بود و می گفت نمیتوانم هیچ کاری را درست انجام بدهم. خیلی بخاطر حرفهای او ناراحت شده بودم و می خواستم به او نشان بدهم که در کارم پشتکار دارم و می توانم موفق بشوم( شوهر بدبختم مجبور شده بود پول خرابکاری های من را بدهد و دادش در آمده بود و می گفت: تو که مرا بیچاره کردی!) تا اینکه با بیج چگونه پول هنگفت به دست بیاورید آشنا شدم(حالا دیگر شده ام یک کلاهبردار واقعی و می خواهم کلاه شما را بردارم) اگر می خواهید در کمترین زمان صاحب پول زیادی بشوید می توانید به بیج ما سر بنزید و با کمترین سرمایه گذاری صاحب همه چیز بشوید. لطفا من را فالو کنید تا با آموزشهایی که در این بیج می بینید و با سرمایه گذاری در بازار بورس و ارز و طلا صاحب سرمایه ای رویایی

شوید( تمام این ماشینها و خانه هایی که در تصویر می بینید مال من نیست و من از تمام شما حالا بدبخترم ).  
من و همکارانم منتظر شما هستیم ...

## حقیقت

می دونید وقتی خانومها حرف می زنند حقیقت درون کلامشون چیه؟  
اگر نمی دونید اینو بخونید:  
مدتی بود که توی خانه زمان آزاد زیاد داشتم(خیلی می خوردم و می خوابیدم)



## تکم مرادی مینه

و به همین دلیل با خودم فکر کردم بهتره از زمانم بهتر استفاده کنم ( سرکوفت اطرافیان بخاطر بخور و خوابم زیاد شده بود). پس با خودم فکر کردم یک کار اقتصادی شروع کنم تا از لحاظ مالی مستقل بشم ( وضع مالی شوهرم هم طوری نبود که کفاف مخارج بالای منو بده و خوشم هم نمیومد که منتشو بکشم ). همین هم شد که شروع کردم به فکر کردن درباره راه اندازی یک شغل یا پیدا کردن یک شغل( هیچ هنری هم نداشتم تا بتونم با استفاده از اون برم سر کار).

اول فکر کردم کلاس رقص تشکیل بدم ( فقط رقصیدن بلد بودم ) اما بعد از گذاشتن چند تا آگهی توی تلگرام و واتس آپ کسی با من تماس نگرفت (کی میامد برای رقصیدن به من اون همه پولی که نوشته بودم بده؟) پس تصمیم گرفتم روی به آرایشگری و کاشت ناخن و .. کار کنم. بعد از چند تا آگهی بالاخره چند تا مشتری پیدا کردم و البته درآمد بالایی داشت و تونستم یکم به خودم برسیم(همون اول کار هر چی درآورده بودم خرج لباس و چرت و پرت کردم ). همسرم هم خیلی خوشحال شده بود که تونستم درآمدی داشته باشم و اینقدر ارزش درخواست پول نکم ( شوهرم خوشحال شده بود که بالاخره از بیکارگی و خرج بالای من خلاص شده). اما چون درآمد ثابتی نبود و مشتریان زیادی نداشتم باز هم رفتم توی فکر که چطور

## مجری کلیه طرحها و تعمیرات ساختمانی

دوستان عزیز منطقه اورنج کانتی و حومه  
تبدیل کاربری ADU, Design, Addition  
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

ز دانا بپرس سید پس دادگر  
که فرهنگ بهتر بود گر گهر  
چنین داد پاسخ بدو رهنمون  
که فرهنگ باشد ز گوهر فزون  
گهر بی هنر زار و خوارست و سست  
به فرهنگ باشد روان تندرست  
فردوسی بزرگ می فرماید: فرهنگ از  
گوهر فروتنتر است چون گوهر بدون هنر  
زار و خوار و سست است و روح و روان  
انسان با فرهنگ تندرست و سالم است.

دل آرام دارید از چار چیز  
کز و خوبی و سودمندست نیز  
یکی بیم آرم و شرم خدای  
که تا باشدت یاور و رهنمای  
دگر داد دادن به تن خویش را  
نگه داشتن دامن خویش را  
به فرمان یزدان دل آراستن  
ورا چون تن خویش خواستن  
سه دیگر که پیدا کنی راستی  
بدور افکنی کثری و کاستی  
چهارم که از رای شاه جهان (اردشیر ساسانی)



نپیچی دل از آشکار و نهان  
فرزانه توس می گوید با چهار چیز که خوب و  
سودمند هستند به خودتان آرامش دهید.  
یکی آرم و شرم که تا زنده ای یاور و  
راهنمای تو هستند.  
دوم تن خویش را ارج گذاشتن و از مرز خود  
نگذشتن و دل سپردن به فرمان خدا.  
سوم گام نهادن در راه راستی و دوری از کثری  
و کاستی (ناراستی).  
چهارم گردن نهادن به دستور اردشیر شاه  
جهان چه آشکار و چه پنهان.

کسی کو به دانش توانگر بود  
ز گفتار و کردار بهتر بود

فردوسی شیرین سخن می گوید: کسی  
که در دانش و اندیشه سرآمد باشد و  
آگاهی های دانشی بسیار داشته باشد  
بی گمان در گفتار و کردار نیز سرآمد است.

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

**خوادنی‌ها**  
ماهنامه فارسی زبان جنوب کالیفرنیا  
[www.khondaniha.com](http://www.khondaniha.com)  
[khondaniha@khondaniha.com](mailto:khondaniha@khondaniha.com)

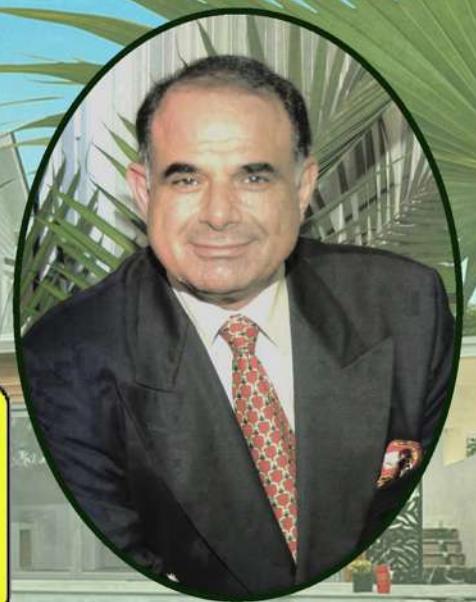
**(949) 923 - 0038**

# 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



### سخنی با شما:

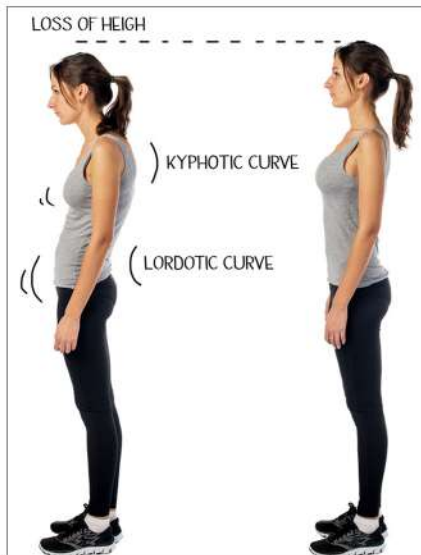
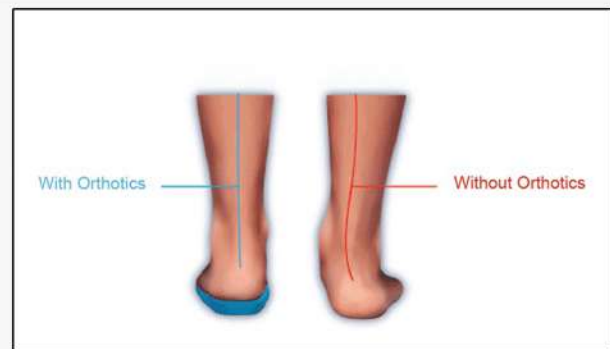
امروزه و با پیشرفت علم و تکنولوژی، بسیاری از دردهای استخوانی-عضلانی را میتوان بدون جراحی و با استفاده از ارتزها درمان کرد و یا بطور قابل توجهی کاهش داد.

### موضوع این ماه: FLAT FOOT یا پای صاف

صافی کف پا به حالتی گفته می شود که قوس کف پا بسیار کم شده و یا وجود نداشته باشد. علائم بالینی صافی و یا کاهش قوس پا عبارتند از: به داخل پیچیدن پا، نزدیک شدن زانوها به همدیگر، درد در ناحیه پا، مچ پا، زانو ها و یا کمر. بسیاری از افراد دچار کمردرد می شوند بدون آنکه بدانند علت کمر دردشان مربوط به صافی کف پا می باشد. همچنین برخلاف تصور عموم حتی با کم شدن قوس پا هم ممکن است هرکدام و یا تمامی علائم بالا ظاهر شوند. بهترین زمان تشخیص کاهش و یا صافی کف پا در کودکی بوده و بهترین درمان برای آن استفاده از کفی های طبی ساخته شده برای شخص می باشد. چنانچه این بیماری در سنین پایین (حدود 10 سالگی) تشخیص و درمان شروع شود احتمال افزایش قوس پا را خواهیم داشت. بسیاری اوقات این بیماری به صورت ژنتیکی بوده و به بچه هایمان انتقال پیدا میکند. همیشه توصیه میکنم از کفش های مناسب استفاده کنید.



**Darya Shahrokhi**  
 CPO, FAAOP  
 - Board certified prosthetist orthotist  
 - Fellow of the American Academy of Orthotists and Prosthetists  
 - Board examiner



### خدماتی که میتوانید از ما دریافت کنید:

- کمربندهای پیش ساخته و یا Custom made
- بریس مخصوص اسکولیوز برای اطفال و بزرگسالان
- زانوبندهای پیش ساخته و یا Custom made
- بریس های مچ دست و یا مچ پا
- کفی های مخصوص پای صاف
- پروتزهای دست و پا
- پروتزهای سینه بعد از عمل جراحی برداشتن سینه و یا برای بزرگ کردن سینه بدون جراحی

**We provide all orthotics and prosthetics services**

**اکثر بیمه های درمانی از جمله Medicare و Medical هزینه های ارتزها را پرداخت می کنند**

Tel: (949) 945-9606  
 23672 Birtcher Dr. Unit A, Lake Forest, CA 92630

Email: info@pioneerop.com  
 www.pioneerop.com





حمید سلیمی

## طالع من

اگر به انتخاب من بود، گلی می شدم سرخ، نشسته برموهای دخترک بازگوش ایل، در مسیر کوچ سیاره ای می شدم مسکون و خوش آب و هوا، که مامنی باشم برای رانندگان زمین، در آغوش خودم پناهشان بدهم. جنگلی می شدم سرسبز و بی درنده، امن و ساکت و مه آلود، خانه مادری عاشقان دنیا، راهی می شدم نزدیک و کوتاه، میان هر دو نفری که از هم دورند. نگاه کن، انتخاب با من نیست. طالع همین است. گل اگر بودم، لابد گلایل سفید بی رنگ و بوی پژمرده ای بودم بر قبر تازه نوعروسی ناکام. سنگی بودم رهاشده در مدار زمین، که برای ابد دور خودم می چرخد و تهایی را مرور می کند. جنگلی سوخته بودم در عزای درختان، گریان از یادآوری صدای چغه گرگی که زنده زنده به آتش زد به نیت گریز. انتخاب اگر با من بودم، لابد آدم دلخواهت می شدم. کاکتوس اما حق انتخاب ندارد، روزگارش همین است که از دور نگاهش کنی، و حواست باشد نیت نوازش نکنی، مبادا که تیغ های تنش زخمیت کند. دارم برای تو توضیح می دهم که بدانی انتخاب با من نیست، وگرنه الان لابد سر تو روی سینه من بود و داشتم برایت کتاب میخواندم و چشمهایت که سنگین میشد، برای صدای نفسهایت می مردم. انتخاب با من نیست، اگر بود حالا عاشقم بودی و خورشید شخصی هر سحر من، نه ترسیده ای هراسان و گریخته از تماشای جنون های مستمر من. دوستم نداشته باش، اما لایبای خشم و تفرق فقط بدان انتخاب با من نبود و نیست. علی آذر مرا می گفت: تنها سر من بین این ولوله پایین است با من همه غمگینند، تا طالع من این است.....



ناگهان عاقل شده. یکی از همه، یکی از همه، اما آنچه تو را جاودانه می کند، قلب من است. تو به یاد نمی آوری، اما قلب حافظه ی خودش را دارد، حافظه ی تصویری لعنتیش را. قلبم به یاد می آورد قبل از رفتن دانه های برف روی پالتوی تیرها آب می شد و می مرد و باز از آسمان به تو بزمی گشت. تو انکار زوال بودی، درست در حاشیه ی شلوغی میدان. جایی که کسی نمی دید عشق درخت و گنجشک چه محال است. وقتی منتظری لبه اش به پوستت برسد، بدون این که بدانی، بدون این که بفهمی، مرا به یاد خواهی داشت. تو می توانی فراموشم کنی، اما پوستت حافظه ی خودش را دارد و نوازش لبهای مرا از یاد نبرده است. به همین سادگی، در آن بوسه ی عجیب، و در حافظه ی دنیا، به من باخته ای. حالا بخند و برقصد، حضرت رفته. همین.

شبیه که دستهایت بیتاب نوازش کردن کسی می شوند، یک نفس قبل از دل باختن و دیوانه وار رقصیدن، در انزوای غار تاریکت با خودت مرور می کنی و می بینی در همه عمر خالق رنج بوده ای برای هر کسی که دوستت داشته، ناتوان از ساختن امنیتی دلخواه و لبخندی ساده دستهایت، دستهای جلادهای دربارند، گناهکار و ناپاک.

پنهان می شوی در خودت، و به فریب هر لبخند شیرین چشم می بندی، و صبر می کنی تا بهار بگذرد، لباسهای رنگی تمام شوند، گیسوانی که در هوا می رقصند تمام شوند، شوق بوسه ای در تونل کندوان تمام شود، عطش آغوشی در حیاط کلیسای وانک تمام شود، فکر نوازشی بی تابانه در شلوغ ترین میدان شهر تمام شود، دلنگی برای رقص انگشتها روی تی لبک مهره های کمر تمام شود، دیوانگی برای صدایی نرم و امن تمام شود، عطش و شوق شنیدن یک میم مالکیت آخر اسمت تمام شود، جنون رسیدن به خلوتی خوشبو تمام شود، و باز خورشید سوار یک اسب بزرگ آهنی شود و برای همیشه برود بایستی و ساکت نگاه کنی. نگاه کنی و بهار برود، زمستان برگردد، و دوباره روی شانه های برف بنشیند. پناه می بری به انقراض در تنهایی، بی هیچ مجالی برای شکفتن.....

می دانم وقتی تو را ببوسد، در آن صدم ثانیه ی انتظار، پیش از رسیدن لبانتش به لبان سرد تو، وقتی چشمهایت را بسته ای، گرمای تند را که در رگهای صورتت حس می کنی، بدنت که آتش می گیرد، شوق تنانگی که در تو بیدار می شود، نور که از تو به دنیای اطرافت سرایت می کند، بدون این که بدانی، بدون این که بفهمی، مرا به یاد خواهی داشت. مرا که در بوسه های تو، بی صدا و آرام، زندگی خوبی داشتم. مرا به یاد خواهی داشت. حالا تو یک نقطه ی آبی دوری. یک اقیانوس کوچک در نقشه ی بزرگ کهکشان. یک صبح آرام ابری از میلیون ها صبح که انسان روی زمین دیده یکی از میلیاردها دیوانه ی

- تفکیک زمین های بزرگ
- گرفتن جواز برای ساخت ساختمان
- از فاندیشن تا تحویل
- کلیه کارهای اجرایی نقشه کشی، فاندیشن، الکتریکال، لوله کشی، فریمینگ، درایوال
- محوطه سازی، ریمادلینگ، نقاشی، کف سازی
- 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**



## در گوش‌های خاله زنگی از دید مرد و زن جملات پایانی! آقاهه میگه: (مهدی علیزاده فخرآباد)

آقا دیدید وقتی با دوست دختر یا همسرتون بحث می کنید و دعوا می کنید بعد از جملات شما و در همان لحظه ای که خانم می خواهند سرشان را کج کنند و بروند آن طرف، چی می گویند؟ منظورم همان کلماتی است که با صدایی آهسته تر به زبان می آید. گاهی نفرین است، گاهی فحش است، گاهی بی احترامی به اعضای خانواده یا دوستان شماست. به هر حال هر چه هست با صدایی کمی آهسته تر گفته می شود. این یعنی خانم همسر نه می خواهند دعوا را ادامه بدهند و نه می خواهند حرصشان خالی نشود می خواهند یک چیزی بگویند که تا عمق جان بسوزد ولی شما چون این جملات از تن صدای کمتری برخوردار است جوابی هم ندهید. در یک کلام در آن لحظه ایشان پیروز این میدان باشند!

به این جملات نامفهوم و گاهی کاملا مفهومی که بسیار هم سوزان است و دقیقا همان جرقه ای است که باعث ایجاد آتش می شود می گویند: جملات پایانی!

جملات پایانی: به مجموعه کلماتی گفته می شود که مرد بیخود می شود و بسته به اهمیت موضوع باید تصمیم بگیرد جنگ جهانی آخر را شروع کند یا خیر. آنچه زن بر زبان آورد و جمله سال باشد! توهین به عزیزترین کس و کسی که هیچ تقصیری ندارد و الان در خانه اش نشسته است و دارد ماستش را می خورد! توهین به خواهر و مادر و ...! تحقیر درباره کار و درآمد مرد! جمله ای که می ترسیدید از زبان همسرتان بشنودید و در آن لحظه می شنوید! آنچه باعث کتک کاری می شود! جمله ای که مشخص می کند هنوز این دعوا ادامه دارد و آنقدر تلخ و گزنده است که نتوانید جلوی خودتان را بگیرید! بدترین حرفی که از زبان همسرتان تا به حال شنیده اید! همان کلمه ای که در نهایت بعد از تمام دعوا و دوره می بزرگان فامیل برای حل اوضاع، شما فراموش کرده اید و خانم همسر هم اصلا به

آن اشاره ای نمی کند همان جمله ای که اگر شما در جمع بگویید او چنین حرفی زد که من عصبانی شدم، همه حق را به شما می دهند و شما فراموش کرده اید! کلمات تعیین کننده! از عجایب روزگار این است که انسانها و زنان و مردان هم درون خودشان رفتارهایی غریزی دارند. یعنی این عمل در تمامی زنان دیده می شود و البته که عکس العمل در مردان است که متفاوت است. بعضی آقایان تا آن نیش مار و عقرب را می شنوند واکنشهای بزرگ و بعضی واکنش کوچک نشان می دهند بعضی ترجیح می دهند حالا که تن صدا پایتزر است بی خیال موضوع بشوند و دیگر ادامه ندهند و بعضی خون به پا می کنند. به هر حال من که یاد بچه ای میفتم که تا از دوستش کتک خورده میروید سرکوجه و شروع میکند به فحاشی و خوب میدانید دیگر دست دوستش به او نمیرسد و میتواند به راحتی فرار کند...

### خانومه میگه: (تکتم مرادی مهنه)

گاهی می شود که شما اصلا فرصت نمی کنید از حق خودتان دفاع کنید طرف مقابل می گوید و می بافتد و هی شما آرام هستید و جیکتان در نماید و طرف هم اصلا حالیشت نیست! بعد هم می رود و پیروزمندانه روی مبل می نشیند و خیلی آسوده چایش را میخورد و به خیالش چه جملات قصاری گفته است و مشکل اینجاست که این تصور را دارد که حق با او بوده است! مشکل هم همینجاست که از نجابت شما سوءاستفاده شده است و میل زیاد شما به حفظ آرامش در محیط گرم خانه و خانواده است که نادیده گرفته می شود اینجا باید بگویم که روانشناسان عقیده دارند گفتگو و حل یک معضل در همان لحظه بسیار مهم و ضروری است. به قولی اینکه بخواهید یک مشکل را کهنه کنید و در پی حل آن نباشید تنها باعث می شود آن زخم چرکین در زمانی دیگر سر باز کند و شما را ناراحت کند. پس گفتگو درباره اتفاقات روزمره در همان لحظه بسیار به جاست. نمی شود که در همان زمان که طرف شما میخواهد بحث را تمام کرد و حرف دل خانومه را نشنید. وگرنه این خانوم است که دچار

آسیب روحی می گردد. حالا زمانی می رسد که آقا دق دلی خودش را خالی کرده و شما هم می خواهید حرفی بزنید ایشان ده دقیقه یک کلمه هر چه دلش خواسته گفته و شما در نهایت ادب و احترام با صدایی آهسته می خواهید از ناراحتی خودتان بگویید. اصلا شاید هم نخواهید به بحث ادامه بدهید بلکه می خواهید فقط یک جمله بگویید تقصیر واقعی مثلا از همسایه شماست که این آشها را با دخالتهای بی موردش به پا میکند یا اصلا دلتان سوخته است و یک نفرینی چیزی می کنید مثلا جمله " الهی خیر نبینی " یا " الهی سر خواهرهای خودت نباید " یا " انشالله دوباره از کارت اخراج بشوی " و ... آقایون و خانومه‌های محترم دقت داشته باشید که خود آقا چند دقیقه قبل خوب دهان مبارک را باز کرده اند و هر چه خواسته اند فرموده اند. اتفاقا اظهارات و کلمات خانومه بسیار لطیف تر و مودب تر بیان می شود. اصلا اینکه بخواهیم جملات یک نفر را برجسته کنیم و جملات دیگری را سانسور که نمی شود! ما باید از ابتدا بشنیم و ببینیم کی چی گفته است و این جمله پایانی به چه دلیل گفته شده است! و البته که حتی نباید روی آن تعریف " جمله پایانی " را گذاشت. چون از نظر چه کسی این باید آخرین جمله باشد؟ از نظر آقای که هر چه خواسته است گفته است و حالا دلش خنک شده است و می خواهد برود روی مبل یا خانومی که هنوز چیزی نگفته است و بعد از این اتفاقات مجبور می شود برود یک گوشه و با صدایی آهسته تر می خودش را نفرین کند و بهیچوجه هم نخواهد دعوایی به پا شود پس آرام آرام از روزگار بد می گوید و از آن سکینه خانومی که باعث این وصلت شد شکایت می کند و به خداوند مهربان از دست این مرد بی لیاقت پناه میاورد چون میدانند خرج زندگی بالاست و شوهرش دل به کارش بسته نفرین میکند که خدایا او را اخراج کن و چون میدانند روی خواهرش حساس است حالا شاید جمله لطیفی نسبت به خواهرش هم گفت. (همه هم میدانند ما زنها با خواهرشوهرمان خیلی خوب هستیم). اما تمام اینها به یک دلیل است. یعنی بیا از من دلجویی کن! بیا تا من بعد از چهار کلمه بدتر و شش توسری تو را ببخشم! باشو بیا. دارم جلب توجه میکنم. بیا!



تست شنوایی رایگان

۵۰٪ تخفیف ویژه برای خرید سمعک



آیا صدای تلویزیون خود را بالا می برید؟

آیا از دیگران می خواهید که حرف هایشان را تکرار کنند؟

ما با استفاده از آخرین مدل‌های 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



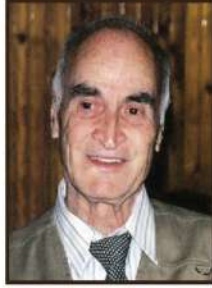


## اعتدال زندگی

از مجموعه "جای پای عشق"

گزیده ای از دیوان

### احسان صانعی کاشانی



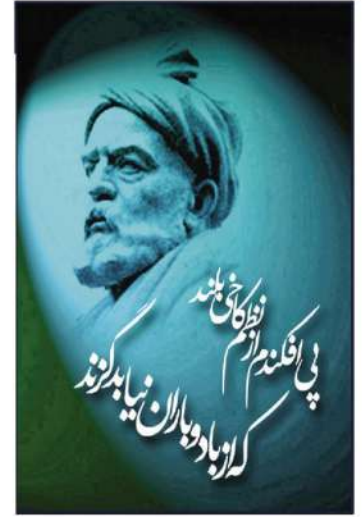
کرد بیرون بایدم از سر خیال زندگی  
رفته از دستم برون دیگر روال زندگی  
می دهد کم کم خبر از انحلال زندگی  
از برای کس نمی ماند مجال زندگی  
هرکه را بینی گرفتار جدال زندگی  
می گذارد بهر انسان شور و حال زندگی  
تا گرانی گشت در سودا و بال زندگی  
بسته از هر سوی محکم دست و بال زندگی  
برده آب از روی زیبای جمال زندگی  
خورده اصلا پاک بر هم اعتدال زندگی  
هست گاهی انبساطی در خلال زندگی  
می فریبد عقل را هم خط و خال زندگی  
قسمت ما از ازل رنج و ملال و زندگی

روح من فرسوده شد در قیل و قال زندگی  
بس که مغشوشست اوضاع فلاکت بارما  
ضعف و پیری اختلالات روانی بالمال  
با چنین آشفتگی در زلف دلدار امید  
هرکجا را بنگری جنگست و کشتار و دمار  
بانگ مظلومان در این دوران وانفسا کجا  
آه محرومان ز دل ها شادمانی برده است  
دزدی و فقر و فساد و اختلافات و نفاق  
اعتساف و کینه و ظلم و دروغ و افترا  
می خراشد گوش جان را ناله درماندگان  
گرچه دارد زندگانی ظاهری خوش آب و رنگ  
لیگ بی زهری نباشد شاهد شیرین حیات  
من همین اندازه می دانم که بود از بخت بد

گر یکی دیدی که باشد راضی از اوضاع خود  
می زند بر سینه اش احسان مدال زندگی

## پارسی بنویسیم، پارسی بگویم

معقول = بخردانه  
وب سایت = تارنما  
مجموع = همتافت  
تاکید کرد = پا فشاری کرد  
طهران = تهران  
به این ترتیب = بدین سان  
برودنی = سرمایه‌ی  
غریب = ناآشنا  
واحد = یکتا  
اخبار = تازه‌ها  
استحمام = خودشویی  
حزن انگیز = اندوهبار  
حاوی = در بر گیرنده  
مبدأ = خاستگاه  
مربع = چهارگوش  
چراید = روزنامه‌ها  
با اصل و نسب = با ریشه  
تفریق = کاهش  
مستقیم = سر راست  
دلایل = انگیزه‌ها  
عصیانیت = خشم  
جوار = همسایگی  
متراکم = چگال  
آن را باطل کردم = آن را تباہ کردم  
صلاحیید = روایت  
عمل = کنش  
ذخیره = اندوخته  
محیط = پیرامون  
مجموعا = روی هم



تخصن کردن = بست نشستن  
عمدا = دانسته  
بهت = گیجی  
با تمام = با همه  
مؤاخذه = بازخواست  
ضرورت = بایستگی  
ناعدالتی = بی دادگری  
فارغ التحصیل = دانش آموخته  
خادم = پیشکار  
افتتاح = گشایش  
طلا = زر  
منطقی = بخردانه  
احضار کردن = فرا خواندن  
شامل = دربر گیرنده

## 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 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.translation@gmail.com

Website: www.PersianLegals.com



کارگردان: فرانک دارابونت، بازیگران: تیم رابینز، مورگان فریمن، امتیاز متاکرتیک: ۸۰ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۹۴  
دیالوگ معروف: پادت باشه رد، امید چیز خوبیه، شاید بشه گفت بهترین چیزهاست و چیزهای خوب هیچ وقت نمی‌میرند. از میان تمام اقتباس‌ها از آثار استیون کینگ که کم هم نیستند، چون او تنها نویسنده‌ی زنده‌ای است که بیش از همه از آثارش اقتباس شده. فقط این اثر در کنار «درخشش» به فهرست راه پیدا کردند به نظر می‌رسد همه‌ی کسانی که عاشق فیلم «رهایی از شاوشنک» هستند بعد از اکران نه چندان موفق فیلم آن را دیده‌اند. یعنی از وقتی که فیلم وارد شبکه‌های کابلی شد. سال ۲۰۱۳ مدت زمان ۱۵۲ ساعت به پخش این فیلم ۱۴۲ دقیقه‌ای اختصاص داده شد و در حقیقت میزان پخشش هم در محبوبیتش موثر است.  
داستان دو مردی که به چندین سال زندان محکوم شده‌اند و کم‌کم رستگاری را در انجام کارهای روزمره پیدا می‌کنند.

### ۵. پالپ فیکشن Pulp Fiction

کارگردان: کوئنتین تارانتینو، بازیگران: ساموئل ال. جکسون، جان تراولتا، اوما تورمن، امتیاز متاکرتیک: ۹۴ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۹۴  
دیالوگ معروف: اگه جواب‌های من تو رو می‌ترسون پس بهتره دست از سر پرسیدن سوال‌های ترسناک برداری.  
کوئنتین تارانتینو همیشه دانش‌آموز سینما بوده و بعد از فیلم «سگ‌های انباری» گفته بود: «دومین فیلمی که کارگردان می‌سازد مهم‌تر از اولی است.  
باید فیلم دوم را درست از کار دریاورم.» تارانتینو فیلم دومش را درست از کار درآورد. در واقع شاید «پالپ فیکشن» را بتوان تاثیرگذارترین فیلم دهه‌ی نود نامید. فیلم الهام بخش خیلی از طرفداران تارانتینو شد. تهیه‌کننده‌ی تارانتینو می‌گوید: «ما فکر می‌کردیم داریم رسک می‌کنیم. فکر می‌کردیم کار باحالی انجام می‌دهیم.»  
فقط یکی از داستان‌های فیلم بر محور زندگی دو آدمکش می‌گذرد و در ۴ داستان شاهد خشونت و رستگاری هستیم.

خیلی‌ها گفته‌اند که اگر قرار بود به یک جزیره‌ی متروکه بروند حتما فیلم «جادوگر شهر اوز» را با خودشان می‌بردند، چون این فیلم احساس سرزندگی به مخاطبش می‌دهد مردم نسل اندر نسل این فیلم را تماشا کرده‌اند. در حقیقت طبق آمار کتابخانه‌ی کنگره دیده شده‌ترین فیلم است. به خصوص که از دهه‌ی ۵۰ به بعد بارها از تلویزیون هم پخش شده است و از دهه‌ی ۹۰ هم روی شبکه‌های کابلی رفته. تازه این غیر از اسپین‌آف‌هایی است که هالیوود برای این فیلم ساخته و آخرین‌شان «اوز بزرگ و قدرتمند» بود که جیمز فرانکو در آن بازی می‌کرد. داستان دختری که بر اثر گردباد از خانه‌اش دور می‌شود و به شهر دیگری می‌رود که در آن با یک مترسک، یک شیر و یک آدم آهنی همراه می‌شود تا از جادوگر شهر اوز معجزه‌هایی درخواست کنند.

### ۳. همشهری کین Citizen Kane

کارگردان: اورسن ولز، بازیگران: اورسن ولز، جوزف کاتن، امتیاز متاکرتیک: ۱۰۰ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۴۱  
دیالوگ معروف: کافی نیست به ما بگین که به مرد چی کار کرده باید بهمون بگین که اون کی بوده.  
منتقدان برای سال‌ها این فیلم را ستایش کردند و به آن لقب بزرگترین فیلم آمریکایی تاریخ سینما را دادند برای هر کسی خیلی ساده است که «همشهری کین» را به عنوان بهترین فیلم فهرستش انتخاب کند. اما همه‌ی سینماورها به ویژه جوان‌ترها شیفته‌ی داستان چارلز فاستر کین و سورتمه‌ی گمشده‌اش نمی‌شوند. به عنوان مثال در میان کسانی که در دهه‌ی سوم زندگی‌شان هستند فیلم رتبه‌ی بیست و ششم را پیدا کرد برای زیر ۲۰ ساله‌ها پنجاه و سوم شد و بین آن‌هایی که بالای ۶۰ سال داشتند رتبه‌ی اول یا دوم را آورد. فیلم داستان زندگی یک گول رسانه‌ای به نام چارلز فاستر کین است که بعد از درگذشتش یک روزنامه‌نگار کنجاکو دنبال داستان زندگی او می‌رود.

### ۴. رستگاری در شاوشنک The Shawshank Redemption



۱۰۰ فیلم برتر تاریخ سینما  
از نگاه هالیوودی‌ها

### ۱. پدرخوانده The Godfather

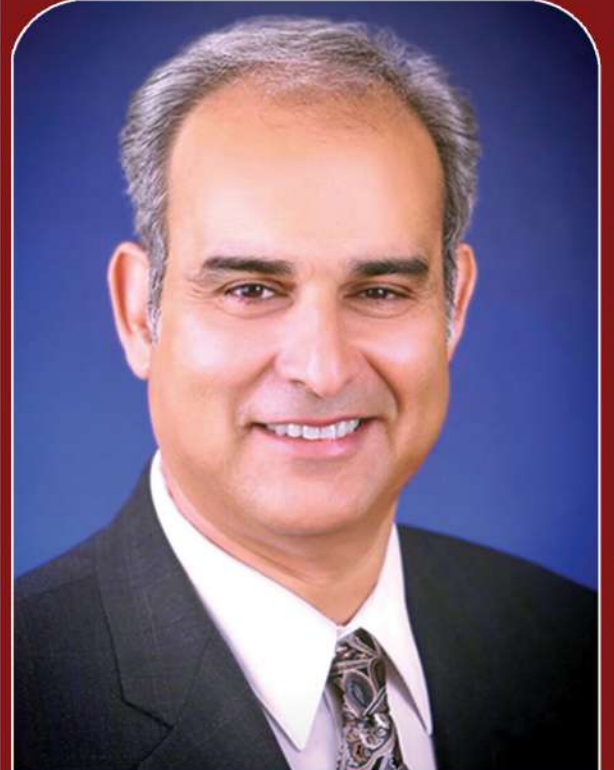
کارگردان: فرانسیس فورد کوپولا، بازیگران: مارلون براندو، آل پاجینو، امتیاز متاکرتیک: ۱۰۰ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۷۲  
دیالوگ معروف: می‌خوام بهش پیشنهادی بدم که نتونه رد کنه.  
فیلم «پدرخوانده» اقتباس از رمان ماریو پوزو بود. کوپولا و همکارانش در یک تردستی خلاقانه ملودرام مافیایی را تبدیل به هنری محبوب برای عامه کردند که هر کسی را در هر سطحی راضی می‌کرد. این فیلم یک درام خانوادگی و یک حماسه‌ی جنایی است و به لحاظ بصری و موسیقایی مخاطب را از خود بی‌خود می‌کند. درام تاریخی بی‌عیب و نقصی است. هر کسی که «پدرخوانده» را زمان اکرانش دیده باشد الان نزدیک ۶۵ سال دارد. در نتیجه حضورش در صدر جدول نشانه‌ی قدرت روایت، بازی‌های خارق‌العاده و ارزش‌های اسطوره‌ای آن است که حتی برای مخاطبان جوان هم تا این حد تاثیرگذار است. فیلم هم کلاسیک است و هم مدرن. در روایت سنتی است و در نقطه‌نظر منتقدانه‌اش مدرن. این فیلمی است که همه‌ی این کارها را با هم انجام می‌دهد.

### ۲. جادوگر شهر اوز The Wizard of Oz

کارگردان: ویکتور فلمینگ، بازیگران: جودی گارلند، فرانک مورگان  
امتیاز متاکرتیک: ۱۰۰ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۳۹



HomeSmart Evergreen Realty



Steve Faghieh

مشاور آگاه، با تجربه و مطمئن  
در امور خرید و فروش املاک  
مسکونی در منطقه اورنج کانتی  
با بیش از ۱۸ سال سابقه

Tel: 949-432-6473 805-680-5421  
Stevefaghieh@gmail.com  
LIC#01425261 Since 2004



**What is Your Injury Worth?  
Call for Free Consultation**



## **Injury & Accident Law Firm**

**دکتر کاوہ کشمیری**

**وکیل تصادفات**

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

**LAW OFFICE OF  
KAVEH KESHMIRI**

**2102 Business Center Dr.  
Irvine, CA 92612**

**T: (949)514-8167**

**F: (949)835-0581**

**WWW.KAVEHLAW.COM**





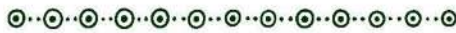
حمید الهی

یادداشت های کوتاه، نوشته نیره یمینی

هنوز ازدواج نکرده بودم. بعد از پایان تحصیل و موفقیت دلخواه به فکر ازدواج افتاده بودم. بعد از کار با چند تا از دوستان همکارم تصمیم گرفتیم سینما برویم. درصاف بلیط، زن و شوهر جلوی ما ایستاده بودند و با هم صحبت می کردند. صدای او برایم آشنا بود. وقتی شوهرش گفت شادی، قلبم لرزید. کمی جابجا شدم و صورتش را دیدم. به آنها نزدیک شدم و با شوهرش شروع به صحبت کردم. به او گفتم من درباره این فیلم زیاد شنیده ام. اون رو به خانمش کرد و گفت نازی همسرم مشتاق دیدار این فیلم است. نازی به من نگاهی انداخت و گفت مرا به یاد داری. گفتم من وقتی تو با شوهرت حرف میزدی از صدای تو را شناختم. گفت که همه چی زود گذشت. و مرا به شوهرش معرفی کرد و قرار شد باز هم یکدیگر را ببینیم.

وارد سینما شدیم دوستانم گفتند چقدر زن زیبا و مهربانی است. گفتم من در دانشگاه تقریباً به او دلبسته بودم البته فقط این من نبودم همه پسرها می خواستند او را به دست بیاورند.

یک روز فهمیدیم که ازدواج کرده اما هنوز به تو فکر می کنم ولی احساس کردم خوشحال است. از دیدنش خوشحال شدم و حالا که او را پیدا کردم سعی می کنم آنها را دوباره ببینم.



هنگام صبح با نسیمی که پرده ها را تکان میداد بیدار شدم. هنوز از تخت خواب پایین نیامده بودم که همسرم شیده با یک لیوان آب که چند تا آلبالو در آن انداخته بود وارد شد و گفت عزیزم تولدت مبارک. همدیگر را بوسیدیم وقتی وارد ناهارخوری شدم متوجه شدم از عده ای دعوت کرده و میز صبحانه مفصلی چیده است. همه بلند شدند و با محبت به من تبریک گفتند. نگاه ها همه دوستانه بود. شیده گفت شایان از اینکه همسرت هستم خوشحالم و برایت سلامتی و زندگی راحت آرزو دارم. او را در آغوش کشیدم و گفتم زندگی در کنار تو هم راحتی دارد و هم شادی.

عشق پاکی بین ما بود. چند سال میگذرد و هر روز از روز قبل بیشتر میفهمم چقدر خوشبخت هستیم و چقدر زندگی شیرین است.

آدم و دلش  
دل آدم کجاست؟ آن تکه ماهیچه ی صنوبری که می گویند قد مشت هر کس است که اسمش را گذاشته اند "قلب و عروق"؟.... فکر کنم منظورشان هم از "عروق" تمام عرق هایی است که قلب برای تپیدن در زندگی ریخته، یا شاید آن عرق هایی که برای فراموشی عقل خورده است، بعد آن را به مستی و شیطننت از ترس محتسب گذاشته اند "عروق".... یا

شاید تمام راههایی است که از آن صنوبر سرخ بیرون دویده است به پیدا کردن خود.... نمی دانم شاید هم به قول دوستی روانشناس مجموعه ی از احساسات پر فراز و فرودی است که برایش آدرس جایی نداریم، لاجرم همه را جمع می کنیم در نهانخانه ای که لو ندهمان، یا اگر داد به تپشی تند بدل شود به برق چشمی از شوق دیدار یا نم اشکی در غم فراق و انتخاب گذار..... راستی به غیر از ما چرا راهی داریم برای اتصال به معنی جهان؟.... باقی که همه تنیده اند به عقل و حساب و کتاب و عدد..... اعدادی که بدون ما هم به بوهاند و هستند و خواهند بود..... اما دل مگر بدون ما هم حس؟ فکر نمی کنم. گمان می کنم بعد از ما اگر هم جایی باشد، جز آن تکه هایش که لمس درونی شد به آبی و کسی و مهربی بی مالکیت نمی شود جایی پیدا کرد، همان تکه ی بی شکل را که شبیه به خودش کرد آن دلداری و بعد هم لابد بدل به عرقی سرخ شد و چکید روی خاکی بی رنگ و زندگی را جایی درون کسی آغاز کرد یا نکرد!....

"هنر"  
"هنر" (به معنای عام آن) و رسیدن به هنرمندانه زیستن به گمانم آخرین سنگر هر وضعیتی بن بست گونه ای ذهن و زندگی معمول ماست، جایی که می توانیم از صحنه ی پرتکار، با ارتباط چیزی را انتخاب کنیم، جایی را برگزین کنیم، جایی را دوست بداریم، آدمی را همدم خویش بدانیم.... ما در حرف بزرگاهی به دنبال چیستیم؟ فرار از ملالی که دامن گیر هر وضعیتی است، چگونه ممکن شدنی است، شاید هنر به معنی دریافت دیگر گونه از آشناهایی مکرر زندگی یکی از این درگاهها باشد، جایی که یک "رابطه" چه رابطه ی انسان با انسان، چه رابطه ی انسان با محیط اطراف خویش، درون مثلثی از هیجان کشف و باز یافتن، خلق و انتخاب، ضربی از آفرینندگی را بدل به خاطره ی بلند ارتفاع تر از لحظات عادی می کند، چیزی به نام هنرمندانه زیستن خلق می شود.....



Nina Zandy

(949) 463 - 6666

ZandyNina@gmail.com

www.NinaZandy.com

LIC#02085635

FIND YOUR NEW HOME TODAY WITH US



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



Farshad Alijani

(949) 426 - 8743

Farshad.aliyani@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 فرشاد بطحایی

دارای بورد تخصصی جراحی پا از دانشگاه

Temple University in Philadelphia

دکتر آرشیبا روحیان

دارای بورد تخصصی جراحی پا از دانشگاه

University of Southern California (USC)

اعضای انجمن جراحان پا و قوزک پا



درمان با لیزر

نوروپاتی و درد، ناخن های قارچی پا،  
میخچه کف پا

برای دریافت تخفیف ویژه با مطب تماس بگیرید

Stem Cell Injection تزریق سلول های بنیادی

- 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





## حرفهای آماده دل



مهدی علیزاده فخرآبادی

دیده اید وقتی از کسی جدا افتاده اید و از او دور هستید چطور در تنهایی ها با او حرف می زنید ؟ با او درد دل می کنید از مشکلاتتان می گوئید. فکر و خیال می کنید ..

دیدید وقتی غریبید و توی کشور غریب مادرتان را نمی بینید چطور در دلتان ناگهان هوایش را می کنید و توی دلتان با او حرف می زنید ؟

دیدید وقتی از کسی که عاشقش هستید و دوستش دارید دورید چطور با او توی دلتان حرف می زنید ؟ و بعد می دانید چی می شود ؟

وقتی او را می بینید و بعد از مدتها تجدید دیداری می کنید شروع می کنید گاهی همان حرفها را زدن. همان درد دل ها. همان حرفهایی که آماده کرده بوده اید و ناگهان زبانتان باز می شود. یکهو حرفهایی می زنید که کاشکی نمی زدید یا همان حرفهایی که نشان می دهد خیلی دلتنگید. همان کلماتی که وقتی از دهانتان بیرون میاید طرف مقابل هم میفهمد که چقدر توی دلتان چرخیده و حالا دارد بیرون میاید.

این همان جملاتی است که آماده کرده بوده اید. همان جملاتی که توی دلتان مانده و یکهو میاید بیرون. حرف دل واقعی شما. می دانید بعد از سالها که از پدرم دور بودم و پدرم به دنبال کارهای من بود و دور از هم مشکلات را حل می کردیم بالاخره یکدیگر را دیدیم و مدتی با هم بودیم. بعد یک روز داخل ماشین کنار هم نشستیم و داشتیم صحبت می کردیم. چند دقیقه ای گذشت و یکهو شروع کرد... همان حرفها... همان حرفهایی که تو

و یکهو به همان حس و حال افتاده بود همین هم شده بود که حرفهای دلش را ریخت بیرون. من هم فهمیدم که این از همان حرفهاست. حرفهایی که سالها توی دلش با من حرف زده بود و حالا که به من رسیده بود زده بود به این لحظه چقدر فکر کرده بود به اینکه من که کنار پسر بزرگ بنشینم و به او بگویم!

بگویم که فلانی چی گفت و فلانی چکار کرد و من چکار کردم. همان تنهایی و همان درد دل... که بیرون نمایم... ولی وقتی بیرون بیاید با خودش خیلی معانی دارد.

نبودی و این بر من گذشت و آن. این مشکل را اینطوری حل کردم. این اتفاق افتاد و من چنین کاری کردم... حرفهایی که توی دلش مانده بود و در تنهایی با خودش مرور کرده بود. با پسر بزرگش که همیشه با او بود و همیشه با هم کار می کردند و هر دو پشت هم بودیم. وقتی تنها شده بود و افتاده بود توی سختی ها و مجبور شده بود تنهایی حلشان کند با من توی دلش حرف زده بود. مدتها حرف زده بود. شاید اشکی ریخته بود. بعد گذشته بود و بعد از سالها دوباره همدیگر را دیده بودیم

# چرا تبلیغ در خواندنی ما موثرترین راه برای معرفی بیزینس شماست؟

- پرتیراژترین نشریه جنوب کالیفرنیاست.
- به خاطر داشتن مطالب گوناگون و مثبت، محبوبترین مجله در میان ساکنان کالیفرنیا است.
- هر ماه منتشر می شود، دو تا سه بار در هفته توزیع می شود، پس بیشتر و بیشتر دیده می شوید.
- رایگان است و در تمامی مراکز بزرگ ایرانی در دسترس عموم است.

## (949) 923-0038

درج آگهی برای شما، به اندازه یک تماس تلفنی آسان است!







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



اصول خانواده و نجابت و شرافت زنانگی تاکید داشت. آناهیتا نخستین بار در دوره ساسانی، در زمان نرسه به تصویر کشیده می شود نرسه سنت دریافت حلقه پادشاهی و فره ایزدی از اورمزد که همیشه به گونه مرد ترسیم می شد را ترک گفت و یک زن را جایگزین او کرد. این نقش شگفت انگیز و در عین حال پرسش برانگیز را کریستین سن و دیگر پژوهشگران غربی و ایرانی، ایزدبانوی آناهیتا دانسته اند حدود سیصد سال بعد دوباره در سنگ نگاره خسرو پرویز در تاق بستان، با اینکه وی تاج شاهی را از یک مرد دریافت می کند اما باز یک زن که به احتمال زیاد آناهیتا باشد، در پشت سر او ایستاده است.



شهبانو پوراندهخت ساسانی، دختر خسرو پرویز، تصویر بازسازی شده چهره و تاج پوراندهخت بر اساس سکه های بجا مانده از دوران وی.

تعداد زیادی معبد برای الهه های زن ساخته شده و همچنین حضور پررنگی در آثار هنری ایلامی، خصوصا نقش برجسته ها دارند بر اساس منابع یونانی در عصر ماد، دختر و داماد پادشاه می توانستند وارث سلطنت شوند در دوره هخامنشی زن و مرد از حقوق یکسانی برخوردار بوده و حتی در مواردی زن نقش پررنگ تر و مهمتری را در اداره کشور و امور سیاسی دربار ایفا می کرد. در دوران اشکانی به علت نفوذ هنر یونانی در جامعه، به خصوص طبقه حاکم، زن یا آزادی بیشتری در جامعه ظاهر می شود و جایگاه بالاتری را در آثار هنری پیدا می کند. این تأثیرات سبب شد تا زن همچنان نقش خود را در دوران بعد نیز حفظ نماید که ساغرهای عاجی مکشوفه از شهر نسا در ترکمنستان دلیل محکمی است بر این ادعا. متون و کتب، نقوش برجسته، سکه ها، مهرها، نقاشی و حتی نقوش پارچه و صنایع فلزی از جمله منابع مطالعاتی ما در مورد زن در دوره ساسانی است. هنگام بررسی نقش زن در این دوره متوجه مویدان ساسانی خواهیم شد که به بیانی ساده اهمیت زنان را نشان داده اند، به طوری که در سده چهارم موید ساسانی می گوید: زن و فرزند خود را از فراگیری دانش و هنر باز مدار تا غم و اندوه به تو راه نیابد و در آینده پشیمان نشوی. زنان زیادی در تاریخ ایران قبل از اسلام می توان بر شمرد که هر کدام از آنها به سبب دارا بودن ویژگی هایی خاص، می تواند نمونه و الگوی یک زن ایرانی باشد که حضور خویش در اجتماع را به بهترین شکل ممکن ابراز داشته است. از میان تمام زنان نمایش داده شده در آثار باستانی ایران از دوره ایلام تا پایان دوره ساسانی می توان به الهه آناهیتا اشاره داشت. این ایزد بانو در اوستا در تجلیات مادی به صورت دوشیزه ای زیبا پیکر و خوش اندام بر افراد متجلی می شود. در آبان یشت که به این الهه اختصاص دارد، نام بیشتر پهلوانان و شاهان را می یابیم که بر درگاه ایزدبانوی نامدار آناهیتا نماز می گزارند، قربانی می کنند و درخواست می کنند. این ایزدبانوی بزرگ ایرانی، نه تنها کارکردی همسان با ونوس رومی و آتیه یونانی در ایزدگیری شهوت جنسی نداشت، بلکه بیشتر بر پایبندی به

## جایگاه زن در ایران باستان

بدون شک وضع اجتماعی زن در هیچ دوره و تاریخی از وضع عمومی آن جامعه مجزا نیست. پیکرک های یافته شده در دوران نوسنگی و عصر آهن نشان می دهد زن سنبل باروری و نماد حاصلخیزی بود و در دوران مفرغ وجود معابد مربوط به زنان نشان می دهد که زن مورد ستایش قرار می گرفت. با شروع دوران تاریخی در حدود ۳۲۰۰ قبل از میلاد، در دوره ایلام و خصوصا ایلام میانه زن به جایگاه والایی رسیده و بسیاری از امورات حساس کشورداری را بر عهده می گیرد.



امین بابادی عکاشه



نقش ایزدبانوی آب آناهیتا، ناهید یا آرد و بسوز آناهیتا بر سنگ نگاره خسرو پرویز در تاق بستان

## 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\_ کبکش خروس می خونه: خیلی خوشحال است.
- ۲\_ صلاح مملکت خویش خسروان دانند.
- ۳\_ حالا که ماست نشد شیر بده مقصودی معین ندارد.
- ۴\_ کوه به کوه نمی رسد آدم به آدم می رسد.
- ۵\_ فردا هم روز خداست: یعنی اجبار نیست که همه کارها را امروز بکنید.
- ۶\_ جواب دندان شکن: یعنی با منطق و حساب پاسخ دادن.
- ۷\_ مرغ همسایه غاز است: نا آگاهی.
- ۸\_ گر صبر کنی ز غوره خلوا سازی: صبر کردن.
- ۹\_ پیاده شو با هم راه بریم: در مورد کسی که خیلی مغرور و متکبر شده است.
- ۱۰\_ حرف راست را باید از بچه شنید: صحبت درست را که کودک می گوید، صحیح است.
- ۱۱\_ گرگ که پیر می شود، رقااص شغال می شود: هر آدم شروری، در روزگار پیری دست آموز دیگرانست..
- ۱۲\_ سر پیری و معرکه گیری: در مورد کسانی است که زمان پیری کار جوانان را انجام می دهند.
- ۱۳\_ مار خورده و افعی شده: شرارت کسی.
- ۱۴\_ خر که کمتر نهر بر وی بار بی شک آسوده تر کند رفتار.
- ۱۵\_ قدر عاقبت کسی داند که به مصیبتی گرفتار آید: قدر عاقبت.
- ۱۶\_ شمر، جلودارش نمیشه: یعنی بسیار آدم شروری است.
- ۱۷\_ خرب می کنه: در فصل تابستان کسی که لباس گرم بپوشد.
- ۱۸\_ چشمش آبالو گیلان می چینه: چیزی را به طور درست نمی بیند.
- ۱۹\_ یکی به دو کردن: جر و بحث کردن.
- ۲۰\_ قدر زر، زرگر شناسد، قدر گوهر، گوهری: ارزش هر چیزی را خیره آن می داند نه دیگران.
- ۲۱\_ گربه شیر است در گرفتن موش لیک موش است در مصاف پلنگ.
- ۲۲\_ شتر با بارش گم می شه: نا امن بودن مکانی.

- یکبار بعد از مدتها یک خواستگار اومد منم کلاس گذاشتم گفتم میخوام درس بخونم هیچی دیگه پا شدن رفتن هر چی گفتم بابا فقط دو صفحه مونده گوش ندادند.
- اما خدا به هیچکس مثل اصحاب کهف حال نداد. ساعت ۵ بعد از ظهر ایمان آوردن تا ۹ رسیدن تو غار گرفتن خوابیدن - ۳۰ سال بعد پاشدن به صبحونه سبک خوردن و مردن و رفتن بهشت...
- شما یادتون میاد؟ بچه که بودیم تو مدرسه که میخواستیم قرآن بخونیم فقط... اعوذ بالله من الشیطان رجیمشو مثل عبدالباسط میخوندیم بقیشو مثل شماعی زاده میخوندیم.
- الان چند روزه چند نفر بسیج شدن به مادر بزرگم یاد بدهند دخترداییم که تازه بدنیا اومده و اسمش "آدریسا"س، نگه "باتری ساز"
- با این هزینه ها و اوضاع اقتصادی تنها حالتی که میصرفه بچه دار شی اینه که بری از پرورشگاه یه بچه ۳۰ ساله بیاری بفرستیش سرکار تا خرجتو بده.
- یک همکلاسی هم دارم ازم خواستگاری کرد بهش جواب نه دادم و گفتم ازت خوشم نیما. هر چند وقت یکبار میاد پیام میده کی میخوای ازدواج کنی؟ قشنگ تابلوعه برام دعا میگیره بختمو ببنده!
- رفیقم با ماشین تیباش رفته اندر زگو دور دور با ناراحتی میگفت اونجا ماشینایی رو دیدم که حتی اسمشون رو هم نمیدونستم منم واسه دلداری دادن بهش گفتم فدای سرت عوضش اونها هم اسم ماشین تورو نمی دونستن.
- دختر خالم خواستگار داشت بهش گفت نمی خوام ازدواج کنم می خوام درسمو ادامه بدم، شب امتحان ریاضی زنگ زده بود به خواستگارش گفته بود هنوز سر حرفت هستی؟ و مثل اینکه پنج شنبه عروسی دعوتیم!
- سنگ قبر در صورتی ۵۰ میلیون می ارزه که پشتش برای سوالاتی شب اول قبر تقلب نوشته باشند.



## دکتر فریبا بیگدلی

متخصص ارتودنسی با بیش از ۱۳۱ 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 چهارم گلستان سعدی



مطابق این سخن پادشاهی را مهمی پیش آمد. گفت اگر این حالت به مراد من بر آید چندین درم دهم زاهدان را.

چون حاجتش بر آمد و تشویش خاطرش برفت وفای نذرش به وجود شرط لازم آمد. یکی را از بندگان خاص کیسه درم داد تا صرف کند بر زاهدان.

گویند غلامی عاقل هشیار بود. همه روز بگردید و شبانگه باز آمد و درمها بوسه داد و پیش ملک نهاده و گفت: زاهدان را چندان که گردیدم نیافتم!

گفت: این چه حکایت است؟! آنچه من دانم در این ملک چهارصد زاهد است.

گفت: ای خداوند جهان! آن که زاهد است نمی ستاند و آن که می ستاند زاهد نیست.

ملک بخندید و ندیمان را گفت: چندان که مرا در حق خداپرستان ارادت است و اقرار، مر این شوخ دیده را عداوت است و انکار و حق به جانب اوست!

زاهد که درم گرفت و دینار زاهدتر از او یکی به دست آر



تشویش: آشفتگی، بی آرامی.

اقرار: اعتراف کردن به امری به سود دیگری و به زبان خود؛ اعتراف؛ بروز دادن.

عداوت: خصومت، دشمنی.

انکار: نشناختن، خودداری از اقرار، منکر شدن.

## حکایت سی و پنجم

یکی را از علمای راسخ پرسیدند: چه گویی در نان وقف؟ گفت: اگر نان از بهر جمعیت خاطر می ستاند حلال است و اگر جمع از بهر نان می نشیند حرام.

نان از برای کنج عبادت گرفته اند صاحبان نه کنج عبادت برای نان



وقف: آنچه کسی از ثروت خود جدا می کند که در کارهای عام المنفعه از آن استفاده می کنند.

راسخ: ثابت، برقرار، پایدار، استوار، پایدار.

بهر: قسمت، بخش، نصیب.

## حکایت سی و ششم

درویشی به مقامی در آمد که صاحب آن بقره کریم النفس بود. طایفه اهل فضل و بلاغت در صحبت او هر یکی بذله و لطیفه می گفتند. درویش راه بیابان کرده بود و مانده

و چیزی نخورده یکی از آن میان به طریق ظرافت گفت: تو را هم چیزی باید گفت.

گفت: مرا چون دیگران فضل و ادبی نیست و چیزی نخوندهام به یک بیت از من قناعت کنید. همگان به رغبت گفتند: بگوی!

گفت:

من گرسنه در برابر سفره نان  
همچون عزیزم بر در حمام زنان

یاران نهایت عجز او بدانستند و سفره پیش آوردند.

صاحب دعوت گفت: ای یارا! زمانی توقف کن که پرستارم کوفته بریان می سازند.

درویش سر بر آورد و گفت:  
گرسنه بر سفره من گو میاش  
گرسنه را نان تهی کوفته است



بقعه: بنایی که بر بالای آرامگاه ائمه و بزرگان ساخته می شود.

کریم النفس: دارای روح بزرگ و بخشنده، بزرگمنش.

فضل: کمال، دانش، علم، برتری.

بلاغت: فصیح بودن، رسایی سخن.

بذله: سخن نغز و فرج آور، لطیفه، شوخی.

همی: به جهت استمرار و امتداد در فعل آید و پیش یا پس از فعل قرار گیرد.

طریق: راه، مسیر، روش، طریقه، رسم.

ظرافت: زیبایی، نکته سنجی، خوش طبع.

قناعت: راضی و خرسند بودن به چیزی که فرد در اختیار دارد.

رغبت: میل، اراده، آرزو.

عزب: مرد بی زن، و آن به سبب انفراد و تنهایی اوست. و زن بی شوی. آنکه او را خانواده و اهل نباشد، از مردان و از زنان.

کوفته: نوعی خوراک که با برنج، نخود، سبزی، و گوشت کوبیده تهیه می شود.

بریان: برشته، کباب شده.



چرم در رطوبت زیاد کپک می‌زند آن را در جایی با رطوبت بالا نگهداری نکنید. چرم را در لاف پلاستیکی نگهداری نکنید چون باعث می‌شود که رطوبت احتمالی موجود در محصول چرمی خشک نشود.

سیر تازه رو با دستگاه خوب ریز کنید بعد کمی نمک به آن بزنید و داخل روغن نگهداری کنید، به این صورت بدون خراب شدگی چند ماه می‌توان داخل یخچال نگهداری کنید.

هنگامی که آینه حمام بخار می‌گیرد می‌توانید پارچه‌ای را آغشته به خمیر دندان کنید و بعد از آن بر روی آینه مه آلود بکشید و سپس آبکشی کنید به همین راحتی می‌توانید آینه حمام را از هرگونه بخاری بزدايید.

عرق کردن و چربی بدن و آلودگی‌های محیط بیرون باعث کثیفی لباس‌ها بخصوص قسمت یقه و دور آستین می‌شود با کمک شامپو به راحتی می‌توانید این آلودگی‌ها را از بین برد و بعد از آن برای شست‌وشو کامل، لباس را به داخل لباسشویی بیاورید.

پس از مصرف تخم مرغ، پوست آن را داخل ظرف دهان باریکی که حاوی آب سرد است بیندازید و درب ظرف را ببندید، پس از گذشت یک شبانه روز از آن برای آبیاری گلدان‌های آپارتمانی استفاده کنید.

هنگام استفاده از منقل برای تهیه کباب، یک ورق کاغذ آلومینیومی (فویل) در کف آن قرار دهید. این کار هم باعث تشدید حرارت می‌شود و هم تمیز کردن منقل را آسان می‌کند.

جوش شیرین هم یکی از موادی است که می‌تواند بوی بد را به خوبی از بین ببرد. این ماده از دیرباز به عنوان ضد بو شناخته شده و همچنان نیز کاربرد خود را حفظ کرده است. از جوش شیرین می‌توان برای از بین بردن بوی بد چاه دستشویی و یا دیگر قسمت‌های بدبو استفاده کرد. برای این که تاثیر جوش شیرین بیشتر شود، می‌توانید آن را با نمک و کمی آب جوش ترکیب کنید و در محل مورد نظر بریزید. خواهید دید که پس از مدت کوتاهی بوی بد محل مورد نظر به کلی از بین می‌رود. می‌توانید با تکرار کردن این کار از به وجود آمدن بوی بد جلوگیری نمایید تا هیچ وقت مجبور به استفاده از خوشبو کننده‌ها نشوید.

برای نگهداری از ماشین ظرفشویی با یک مسواک کهنه، تمام صفحه‌ها و فیلترهای داخلی را تمیز کنید هم به عمر دستگاه و هم به کیفیت شستشوی ظروف کمک می‌کند.

برای تمیز کردن لباس‌هایی که روغنی شده از نوشابه استفاده کنید. مخصوصا لباسی را که با روغن ماشین آلوده شده است را در نوشابه خیس کنید.

## چیستان



- ۱- آن چیست که نه دست داره، نه پا داره، از همه جا خبر داره؟
- ۲- آن چیست که زمستان با او شروع می‌شود و پاییز با او تمام می‌شود؟
- ۳- آن چیست که بسیار برگ دارد ولی ساقه ندارد؟
- ۴- آن چیست که اجازه می‌دهد آن طرف دیوار را نگاه کنید؟
- ۵- آن چیست از حیوانات است اگر نام آن را وارونه کنید یک وعده غذا می‌شود؟
- ۶- آن چیست که سنگین است ولی وزن ندارد رنگی ولی رنگ ندارد شیرینه ولی طعم ندارد؟
- ۷- کدام شهر ایران است، که اگر حرف اولش را برداریم، نام یکی از کشورهای جهان می‌شود؟

## پاسخ چیستان

۱- باد ۲- زمستان ۳- برگ ۴- دیوار ۵- کبک ۶- سنگ ۷- ایران

## ترفندهای خانه داری



نمک برای تمیز کردن ظروف مسی معجزه می‌کند. نمک را با سرکه و آرد و کمی آب لیمو ترکیب کنید و بعد آن را روی ظرف مسی بمالید.

هرگز درهای قابلمه را با سیم نشوید چون باعث ایجاد خش روی آن میشود مسواک بهترین وسیله برای شستن دربهای شیشه ای است.

سر شعله‌های گاز را می‌توان با جلاسنج تمیز کنیم ابتدا کمی جلاسنج بزنید بگذارید ده دقیقه بماند بعد با مسواک تمیز کنید.

برای جلوگیری از کپک زدن خیارشور را درون محلول آب و نمک قرار داده و روی آنها تکه ای نان قرار بدید، دیگر کپک نمی‌زند.




**Wedding Officiant**  
**رشید ایرانی - عاقد**  
 Rasheed Irani  
 فارسی و انگلیسی در سراسر کالیفرنیا

Customizable wedding ceremonies  
 from Northern  
 to Southern California

20% discount for  
 Los Angeles and Orange Counties

www.RasheedIrani.com 805-990-3263




**REPLACING OLD WINDOWS WITH NEW ENERGY EFFICIENT WINDOWS & DOORS**

**ALEX (Alireza) KHOSRAVANI**

**تعویض پنجره های قدیمی با پنجره های مدرن دو جداره 2529 - 331 (949)**

Top quality products, professional installers, over 15 years experience



چونه زدن اکیدا ممنوع

Our Prices are firm no bargaining





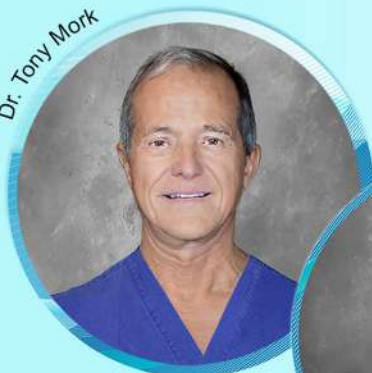
# Minimally Invasive Medical Group

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



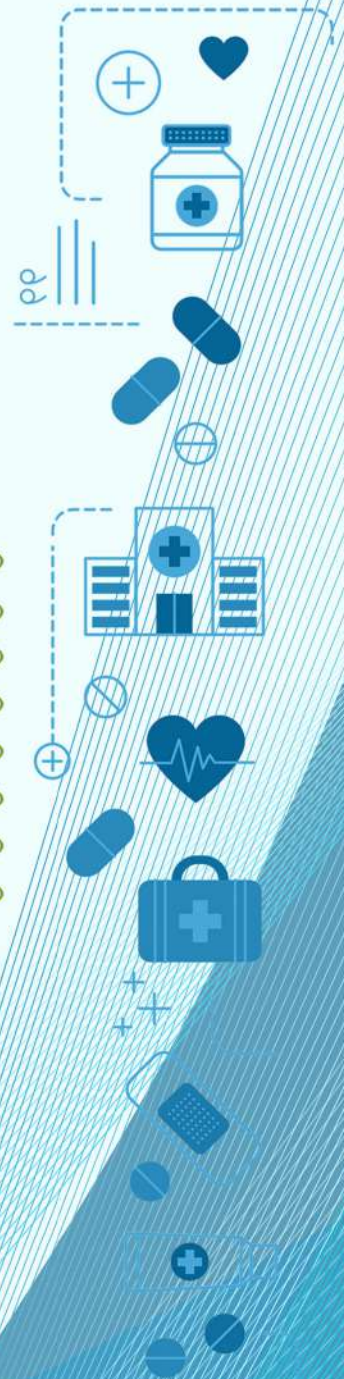
**(949) 333-2224**

**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)



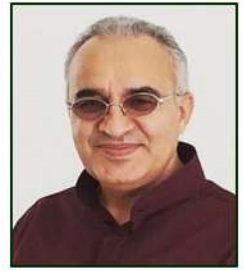




هفتگی و مثلا تفریح هفتگی ما بود احتمال می‌دهم که این نوع فیلم دیدن باعث شد که گمان کنم فیلم سازی سر بالا می‌خواهد و وقتی به این درجه رسیدم سعی کردم با سربالا فیلم و سریال بسازم، اما غافل بودم که دوره زمانه عوض شده و هنرمند اگر بخواهد در این مرز و بوم کار کند باید سرش پایین باشد و امثال من چون نیاموختند و نخواستن این گونه باشند محروم شدند از کار هنری و شدند خانه نشین، البته ناگفته نماند که هم چنان سربلندند.

در ادامه زمان. درد سرتان ندهم ما جماعت پنج ربالی که در میانمان کودکانی چون من و بزرگسالانی چون نوح وجود داشتند مجبور بودیم پنج الی شش ساعت با سرو گردن رو به بالا شاهد نمایش سه فیلم مختلف باشیم که آن روزها از ممیزی کمتری برخوردار بود وقتی نمایش فیلم‌ها تمام می‌شد ما تا ساعتها سر رو به بالا حرکت می‌کردیم چرا که نمی‌توانستیم سر خود را به علت گرفتن عضله‌های گردن پایین بیاوریم و اجبارا این‌گونه مسیر رفته را طی می‌کردیم تا منزل و این هر کار

## سینما مولن روژ



حسین فرزین

در مقطع ابتدایی درسم را ادامه می‌دهم، خدا رفتگان شمارو بیامرز، گمانم گفتم پدرم کشاورز بود و بسیار آدم زحمتکشی اما خیلی به ته مانده خانواده که من بودم و مادرم اهمیتی نمی‌داد.

مادر خدا بیامرز در خانه علاوه بر رسیدگی به امور خانه و خانواده کار نخربسی و بهتر بگویم باز کردن کلاف‌های نخ با چرخه‌هایی که داشت را انجام می‌داد و با پولی که از این راه بدست می‌آورد کلاف پیچیده خانواده را باز کرده، سامان می‌داد. در همان دوران کودکی و ایام تحصیل در مقطع ابتدایی من با گریه‌های الکی و با پا زمین زدن‌های مکرر به اسم خرید خوراکی برای مدرسه، یک ربالی، گاهی سی شاهی و در ادامه روزی دو ربالی از مادر دریافت می‌کردم. ده شاهی آن را صرف شکم نموده الباقی را پس انداز کرده تا در روز جمعه هر هفته هزینه بلیط سینما نمایم.

سینما مولن روژ در کوچه استاندارد نزدیک دیدگاه مشهد قرار داشت و سه قبلم با یک بلیط نمایش می‌داد، من هر جمعه با پای پیاده از پایین خیابان مشهد بعد از گذر از بست پایین و صحن و سقاخانه اسماعیل طلایی و بست بالا و چهارراه نادری و خیابان خسروی و خیابان ارگ و باغ ملی خودمو به کوچه استاندارد و سینما مولن روژ رسانده بلیطی که در ابتدا با پنج ربال و بعدترها تا هشت ربالی می‌گرفتم و خودم را به سالن سینما می‌رساندم. در انتهای سالن قسمت لژ بود که مال از ما بهترون بود، و اکثرا با دوست دخترشون میومدن یا با دوست پسرشون، اینو من کمی که بزرگتر شدم متوجه شدم گویا طفکی‌ها جا برای خلوت کردن نداشتن و برای این خلوت چند ساعته بیست تا بیست و پنج ربال هزینه می‌کردند، بالکن هم پانزده ربالی بود و فقط دو ردیف جلوی طبقه هم کف پنج ربالی و هشت ربالی



- 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**

**مشاور رایگان شما در کلیه امور بیمه‌ها**

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



**Reza Agahi**

Principal Agent

Ez Insurance Services, Inc  
CA DOI License # OE86532

Founded 2005



# 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.

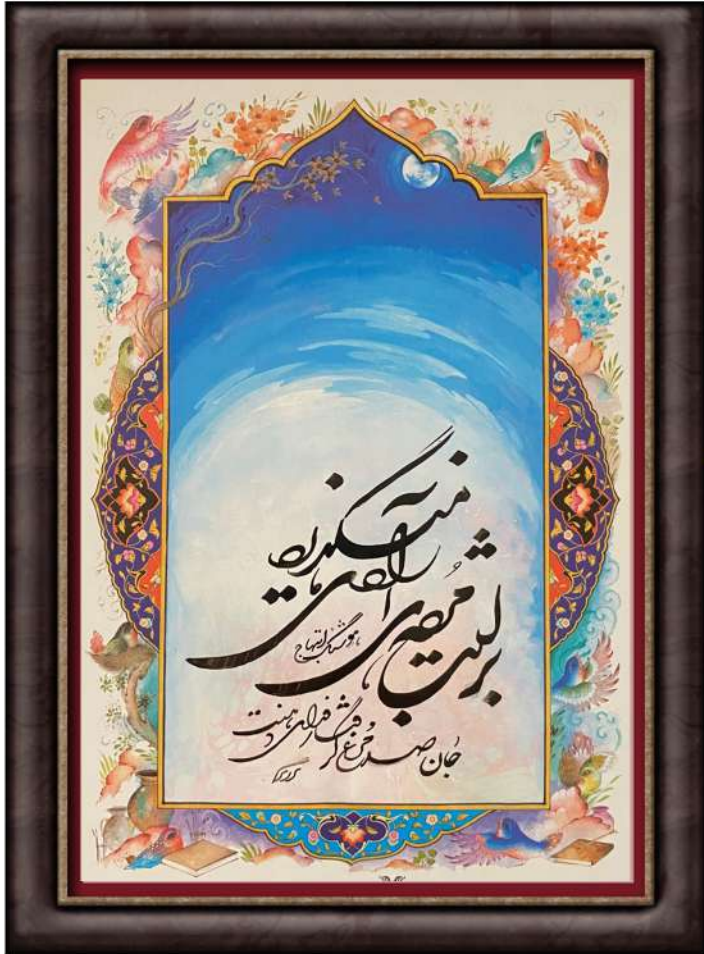
26730 TOWNE CENTRE DRIVE, Suite 102 Foothill Ranch, CA 92610

Tel: (949) 559 - 5153



طوبی بزرگ

بر لبیت مزده آزادی ما می گذرد  
جان صد مرغ گرفتار فدای دهننت  
شعر از هوشنگ ابتهاج (سایه)  
شعر کامل در زیر می آید  
باغبان مزده ی گل می شنوم از چمننت  
قاصدک کو که سلامی برساند ز منت؟  
وقت آن است که با نغمه ی مرغان سحر  
پر و بالی بگشایی به هوای وطننت  
خون دل خوردن و دلتنگ نشستن تا چند؟  
دیگر ای غنچه برون آر سر از پیرهننت  
آبت از چشمه ی دل داده ام، ای باغ امید  
که به صد عشوه بخندند گل و یاسمننت  
بوی پیراهن یوسف ز صبا می شنوم  
مزده ای دل که گلستان شده بیت الحزنت  
بر لبیت مزده ی آزادی ما می گذرد  
جان صد مرغ گرفتار فدای دهننت  
دوستان بر سر پیمان درست اند، بیا  
که نگویند باد سر دشمن پیمان شکنت  
خود به زخم تبر خلق در آمد از پای  
آن که می خواست کزین خاک کند ریشه کنت  
بشنو از سبزه که در گوش گل تازه چه گفت  
با بهار آمدی، ای به ز بهار آمدننت  
بنشین در غزل سایه که چون آبت عشق  
از سر صدق بخوانند به هر انجمننت



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

حل جدول های این شماره

آسان

سخت

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

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



CKS Law Group



www.CKSLawGroup.com

دکتر  
کوروش شهریاری  
وکیل تصادفات



- We have focused our practice in seeking justice for individuals and families who have suffered serious personal injuries. Our attorneys have more than 20 years of experience in litigation work, and have a passion for trial work. We will make sure that you get your rightful compensation for your damages, however simple or complex your personal injury case may be.
- We guarantee effective and aggressive representation for you and your loved ones. Our reputation and history of successful trials span over more than two decades.

(310) 400 - 0002





دهید تا پیاز و زردچوبه یکدست شوند. در مرحله بعدی نعنای خشک را اضافه کنید و کمی تفت دهید تا نعنای خشک نرم شود سپس کوفته های قلفلی را اضافه کنید. کوفته های قلفلی را به خوبی و با دقت سرخ کنید به طوری که تمام قسمت های کوفته ها سرخ شود. پس از اینکه کوفته های قلفلی را سرخ کردید رب انار را در یک یا دو لیوان آب جوش بریزید و خوب مخلوط کنید تا رقیق شود سپس به قابلمه اضافه کنید. مواد را به خوبی تفت دهید تا رب انار به خورد کوفته های قلفلی برود، سپس درب قابلمه را بگذارید و اجازه دهید آب اضافی خورش با حرارت ملایم تبخیر شود و خورش روغن بیندازد. در این مرحله طعم خورش را بچشید و در صورت نیاز مقداری نمک و فلفل سیاه اضافه کنید. پس از اینکه خورش آماده شد آنرا به همراه برنج سرو کنید. توجه داشته باشید که خورش داوود پاشا به صورت ملس سرو می شود. در صورتی که رب انار شما ترش است می توانید با اضافه کردن مقداری شکر طعم خورش را به تعادل برسانید.

**نکات پخت خورش داود پاشا:** به طور مرسوم داود پاشا با گوشت قرمز طبخ می شود ولی در صورتی که منع مصرف گوشت قرمز دارید می توانید این خورش را با گوشت مرغ هم تهیه کنید. کافیتست به جای ۶۰۰ گرم گوشت چرخ کرده حدود ۶۰۰ تا ۸۰۰ گرم گوشت اضافه کنید. می توانید گوشت مرغ را به دو صورت در این خورش استفاده کنید. روش اول استفاده از گوشت تکه ای مرغ است و روش دوم استفاده از گوشت چرخ کرده مرغ است. توصیه ما این است که برای زیبایی بیشتر خورش از گوشت چرخ کرده مرغ استفاده کنید. در این روش، دستور پخت تفاوتی ندارد فقط به جای گوشت چرخ کرده از مرغ چرخ کرده استفاده می کنید. در صورتی که می خواهید از این روش استفاده کنید بهتر است از سینه مرغ استفاده کنید زیرا یکدست و لخم است و راحت تر می توانید آنرا چرخ کنید.



## چلو خورش داوود پاشا

**مواد لازم خورش داوود پاشا:** گوشت چرخ کرده ۶۰۰ گرم، پیاز متوسط ۲ عدد، رب انار ۲ قاشق غذاخوری، پودر نعنای خشک ۱ قاشق سوپخوری، روغن مایع به اندازه کافی، نمک، فلفل سیاه و زردچوبه به اندازه کافی. **طرز تهیه خورش داوود پاشا:** ابتدا باید گوشت های قلفلی را درست کنید، برای این منظور یکی از پیازها را با رنده ریز رنده کنید و داخل یک کاسه جادار بریزید. در ادامه گوشت چرخ کرده را هم به همراه مقداری نمک و فلفل سیاه به کاسه اضافه کنید.

مواد را مانند مایه کباب کوبیده به خوبی ورز دهید تا منسجم و یکدست شود. پس از اینکه مخلوط پیاز و گوشت منسجم شد آنرا به کوفته های قلفلی کوچک به اندازه گردو تبدیل کنید. پس از اینکه تمام گوشت را به کوفته قلفلی تبدیل کردید آنرا به مدت ۱ ساعت در یخچال قرار دهید.

در ادامه پیاز باقیمانده را به صورت نگینی ریز خرد کنید، سپس یک قابلمه مناسب روی حرارت قرار دهید و مقداری روغن داخلش بریزید. پس از اینکه روغن داغ شد پیاز را اضافه کنید و تفت دهید تا کمی نرم و شفاف شود. پس از اینکه پیاز شفاف شد مقداری زردچوبه به آن اضافه کنید و تفت دادن را ادامه

**تخم شربتی** به علت داشتن ترکیبات لعاب دار به صورت محلول در آب (شربت) استفاده می شود. لعاب این دانه ها پس از جذب آب به صورت ژله ای درمی آید که می تواند برای رفع عطش مورد استفاده قرار گیرد تخم شربتی حاوی بکسیری ترکیبات پلی فتولی و آنتی اکسیدانی مانند آنتوسیانین ها و بتاسیستول است. همچنین پیشگیری از دیابت نوع دو، سرطان و خاصیت ضد باکتریایی دارد طبع تخم شربتی گرم و خشک بوده و آهن بالای دارد و برای پاکسازی شریان ها بسیار مناسب است. از خواص آن مانند نشاط آور (مفرح ذات)، شیر افزا، قاعده آور و تنظیم کننده عادت ماهیانه، افزایش تعریق و ادرار اشاره کرد و همچنین برای کاهش وزن استفاده می شود زیرا سرشار از فیبر است، بنابراین شما را به مدت طولانی تری سیر نگه می دارد. برای درمان ناراحتی های گوارشی مانند درد معده، نفخ، یبوست، سوءهاضمه و بی نظمی کارکرد روده ها استفاده می شود. و بدن را به طور طبیعی سم زدایی می کنند و باعث تنظیم حرکات روده می شوند. معمولا بعد از خوردن غذا به ویژه غذاهای پر نشاسته، فشارخون بالا می رود و اگر تخم شربتی همراه غذا خورده شود مواد نشاسته ای به تدریج شکر موجود در خود را آزاد می کنند و به این ترتیب شما به طور تدریجی انرژی متعادل در طول روز خواهید داشت. تخم شربتی خالص و خوی فرد را خوب می کند، خستگی مفرط ذهنی، تنش های عصبی، افسردگی، میگرن و مایخولیا را برطرف می کند. در درمان آسم، سرفه، سرماخوردگی، آنفولانزا و برونشیت موثر است.

## 15 Years of Social Worker Experience

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

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



با مدیریت

دفتر خدمات اجتماعی

بهاران  
بهارا فتاحی

Bahar Social Services

Email:  
BaharSocialServices@gmail.com



# 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

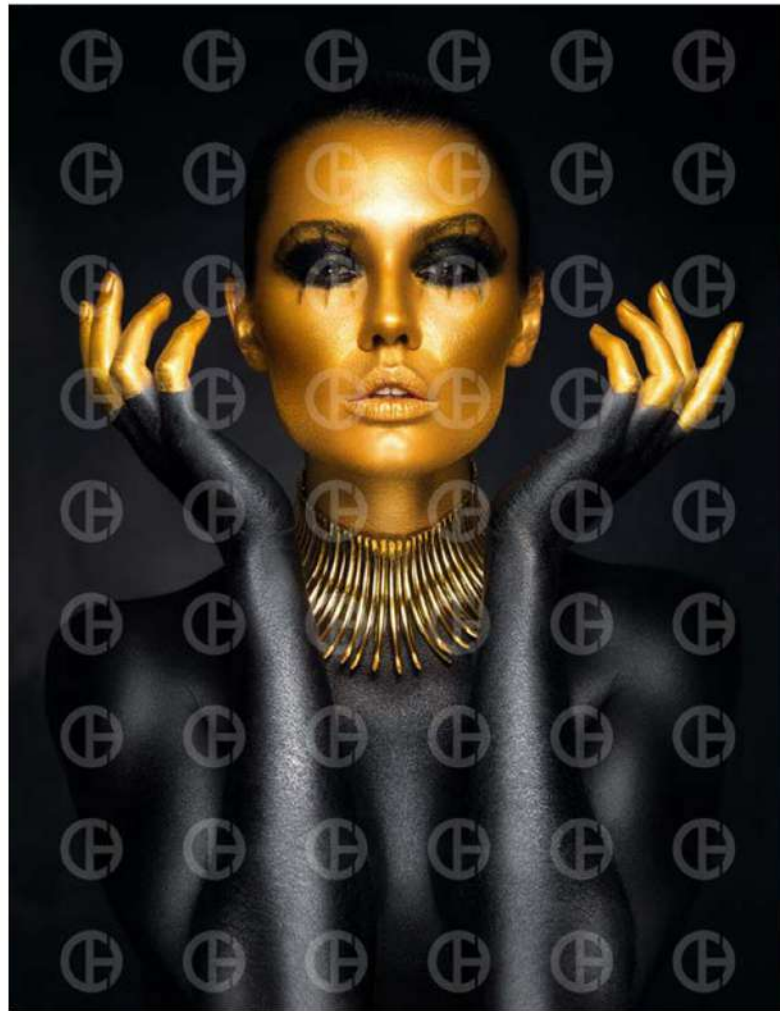
بازیابی نور  
و زیبایی محیط



خانه شیک



Chic Home



949-379-0090  
ChicHomeOC.com

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 رنج 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**