

شماره ۹۱ مارچ ۲۰۲۳  
خواندنی‌ها



نوروز ۱۴۰۲ بر همگان خجسته باد  
تحويل سال ۱۴۰۲ در كاليفرنيا: بيستم مارچ ساعت 2:24:27 PM



Beheshti Accounting, INC.  
Tax & Accounting Services

علی بهشتی

Enrolled Agent

کلیه امور حسابداری و مالیاتی  
شرح در صفحه ۵

Irvine, Orange County

(949) 383-7426

beheshti\_accounting



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



Mercedes-Benz  
of Anaheim



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



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



پویان بهلول - وکیل رسمی  
● تصادفات (310) 574-2262  
● لمون لا (Lemon Law)

OC RUG STORE

بزرگترین نمایشگاه و  
فروشگاه فرش در امریکا



تلفن: (949) 241-7676 صفحه ۲۲ و ۲۳



دکتر جعفر شجره و همکاران  
تلفن: (949) 333-2224 صفحه ۳۵



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



## BALBOA TAX & ACCOUNTING SERVICES

Accounting Firm & Business Advisor

خدمات مالی و حسابداری بلبوا



Brandon Johnson , CPA, CTC  
Tax Manager & Partner



Mohsen Khodaverdi, EA, CTC  
Managing Partner



Kevin Dong  
Accounting Manager & Partner

### Are You Getting the Smartest Tax Advice?

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

#### Our services for Small to Mid-Size Business owners:

- Business and Individual Tax Return Preparation
- Trust and Nonprofit Organization Tax Return Preparation
- Tax Reduction Planning for Business Owners and High Net-Worth Individuals
- Accounting and Bookkeeping Services
- Account Receivable and Payable Services
- Sales Taxes and Payroll Services
- Business Incorporation Services



Address: 4100 Newport Place, Suite # 760 Newport Beach, CA. 92660  
Email: [info@BalboaTax.com](mailto:info@BalboaTax.com) Website: [BalboaTax.com](http://BalboaTax.com) Phone: 949-999-5000

صفحه

### در این شماره می خوانیم:

- ۴ ● سخن سردبیر - نوروزتان پیروز
- ۵ ● در تاریخ
- ۵ ● در باره حمیرا، خواننده محبوب
- ۶ ● نوروز - تکتم مرادی مهنه
- ۸ ● بهار - حمید سلیمی
- ۹ ● عید نوروز جشن بزرگ ایرانیان است
- ۱۰ ● عید - مریم سمیع زادگان
- ۱۲ ● در گوشی های خاله زنگی، مسافرت - تکتم مرادی مهنه، مهدی علیزاده فخرآباد
- ۱۴ ● پارسی بنویسیم، پارسی بنویسیم
- ۱۴ ● عیدی - شعری از احسان صانعی کاشانی
- ۱۶ ● صد فیلم برتر تاریخ سینما از دیدگاه هالیوودی ها
- ۱۸ ● دلنوشته ها - یادداشت های فلسفی حمید الهی
- ۲۴ ● ترامبو - مهدی علیزاده فخرآباد
- ۲۶ ● ضرب المثل های فارسی
- ۲۹ ● حکایتی از گلستان سعدی
- ۳۰ ● آیا انسان - هنر - اسطوره واقعیت دارد؟ - دکتر فریا رومی
- ۳۲ ● اولین لباس عید - حسین فرزین
- ۳۴ ● چیستان و ترفندهای خانه داری

### سخن سردبیر - نوروزتان پیروز



دکتر مشتاق فروهر

تقویم های گوناگون در سراسر دنیا ملاک و معیاری برای آغاز یک سال نو قرار گرفته اند از معروف ترین آنها تقویم میلادی است که به خاطر دنبال کنندگان زیادش مهم تر است. اما تقریباً تمامی آنها شروع سال نو را در ابتدای روز اول سال قرار داده اند به این معنی که به عنوان مثال اولین ثانیه های روز اول ژانویه سال نو مسیحی آغاز می شود. این آغاز از سرزمینهای شرق استرالیا و نیوزلند شروع شده و با گردش زمین حرکت کرده و در آخر به غرب آمریکا و لس آنجلس میرسد. هنگامی که در استرالیا سال نو می شود، لس آنجلسها باید صبر کرده تا با گردش زمین و پیمایش روز آنان نیز به سال نو برسند. اما تقویم ایرانی یا همان خیمای سال نو را در تمامی نقاط زمین در یک لحظه ثبت می کند. مثلاً هنگامی که در ایران لحظه آغاز سال نو در روز است در همان هنگام در لس آنجلس و در نیمه شب ایرانیان سال نو را شروع می کنند. زمانی که سال تحویل شد بلافاصله میتوان به دوستان و عزیزان خود در هر جای جهان تماس گرفت و شادباش گفت. این خصلت نوروز است که در اولین روز بهار و در یک آن، به همه جا می رسد و به همگان نوید آمدن بهار و نو شدن را می دهد. آیا این همان لحظه ای نیست که بنا بر افسانه ای قدیمی گاوی که بر پشت ماهی شناور در دریای بزرگ سوار شده است زمین را که بر روی یک شاخ خود قرار داده است بر روی شاخ دیگرش می اندازد و تکان آن لرزه ای بر نارنج شناور بر آب سفره هفت سین می اندازد؟ کسی تا کنون لرزش نارنج سفره هفت سین را در لحظه سال نو به چشم ندیده است اما هر سال این زمان دل هایمان را به لرزه می آورد تا او را که کنارمان است در آغوش بگیریم و آن که را از ما دور است را با دستن فشرده در سینه برایش آرزوی شادی و پیروزی کنیم.

## 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

## آژانس مسافرتی

## PASSPORT 2 TRAVEL

We are the official agent for  
Emirates, Qatar, Turkish Airlines, Lufthansa  
and many more.

Special Fares to Tehran, Shiraz, Isfahan,  
Mashad and Europe.

CALL FOR MORE DETAILS

مرجان پیروان

Tel: 714-743-4471 For Text or WhatsApp

Tel: 949-251-8900 & 949-733-3336

Email: APassport2Travel@gmail.com



**Ali Beheshti**  
Enrolled Agent

**Beheshti Accounting, Inc.**  
Tax & Accounting Services

DC County (949) 383-7426  
LA County (818) 639-2334  
Fax: (949) 281-0031

1682 Langley Avenue  
Irvine, CA 92614

taxaccoc@gmail.com  
www.BeheshtiAccounting.com

ایالات متحده آمریکا شامل یک جمهوری فدرال به همراه دولت و دولتهای محلی خود مختار است. مالیات در آمریکا بر مبنای هر یک از این سطوح اعمال می شود. قوانین مالیاتی در سطح فدرال یکسان ولی هر ایالتی قوانین مختص خود را دارد و شرایط مالیات و معافیتها و حتی حداقل نرخ دستمزد نیز در ایالات مختلف متفاوت است. یعنی اگر شخصی در ایالات مختلف کسب درآمد کرده باید تکس ریتن فدرال بر اساس کل درآمد کسب شده تهیه و برای هر ایالت تکس ریتن جداگانه بر اساس قوانین همان ایالت تهیه نماید. موارد اصلی قوانین مالیاتی در آمریکا عبارتند از: مالیات بر درآمد، حقوق و دستمزد، اموال، فروش، واردات، املاک و هدایا. در آمریکا علاوه بر شرکتهای همه افراد حقیقی نیز بر اساس میزان درآمد سالانه پس از کسر معافیههای مالیاتی میبایست مالیات مربوطه را پرداخت کنند. قوانین مخصوص و متفاوتی برای شرکتهای و اشخاص در تعیین درآمد مشمول مالیات و مالیات متعلقه وجود دارد.

آیا میدانید در چه شرایطی افراد معاف از مالیات هستند و آیا فایل کردن تکس برای همه افراد از جمله افراد کم درآمد الزامیست؟ آیا فایل کردن تکس در شرایطی که درآمد ندارید الزامیست؟ و اگر هست چه مزیتی دارد؟ تکس ریتن یعنی اظهار نامه مالیاتی و همانطور که حتما تجربه کرده و یا دیده اید بعضی افراد برخلاف بعضی دیگر که میبایست مبالغی به عنوان مالیات پرداخت کنند مشمول دریافت مبالغی بعنوان ریفاند میباشند.

یکی از سوالاتی که بیشتر دوستان میپرسند این است که آیا ریفاند مختص افراد کم درآمد میباشد؟ الزاما اینطور نیست. یعنی اگر مجموع مالیاتهای پرداختی و کردیهایی تعلق گرفته به شخص مالیات دهنده بیشتر از مالیات محاسبه شده و متعلقه به شخص باشد آن بخش از مازاد مبلغ محاسبه شده که طبق قوانین قابل ریفاند باشد به شخص پرداخت میشود. البته به افراد کم درآمد بر اساس میزان درآمد و شرایط تأهل و تعداد افراد تحت تکفل مبالغی بعنوان کردیت در تکس ریتن تعلق میگیرد. همینطور کردیت مربوط به فرزندان زیر هفده سال که بخشی از آن قابل ریفاند است.

با توجه به اینکه مالیات محاسبه شده بر اساس درآمد افراد و مالیات پرداخت شده در طول سال و همچنین نوع و مبلغ کردیهایی متعلقه به افراد مختلف متفاوت است پس نتیجه نهایی در تکس ریتن افراد متفاوت است. ریفاند دریافتی و مالیات قابل پرداخت فرد به فرد بسیار متفاوت است پس به هیچ وجه خودتان را با دیگران مقایسه نکنید. لطفا برای اطلاعات بیشتر، صفحه من را در اینستاگرام (BEHESHTI\_ACCOUNTING) و در یوتیوب "BEHESHTI\_ACCOUNTING" فالو کرده و ویدیوهای مرا تماشا کرده و لایک کنید. علی بهشتی



پروانه امیرافشاری (حمیرا) متولد ۲۶ اسفند ۱۳۳۳ در یک خانواده که اصالتا از نوادگان ایل افشار آذربایجان بود دنیا آمد پدرش با داشتن ۱۵۰ منطقه شهری و روستایی در شمال غرب ایران از ثروتمندان و افراد بانفوذ حکومت پهلوی بود. بخاطر همین، چهره های هنری از جمله استاد بنان و ملوک ضربانی به خانه اشان رفت و آمد داشتند که باعث علاقه حمیرا به موسیقی شد. وی وقتی ۱۶ ساله بود بدور از چشم پدر و با حمایت مادرش زیر نظر علی تجویدی موسیقی و آواز را یاد گرفت و بعد در ۱۹ سالگی در آزمون صدای رادیو قبول شد بخاطر اینکه پدرش او را نشناسد نام هنری حمیرا را انتخاب و مشغول کار شد اولین آهنگ خود را در همان سال با آهنگسازی علی تجویدی و شعری از بیژن ترقی بنام صبرم عطا کن ساخت که ظرف مدت کوتاهی از رادیو پخش شد. با پخش صدایش در رادیو پدر او را می شناسد و برای حفظ آبرو تمام صفحات موسیقی حمیرا را از بازار می خرد و در خانه انبار می کند و با تشر جدی حمیرا را از هرگونه فعالیت موسیقی منع می کند مدتی بعد اما با سفر اروپایی پدر، دوبار حمیرا با حمایت مادرش آهنگی بنام سرگردان را می سازد که اینبار با برگشت پدر او برای همیشه از خانواده طرد و از ارث محروم میشود. حمیرا با فشار پدرش با پسر یکی از تجار بزرگ ایران که هم سن بودند ازدواج کرد اما این زندگی زناشویی بعد از ۶ ساله با وجود داشتن یک دختر بنام هنگامه به طلاق ختم شد حمیرا در ۲۴ سالگی با پرویز یاحقی ۳۵ ساله و موسیقیدان برجسته ایرانی آشنا و باهم ازدواج کردند زندگی دوم خانم حمیرا هم ۸ سال دوام داشت و وقتی ۳۴ ساله بود بخاطر دید منفی مردم آن دوره به زن بیوه مجبور به ازدواج با صاحب فروشگاه معروف کراوات مسعودنیا شد این زندگی در اوایل به خوبی با به دنیا آمد یک فرزند دختر بنام یاسمن پیش می رفت تا اینکه ورق برگشت دو سال بعد از انقلاب بعثت ممنوعیت کراوات، همسرش بیکار شد و حمیرا هم دیگر امکان فعالیت هنری را از دست داد تا اینکه به فکر مهاجرت افتاد نهایتا حمیرا در ۳۷ سالگی به همراه دخترش یاسمن از مرز افغانستان از ایران خارج و سپس به پاکستان رفت و بعد به اسپانیا سفر کرد. او در نهایت مدتی در کاستاریکای آمریکای مرکزی بود و حالا ساکن لس آنجلس می باشد.

## در تاریخ

● چند ماه پس از به پادشاهی رسیدن رضاشاه و در اواخر سال ۱۳۰۴ شمسی، چند فروند هواپیمای فرانسوی و روسی خریداری شد که با نام پرندگانی از قبیل عقاب، سیمرغ، کرکس، تیهو و... خوانده می شدند. محل استقرار این هواپیماها، آبادی قلعه مرغی در جنوب غربی تهران انتخاب شد که وسعت کافی جهت نشستن هواپیما داشت. پس از آن، عدهای دانشجو جهت گذراندن دورههای آموزشی خلبانی به کشورهای روسیه و فرانسه اعزام شدند تا این که در همان سال، نیروی هوایی ایران تشکیل گردید پس از مدتی، با تاسیس آموزشگاهها و دانشکدههای خلبانی و فنی و دیده بان، تربیت و آموزش نیروها نیز در داخل کشور انجام گرفت.

● یازدهم اسفند ۱۳۲۱ به دلیل مشکلات ناشی از اشغال نظامی ایران، کمبود خواروبار و در نتیجه سوء تغذیه و نیز استقرار نظامیان خارجی که از جبهه های دوردست و آلوده به بیماری ها منتقل شده بودند رسماً اعلام شد که در تهران بیماری تیفوس شیوع یافته است. شدت تیفوس از تیرماه آغاز شده بود و در ماههای بعد هر روز در تهران دهها تن از تیفوس جان می سپردند ماموران بهداشت با یافتن نشانی تیفوسی ها همسایگان را از رفت و آمد به منازل آنان و دیدارشان منع می کردند. کمبود دارو هم مزید بر علت شده بود و باعث افزایش تلفات می شد.

● اسفند سال ۱۳۳۷ برابر ۶ مارس ۱۹۵۹ میلادی دکتر محمدحسن گنجی استاد جغرافیای دانشگاه تهران برای ایران «سازمان هواشناسی» به وجود آورد و از آن پس رسانه های کشور به طور روزانه دارای گزارش وضع هوا شدند تا آن زمان، ایران دارای چند هواشناس بود که در فرودگاه مهرآباد مستقر بودند و کارشان تنها دادن وضعیت هوا به خلبانان هواپیما ها بود به تصمیم دکتر گنجی که یک ایراندوست خراسانی بود تا سالها به روزنامه هایی که در «گزارش هوا»، دریای مازندران را «خزر» می نوشتند: گزارش پیش بینی وضع هوا داده نمی شد.

● ۲۴ مارچ ۷۲۱ میلادی (و در جریان آیین های نوروزی آن سال که هنوز در ایران خاوری به همان صورت قدیم برگزار می شدند)، «پوشان» از شاهزادگان ساسانی، هشتاد سال پس از نبرد نهاوند و شکست ایران، ادعای سلطنت و احیای حکومت ساسانیان را کرد و گروهی گرد او جمع شدند. ولی کاری از پیش نبرد.

● ششم فروردین ۲۶ مارس زادروز زرتشت، تنها پیامبری است که از میان آیین ها برخاست و «کردار نیک، پندار نیک، و گفتار نیک» را ندا داد و ترویج کرد تا پیروان آموزش های او بویژه ایرانیان با این منش پرورش یابند و بارآیند زرتشت هیچگاه نگفت که از جانب خدا (اهورامزدا) مامور هدایت بشر شده است. زرتشت خود را یک آموزگار خوبی ها و برحذر داشتن بشر از گراییدن به بدی ها می نامید و می گفت که گریز از بدی ها و پلیدی هاست که در بشر ایجاد احساس شادی و نیکبختی می کند و این احساس تا ابدیت در او باقی می ماند.



است این روزها. بوی بهار که میاید مردم عاشق ایران می شوند. چون همین کشور است که سالش با بهارش آغاز می شود. با مهربانی زمین با طبیعت و با بیشتر شدن حس مهربانی آدمها با یکدیگر..

ندارد یا اگر مرفه باشد آجیلش پسته ندارد و با لبخندی می گوید " قیمت پسته هم بالا رفته. ما هم تحریم کردیم." و بعد همه شروع می کنیم به همراهی تا طرف مقابلمان ناراحتی نداشته باشد.

عید است و صدها رسم و رسوم. این مملکت چیزی که کم ندارد رسم و رسومات است. از چهارشنبه سوری و قاشق زنی بگیر تا "یا مقلب القلوب و الابصار". از بوی بساط کباب و جوجه روز اول عید بگیر تا سبزه بدر و سبزه گره زدنش. شاید بچه های شما که آن طرف هستند! ندانند ما اینجا چه رسوماتی را انجام می دهیم و وای که چه لذتی دارد. اینکه روز سبزه بروی باغ و آبادی و بنشیننی و آرام یک سبزه گره بزنی. بعد دعا کنی! با همان سبزه زدن دعا کنی... که سال دگر خانه شو.. آگود گودو آگود گودو... .

اما امسال عید نداشتیم. چقدر مردم عزادار هستند و چه روزهایی را که نمی گذرانیم. یکم عجیب است این دوگانگی! از یک طرف تا جام جهانی را تحریم کرده بودند و از طرفی حالا دیگر این رسم باستانی ماست. رسمی که از آسمان سنگ بیارد هم از آن نمی گذریم. و هیچ شاه صفوی و قاجاری و معممی هم نمیتواند کاری کند نوروز روز بیخودی باشد. این مردم از قرنهای پیش نوروز داشته اند و خواهند داشت. چقدر هم که خوب و معطر

## نوروز



تکتم مرادی مهنه

من واقعا نمی دانم چرا روزهای قبل از عید را بیشتر از روزهای عید دوست دارم. اینکه داخل

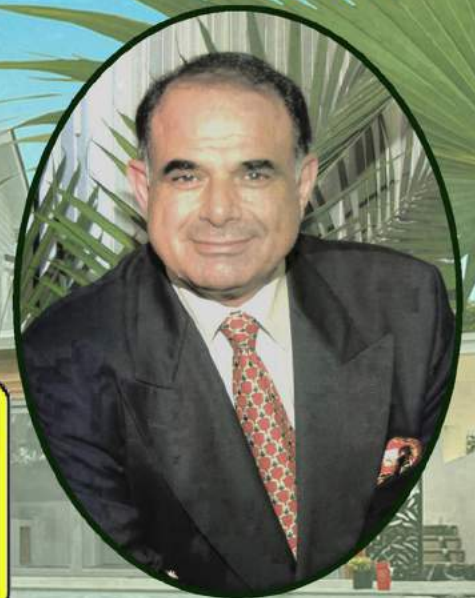
بازار بگردم و خرید کنم و آن همه شلوغی ببینم. شاید هم دلیلش این باشد که از شادی مردم شاد می شوم. مردمی که آن روزها برایشان روز دیگری است. همه می گردند و می چرخند تا لباس یا وسیله ای پیدا کنند و به دنبال ماهی شب عید می گردند. سبزه انداخته اند و سفره هفت سینشان از روز قبل از سال تحویل حاضر می شود و همه دور آن می نشینند منتظر لحظه سال تحویل. بزرگترها می دانند که اگر روزهای آخر سال بخاطر گرفتاری ها فرزندانسان را کمتر دیده اند حالا همه دورشان جمع می شوند. پس از چند روز قبل بساط سبزی پلو با ماهی و میوه و شیرینی و آجیل را فراهم می کنند. بنده خداها بازنشسته هم هستند و مجبورند با صرفه جویی روزگار بگذرانند و جلوی فرزندانسان که عمری آنها را بزرگ و مرفه دیده اند آبروداری کنند. گاهی به خانه یکیشان می روم و می بینم که مثلا آجیل

# 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

# 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



حمید سلیمی

گریه بر مزار باورها، نسل جنون و تقلا و نرسیدن‌ها. نسل آواره در بیابانی بزرگ به نام روابط. نسلی که با دیدن بچه‌های اینترنت از ذوق بغض کرد و از بچه‌دار شدن چشم پوشید برای قطع زنجیره‌ی عذاب. نسل دوگانه‌ی فقر و شرف. ناامید نیستیم، نه خسته‌ایم. بسیار خسته و خستگی سرطانی نیست که درمانش ساده باشد همین.



به بهار فکر کن، به آفتاب، به نسیم بیست و سوم فروردین. به شنبه اول ماه، به دوشنبه آبی عشق، به یک کیوتو سپید سینه سرخ فکر کن که دور خانه ات طواف می کند و اسم کوچکش عشق است. به لبخند فکر کن. به شیر گرم، در ظهر سرد زمستان. به ارتفاع بلند آغوش فکر کن که پرنده ات می کند، به شاخه بالایی درخت فکر کن، گنجشک خیس خسته دلتنگ. به روز فکر کن، به روز، به روز روشن مهربان. به یک ترانه قدیمی که ناگهان از ضبط تاکسی پخش می شود و لبخند گرمی به لب می نشاند. به یک قرار دوستانه فکر کن، در کافه ای خلوت، به غرق شدن در فنجان بعدی قهوه. به باران فکر کن، به باران روی تن سنگی دیوار خانه کسی که دوستش داری. به روز فکر کن، به شش روز هفته. به هر آدمی که می شناسی یا نمیشناسی. لبخند بزن، و به کسی و چیزی فکر کن که غمگینت نکند. مثلا به من فکر کن، و به غروب، و به جمعه، و به پاییز.

خواهها عاشق نبود. لبخند میزنم. نوازشت می کنم و میگویم این قصه ها را می نویسم برای دوستانم. من و تو واقعی نیستیم، این خواب ها هرگز اتفاق نیفتاده اند صورتت اندوه می شود، چشمهایت مات. می گویی کاش به رویم نیاورده بودی. محکم تو را به خودم می چسبانم و زیر گوش چیت زمزمه می کنم باور کن که خیلی ها حتی همین خواب ها را هم ندارند، ما کمی خوشبختیم ...



چه انتخابی داشتیم؟ زیستن مثل درختی وسط دریاچه‌ی نمک، دور از همه، در ابتلائی مهیب به بیهودگی و بی حسی و با شوقی به دوری. یا زیستن مثل ماهی سرخ کوچکی در تنگ بلور شلوغ بازارچه ی عید، کسب لذت توجهی مقطعی و ستاره شدنی کوتاه و بعد فراموشی و زوال. کسی یادمان نداد در راه رفتن‌های طولانی زمستانی، به خانه فکر کنیم تا از انجماد قلبمان جان به در ببریم. کسی یادمان نداد لبها برای بوسیدند و نه برای پرتاب عباراتی جان‌کاه که دست‌ها، معبر تن از تنهایی به آرامشند کسی یادمان نداد نوازش را به تلاطم ترجیح بدهیم و در تمام توفان‌ها، چشم ببندیم و به آبی آرام آسمان اریدهیشت فکر کنیم. بقایای ما همین است دیگر. همین تن‌های پوک میزبان ارواح هزارساله. همین کلمات مبهم و میل محال دوباره نو شدن. نسل نماز و خودکشی و

انگشتهای باریک بلندت با دقت شاخه های مریم را جدا می کنند. می گذارشان توی تنگ بلور قدیمی. به من نگاه می کنی که کنار پنجره ایستاده ام و به صدای باران گوش میکنم و در لذت تماشای تو غرقم. لبخند میزنی. چشمهای تیره ات خورشید می شوند و می تابند به جانم. کنارت می ایستم. دستانم را دورت حلقه می کنم و تو را به خودم می چسبانم و عطر تنت را می نوشم، عطر گندم خام را. آغوشم را فتح می کنی، زیر گوش چیم زمزمه می کنی چقدر مانده تا تحویل سال؟ گردنت را می بوسم و می گویم خواب ما که زمان ندارد دردانه، تا ابد همین جاییم، کمی قبل از سال تحویل. در سال هیچم خلقت. خودت را عقب میکشی و نگاهم می کنی و باز چشمهایت پر می شوند. لبخند میزنم. اولین قطره اشک را از روی گونه نرمت می نوشم. سرت را روی سینه ام می گذاری و می گویی برایم شعر بخوان. شروع میکنم به شاملو خواندن، دستم را فشار می دهی که یعنی نه. حافظ میخوانم برایت. نماز شام غریبان چو گریه آغازم... نگاهم میکنی و تلخ میشوی و می گویی کاش فقط در



## پارکت، موکت، کاشی کاری REMODELING

GIANT 4,000 SQ. FT, SHOWROOM 35 YEARS OF EXPERIENCE RESIDENTIAL COMMERCIAL FLOORING & GENERAL BUILDING LICENSES #1069549

12 Months Interest-Free Financing!

Distressed Laminate Flooring

From \$2.49 sq. ft

Engineered Wood Flooring

From \$3.99 sq. ft

Luxury Vinyl Flooring

From \$2.99 sq. ft

Shaw & Mohawk Carpet (installed)

From \$2.45 sq. ft



\$1200 OFF

ANY COMPLETE KITCHEN AND BATH REMODEL

\$120 OFF

FOR EVERY \$2500 FLOOR REMODELING

Some restrictions apply. Please present this coupon at time of estimate. Not valid with any other offer. Expires 12.31.23

WE ARE WATER DAMAGE AND REMODEL SPECIALISTS!

- Carpet ●Luxury Vinyl Plank ●Hardwood Laminate
- Stone & Tile ●Kitchen & Bath ●Painting ●Remodeling
- Custom Stairs ●Windows ●Doors and More!

23162 Los Alisos Blvd., Suite 210 Mission Viejo, CA 92691  
NEAR MISSION RANCH MARKET

www.americanfloorcovering.co

949.328.9390



# عید نوروز جشن بزرگ ایرانیان است

را برای گرفتن دانه‌های بازیگوش باران که از گونه آسمان می‌چکد در هوا نگه داشته‌اند. انسان‌ها نیز دل خود را نیز از کینه‌ها پاک می‌کنند و آماده می‌شوند تا در فصلی تازه، بر شاخه‌های زندگانی شان، عشق و مهر و مهرانگیزی، جوانه بزنند و به شکوفایی بنشینند. عید نوروز چه فرح بخش هوایی دارد، بوی عجیب و مست کننده‌ای مشام را قلقلک می‌دهد. به همین خاطر نوروز، یادآور آن است که ما مدام باید جان و جامه و جامعه خود را پاک و شاد و سرشار از انرژی و عطر خوش شور و سرزندگی نگه داریم. نوروز، یادآور اهمیت دیدن و توجه کردن است. نگاهم به خطی مشکلی در آسمان می‌افتد که نزدیک‌تر می‌شود. آیا پرندگان غزل‌خوان هستند؟ آری، دسته‌ای پرستو در آسمان پرواز می‌کنند، دستم را در هوا برایشان تکان می‌دهم و به راهی که چون خطی منظم و زیبا در آسمان می‌کشند، نگاه می‌کنم. در نوروز باید چشم‌ها را باز کنیم و زیبایی‌ها را ببینیم. گوش‌ها را باز کنیم و آواز پرنده‌ها را بشنویم. دریچه دل‌ها را باز کنیم و انسان‌ها و پرندگان و طبیعت را دوست بداریم.

سال نو مبارک

سفره می‌اندازند. پیش از هر چیز آینه و قرآن در آن می‌گذارند و بعد هفت سین را روی سفره می‌چینند. هفت سین عبارت است از سماق، سیر، سنجد، سمنو، سکه، سرکه، سبزه و علاوه بر هفت سین شمع و آینه و تخم مرغ بر سر سفره گذاشته می‌شود. همچنین تخم مرغ‌ها را رنگ می‌کنند، به این صورت که آن‌ها را آب پز می‌کنند و سپس رنگ‌های شاد بر روی آنها می‌زنند. به این ترتیب یک سفره هفت سین زیبا و عید نوروز رنگی و شاد خواهند داشت.

صبح روز عید وقت آن است که خورشید دست از دامن تپه‌ها بردارد و به آبی آسمان آویزد، پس خورشید از پشت کوه سر بالا می‌آورد و به بهار زیبا خوش آمد می‌گوید. زمستان مدت‌ها پیش با شنیدن بوی بهار از این صحرا رفته اما امروز دیگر رد پایش نیز حذف می‌شود. عید نوروز وقت آن است که درختان سرخویش را بالا آورند، به بهار سلام گویند و از طراوت آن بهره گیرند. وقت آن است که پروانه چمن از پيله درآید و در نفس باد صبا سینه بگشاید.

عید نوروز وقت آن است که شادی در رگ‌های زمین و ساکنانش سوسو زند. وقت آن است که روزی از نو آغاز شود. امروز بهار وارد صحرا می‌شود و بر درختان شکوفه سپیدی و پاکی می‌کارد و از درختان لخت دشت عروسی زیبا می‌سازد. در طبیعت غوغایی برپاست گویا درختان و جویبارها و پرندگان خندان‌تر و شادتر از همیشه هستند. آسمان از سر شوق می‌گیرد و انگار درختان دست‌هایشان

عید نوروز جشن بزرگ ایرانیان است. تمام قوم‌های ایرانی در میان اهالی شهر و روستا و عشایر با هر طبقه اجتماعی عید نوروز را برگزار می‌کنند. ایرانی‌ها نوروز را بخاطر آغاز سال و آغاز گردش طبیعت جشن می‌گیرند و معتقدند که سالی دیگر گذشته و باید کهنگی‌ها را به سال کهنه واگذار کرد. جشن نوروز سپاس آغاز سالی نو است. به اعتقاد ایرانیان باستان نوروز اول روز از زمانه و آغاز حیات است. اندیشه ایرانی نوروز را آغاز زندگی می‌داند و شروع هر پدیده مهمی را به این روز منسوب می‌دارد. ایرانیان هر آغازی را جشن می‌گیرند و نوروز بزرگ‌ترین آغاز و بزرگ‌ترین جشن، با اصیل‌ترین سنت‌ها و مراسم جاودانه است. از یکی دو ماه به عید نوروز مانده مردم به بازار می‌روند و لباس عید می‌خرند. در گذشته مردم پارچه‌هایی به رنگ روشن را خریداری می‌کردند و در روزی خوش یمن لباس می‌دوختند. پختن نان شیرین از جمله کارهایی بود که حتما باید قبل از عید نوروز و برای عید انجام می‌گرفت. قبل از عید نوروز کارهایی برای پیشواز انجام می‌شد. مثلا سبز کردن گندم پانزده روز مانده به عید نوروز در خانه‌ها صورت می‌گیرد. یکی دو هفته پیش از عید نوروز خانه تکاتی یا رفت و روب انجام می‌گیرد و اثاثیه را جابه جا می‌کنند و گردگیری می‌کنند و دوباره آنها را می‌چینند که این کارشگون دارد. در مرحله بعد پهن کردن سفره هفت سین است. ایرانیان برای تحویل سال در یکی از اطاق‌های بزرگ خانه



مادر بزرگ همان که فریده خانم گفت. صدای آروغ نوزاد با صدای ساز و دهل توپ سال نو هر دو با هم بلند شد



قرارمان بهار بود، نه؟ منتظرم که بیای تا برایت بگویم: من و گنجشک های خونه، دیدنت عادت منونه. تو بخندی و بگویی: این ها یاکریم هستند دختر جان. نه گنجشک. کی می خواهی اسم پرنده ها را یاد بگیریم؟ من چشم ها را تکتک کنم و چینی روی دماغ بیانازم و بگویم: می دانم که نه از پرنده ها خوشم می آید، نه از آن ها که پرنده را در قفس می کنند، تو همان جمله تکراری ات را به زبان بیاوری: چطور می شود پرنده ها را دوست نداشت. و من همان جواب هزار باره ام را تحویل تو بدهم: چون پرنده ها راحت اسپر می شوند. و تو سرت را با تاسف تکان بدهی و برایم بخوانی: هرکی بریزه شادونه، فکر می کن خداشونه. من یاد پیرمرد افغانی کوچه پایینی بیوفتم که سالی دوبار چکمه هایمان را واکس می زند و آن یک ربع ده دقیقه، هزار داستان از ولایتش برایمان تعریف می کند. وسط بغض کردن ها و لرزیدن دست و دل صدا، برای پرت کردن حواس ما از اشکی که به چشمش آمده، دسش را می برد سمت نایلون گوشی دکه کفاشی اش و مشت می ارزن می ریزد برای کفتر ها منتظر دانه... من بگویم: تو که نبودی دوبار سهمم غذایت را بردم و دادم به پیرمرد کفاش. تو بگویی: خوب کردی، پیرمرد غریب است این جا. من بگویم: ما آدم ها، هم غریبیم توی این دنیا.

کم داشت. بابام مدیر بود و مسئول، مادر شهیدی مبلغی پول داده بود به بابا برای ساختن یک زایشگاه، بابا مثل معمارهای قدیمی مدام سر میزد که کار سر وقت تمام شود. مامان با نوزاد تازه از راه رسیده مشغول بود نرسیده بود برود پی خرید سیب، سفره هفت سین بی سیب ماند بود. این برای بابا که انجام مراسم نوروز باید تمام و کمال انجام میگرفت مثل فحش بود. مامان آقا رمضان، باغبان خانه را فرستاد جعبه بنفشه بخرد، به او سپرد اگر سر راه سیب دیدی بخرا و رفت و با جعبه های بنفشه برگشت، بی سیب. مامانم چیزی نگفت، فراموشی آقا رمضان را به گردن گرفت. به مادر بزرگ گفت تاکید نکردم حتما بخردم اگر سر راه دیدی... لابد ندیده... باید چند دقیقه قبل سال نو رسید خانه. کنار سفره که نشست چشمش افتاد به سفره هفت سین بی سیب. مامان همیشه میگفت پدرتان مرد منظمی ست، همه ی کارهایش باید درست انجام شود، وای به روزی که نشود، قیصریه را برای یک دستمال به آتش میکشد نگاه بابا که افتاد به سفره هفت سین بدون سیب، حس کردم وقت آتش زدن قیصریه رسیده، مادر بزرگ پسرش را می شناخت. گفت روز اول عیدی خلق خودت و بچه ها را تنگ نکن. دست برد زیر دامن پر چینش و سکه ای بیرون آورد و انداخت توی کاسه آب: یک سیب ارزشش ندارد قیطره را به آتش بکشید. مامان به پشت برادر کوچک چند ضربه زد تا آروغش را بگیرد گفت: قیطره نه خانم قیصریه

## عید



### مریم سمیع زادگان

سیب سفره هفت سین امسال را خانوم همسایه طبقه پایین برایمان آورد و گفت محصول باغ داموندشان است. تشکر کردم و گفتم: باغتان آباد خانوم. اسمش یادم نیامد نه این که فراموشی داشته باشم، نه، راستش اصلا اسمش را نمیدانم. فقط میدانم یک آقا و خانم مسنی هستند، بدون بچه. شاید روزی روزگاری بچه هایی هم بوده اند در آن خانه، حالا رفته باشد آن سر دنیا. از نگاه خانم اسمش را نمیدانم پیدا بود که دلش می خواهد مهمانش کنم به چای و شیرینی و یک دنیا حرف، قیمت گوشت و مرغ و میوه و سفر آخر آقای رئیس جمهور و شاید حرف دختر همسایه دست راستی و چه و چه، مثل دفعه قبل که با کاسه شله زرد نذری آمد دم در خانه و بی دعوت آمد داخل، همان ابتدا هم اعلام کرد که من تعارف ندارم حالیم نمیشود من به حرفهایش گوش کردم، لیخندی زدم و سری هم تکان دادم. زنها همین را میخواهد دیگر. یکی باشد به حرفهایشان و تنهایی هایشان گوش کند. توقع زیادی که نیست، هست؟ چرا دریغ کنم ازش. برای خودم هم بد نیست، گاهی میشود آم داستانهایم، گاهگداری هم خاطره ای را به یاد می آورد. آن سال سفره هفت سین مان یک سین



## مجری کلیه طرحها و تعمیرات ساختمانی

در مناطق 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

(213) 672-9360 درخشان (678) 232-6998





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](mailto:info@azimilawfirm.com)

1401 Dove Street, Suite 450 Newport Beach, CA 92660

وقتی بخواهیم بخوابیم همه اش کار شده. دلم بیرون رفتن می‌خواهد. درخت می‌خواهد. خورشید می‌خواهد. رودخانه می‌خواهد نهر آب می‌خواهد دیدن آدمیزاد می‌خواهد حالم دیگر از دیدن دیوار به هم می‌خورد دلم گج و سقف نمی‌خواهد دلم شور زندگی می‌خواهد دلم می‌خواهد دست شوهرم را بگیرم و توی بازار پشت سرش تند تند راه بروم. بازویش را بگیرم و دوشلوش هم برویم در لب دریا. برویم به مسافرت. اصلا تمام سال امیدم به همین روزهای عید است. دلم شمال می‌خواهد که ضیط ماشین بخواند «خاطرات شمال محاله یادم بره».. دلم یک اتفاق جدید می‌خواهد نه اینکه همان چند روز را هم تلف کنیم داخل همین دیوارها و من بیشتر از این انفرادی که اسمش زندگی اجباری است عذاب بکشم. یک زندانی که مجبوری برای حداقل ها به همراه کسی که دوستش داری بچنگی و مثل یک ماشین بدویی و به هیچ جایی به جز همان حداقلها آن هم با هزاران سختی و استرس برسید یا نرسی. دیگر به خدا عید است. دلم مسافرت می‌خواهد باور کنید حقم است. حق من است که فقط چند روز و فقط چند روز از این زندان به مرخصی بیایم. بروم و صدای خنده‌های بلند بقیه را بشنوم. بروم و انگشت اشاره ام را به یک چیز خاص نشانه بروم و به همسرم آن را نشان بدهم. من اصلا چیز زیادی نمی‌خواهم فقط می‌خواهم از این ماتریکس چند روزی بیایم بیرون. بروم به سفر. برویم به هر جایی کمی بخندیم کمی شادی کنیم و شاد باشیم. به خدا خواسته زیادی نیست. و الله باله خواسته زیادی نیست. اصلا زیاد نیست.

تعطیل شده بودیم اما چون وقت نداشتیم خرید کنیم یا کارهای مهیا شدن برای نوروز را انجام بدهم مجبور شدم مثل هر سال با همسرم در بازار بدو بدو به صورت فشرده خریدهای ضروری را انجام بدهیم. آخرین حقوق هم روز آخر دادند و زیاد هم پس انداز نداشتیم پس خانوم با همان اندک پس‌انداز رفت و بعضی خریدها را انجام داد و من تا حقوق دادند. روز ۲۹ اسفند با او دویدم به بازار بعد هم روز اول است و دید و بازدیدها به خانه بزرگترها. همان روزی که اصلا نمیفهمی چطور شب می‌شود و حقوق ۱۵ روزه را یک روزه خرج می‌کنی و در انتها فقط یک چیز؟ می‌شود که به مسافرت برویم؟ یعنی در همان سه روز باقی مانده یعنی همان زمانی که همسرم تمام سال در انتظارش بوده و به همان روزها امید داشته... اما آخر خوابم چه میشود؟ همین حالا چشمانم قرمز است و دو کاسه خون است. اصلا به امید همان سه روز است که بیدارم. وگرنه کی اجاره خانه و پول پیش خانه را جور کند؟ یعنی اصلا کی بخوابد؟ کی آن سه روز می‌رسد؟ که پتو را بغل بگیرم و تخت بخوابم و شاید عزرائیل بلاخره به سراغ من بیاید و بتوانم در آن دنیا راحت زندگی کنم؟

### خانومه میگه: (تکلم مرادی مینه)

تمام سال در خانه زندانی هستم و یا کار می‌کنم. از صبح تا شب کار دلم برای بیرون لک میزند کار من داخل خانه است. باید چشمانم را بدوزم به کامپیوتر و بعد تا شب در انتظار آقای شوهر تا کی سر می‌رسد و در را باز میکند و لپتو را بردارد و بوسه ای پریشانی و کمی استراحت و دوباره هر دو کار پشت کامپیوتر تا

## در گوشه‌های خاله زنگی از دید مرد وزن "مسافرت" آقامه میگه: (مهدی علیزاده فخر آباد)

از دو ماه پیش گفتند که هیچ گونه مرخصی در کار نیست. در حالت عادی و نزدیک به عید نوروز باید روزی ۱۷ ساعت کار کنیم اما حداقل فقط جمعه‌ها و نه تعطیلات رسمی دیگر را تعطیل می‌کنند هرچند همان جمعه‌ها هم ماهیانه یکیش تعطیل نیست. کار هم سخت و طاقت فرساست و تازه هر هشت شب یک شب به جز ساعت کاری معمول باید تا صبح بیدار بمانی و کار کنی. آن وقت دیگر اسفند ماه می‌شود کابوس. یعنی حداقل از ۳۵ روز پشت سرهم کار و چون حالا کار هم بیشتر می‌شود که گاهی می‌شود تا ۱۹ ساعت کار با همان شرایط و نه حقوق بلایی داری و نه استراحتی. این وسط دیگر تمام امیدت می‌شود تعطیلی واقعی از ۲۹ اسفندماه تا ۴ فروردین که حتما شرکت تعطیل می‌شود عید نوروز است و به جز عید بودنش از تعطیلات و استراحتش هم می‌خواهم استفاده کنم می‌خواهم از آن ۵ روز که میدانم قطعا دو روز اولش برای خرید و مهیا شدن برای عید و دید و بازدید خواهد گذشت استفاده کنم خدایا فقط می‌شود سه روز. یعنی فقط بعد از آن همه شلوغی‌ها سه روز زمان استراحت دارم که از صبح از تختم بیرون نیایم. یعنی چرا ظهر که شد می‌آیم بیرون و یک ناهار می‌خورم. بعد تا عصر می‌خوابم و شاید عصر بنشینم و یک فیلم تماشا کنم. بعد باز ساعت ۱۰ شب می‌خوابم. به تلافی این دوماه و آن دو روزی که مثلا

## Best Travel & Tours



آژانس مسافرتی بست تراول  
به مدیریت هایدی حجازی  
Heidi Hejazi

۱۸ سال مشاور صدیق شما در  
کالیفرنیا و سراسر امریکا



Special Business and Economy Class Fares!  
نرخ های استثنایی به ایران با حمل سه چمدان پنجاه پوندی



(949) 419-4709 (858) 444-6977

4000 Barranca PKWY., #250, Irvine, CA 92604 www.FlyBTT.com

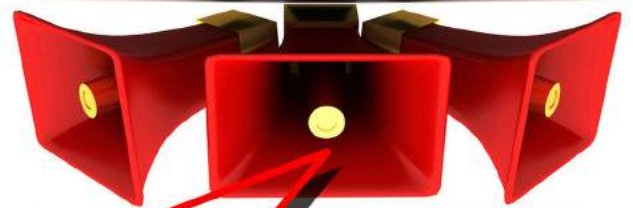
## محمود نیر و مند

سخنران مراسم



تلفن:

(949)887-7566



اگر برای مراسم خود نیاز به سخنگو، راهنما و یا مربی دارید، محمود نیر و مند، MC و Public Speaker، مراسم شما را به یاد ماندنی و فراموش نشدنی می‌سازد.





DRE#0203 3878

*As your realtor, I will  
commit to finding a house  
for you to call a home*



# ماندانا سرکشیک امین، امین شما در املاک

Buying?  
Selling?

خرید و فروش  
املاک  
مسکونی و تجاری

Call me for a complimentary  
market analysis.

**949-424-6339**

HomesbyMandana@gmail.com

HomesByMandana.com



"EACH OFFICE INDEPENDENTLY  
OWNED AND OPERATED"

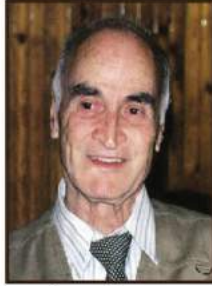
- RESIDENTIAL & COMMERCIAL REAL ESTATE, SERVING COASTAL CITIES, NORTHERN & SOUTHERN ORANGE COUNTY
- OVER 15 YEARS OF RELOCATION EXPERIENCE
- SHORT SALE EXPERT

عیدی

از مجموعه جای پای عشق

گزیده ای از دیوان

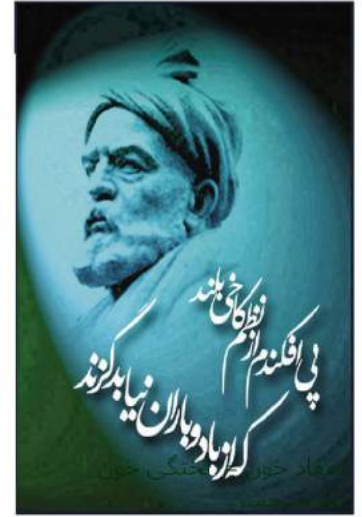
احسان صانعی کاشانی



سال نو آمد نگارم بوسه عیدی می دهد  
شادباش ای دل که یارم بوسه عیدی می دهد  
بخت آمد پشت در، غم را بگو امشب برو  
دلبر سیمین عذارم بوسه عیدی می دهد  
بعد چندی بی وفایی نادم از رفتار خود  
کرده دعوت بر نهارم بوسه عیدی می دهد  
یک زمان آرام گیر ای دیده بی تابمی مکن  
کرده آن کو بی قرارم بوسه عیدی می دهد  
چشم ها بر هم گذار آن گاه لب را غنچه کن  
غنچه باغ بهارم بوسه عیدی می دهد  
رفت عمرم در خیال دیدنش اکنون که من  
جان به جانان می سپارم بوسه عیدی می دهد  
تا جوان بودم مرا از وصل خود محروم داشت  
ساخته اکنون که کارم بوسه عیدی می دهد  
این چه عیدی شد که خود داند در این بی حالتی  
مهر او ناید به کارم بوسه عیدی می دهد  
یک تبسم را ز احسان داشت از عاشق دریغ  
دید چون در احتضارم بوسه عیدی می دهد

پارسی بنویسیم،  
پارسی بگویم

تشکر = سپاسگزاری  
عصر باستان = دوره باستان  
خیاط = جامه دوز  
عطف = بازگشت  
روایت = داستان، گفتار  
قابل قبول = پذیرفتنی  
کلا = روی هم رفته  
مغرب = باختر  
مسلم = بی گمان  
مراجعت = بازگشت  
قصر = کاخ  
متشکرم = سپاسگزارم  
خط مشی = راه و روش  
شخصیت = منش  
وضوح = روشنی  
قوی = نیرومند  
طیور = پرندگان  
فرار = گریز  
ضد و نقیض = ناسازگار  
ابتلاء = دجاری  
حمل و نقل = ترابری  
مهیا = آماده  
کماکان = همچنان  
عرض حال = دادخواست



خصوصا = به ویژه  
غریبی = ناآشنایی  
دعوی کرد = کتک کاری کرد  
نشاط = شادی  
اقتضاح = رسوایی  
قدم دوم = گام دوم  
زاویه = گوشه  
اعتماد متقابل = هم باوری  
تقاضا = درخواست  
صلوه = نماز  
عرصه = پهنه  
احترام = ارج



**دکتر پریسا اسدنژاد**

روانشناس ازدواج و خانواده

و متخصص EMDR

(PhD, LMFT 119689)

(714) 323-2259

ParisaCounseling@Gmail.com

آیا تغییرات ناگهانی در احساسات و رفتار و زندگی تان مشاهده میکنید؟  
دارای افکار منفی و آسیب رسان به خود و اطرافیان تان هستید؟

آیا از انجام بعضی کارها و یا از رفتن به مکان هایی که قبلاً باعث خوشحالی شما میشد خودداری میکنید؟

آیا احساس تنهایی یا طرد شدگی می کنید؟

آیا برای سازگاری با مسایل زندگی از الکل یا مواد مخدر استفاده میکنید؟  
فکر میکنید ممکن از از یک بیماری روحی رنج می برید؟

آیا حس کنترل خود را از دست داده و از رابطه خود با همسر یا دوستان تان خسته شده اید؟ از بی خوابی رنج می برید و احتیاج به یک شنونده دارید؟

**همتا با یک روانشناس یا مشاور تماس بگیرید!**

شاید مشورت کردن قبل از کاری، ساعتی وقت ما را بگیرد، اما جبران کاری بدون مشورت کردن، شاید عمر ما را بگیرد!

**پذیرش بیمه های مدیکل**



**EDALAT LAW**



- تجدید گذرنامه ایرانی ..... \$139
- تعویض شناسنامه جلد قرمز ..... \$139
- وکالتنامه با ارسال به ایران ..... \$239
- ثبت شرکت LLC و CORP ..... \$299
- تنظیم تراست TRUST ..... \$499
- اوفک OFAC ..... \$999

(949) 691-4799 Edalat.law@yahoo.com



**IRAJ EBRAMI DDS**

**دکتر ایرج ابرامی**

با هنکاري متخصصين 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

بفتد؛ در نتیجه وحشتی که روی صورتشان می‌بینید کاملا طبیعی است. یک سفینه‌ی فضایی تجاری با پیام کمکی از طرف سیاره‌ای نزدیک به زمین مواجه می‌شود. سفینه افراد را که به صورت خودکار منجمد شده‌اند از حالت انجماد خارج می‌کند تا به درخواست بیگانگان پاسخ دهند. در شرایطی که افراد سفینه فکر می‌کنند به زمین رسیده‌اند.

#### ۴۳. داستان اسباب بازی Toy Story

کارگردان: جان لسه‌تر، صدای‌بیشگان: تام هنکس، تیم آلن، امتیاز متاکریتیک: ۹۵ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۹۵  
دیالوگ معروف: به سوی بی‌نهایت و فراتر از آن! هر قاب گرافیک کامپیوتری این انیمیشن بین ۴ تا ۱۳ ساعت زمان برد تا خروجی‌اش گرفته شود. تقریباً به اندازه‌ای که آخرین آپدیت آیفون زمان می‌برد! داستان اسباب بازی‌های پسر بچه‌ای به نام اندی که وقتی انسان‌ها دوروبرشان نباشند جان می‌گیرند. انیمیشن‌های پیکسار از بهترین تا بدترین وودی عروسک کابوی محبوب اندی است تا این که اندی برای تولدش یک عروسک آدم فضایی به نام باز هدیه می‌گیرد که تبدیل به عروسک محبوبش می‌شود. وودی به باز حسادت می‌کند اما اتفاق‌هایی باعث می‌شود که تبدیل به دوستان خوب یکدیگر شوند.

#### ۴۱. روانی Psycho

کارگردان: آلفرد هیچکاک، بازیگران: آنتونی پرکینز، جانت لی، امتیاز متاکریتیک: ۹۷ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۶۰

تریلر هیچکاک درباره‌ی یک قاتل سریالی شوکه‌کننده بود اما نه فقط به خاطر آن سکانس معروف دوش حمام. از خیلی جهات این فیلم یک اتفاق بود.

داستان یک منشی که مقداری پول از شرکتشان می‌دزدد و در حین فرار به یک متل می‌رود. منشی مفقود می‌شود و خواهرش به دنبال او به آن متل می‌رود و با صاحب عجیب و غریب آن نورمن بیتس و مادرش آشنا می‌شود. پسر جوان کاملا تحت سلطه‌ی مادرش قرار دارد.

از دهه‌ی هشتاد به این طرف یونیورسال چندین بازسازی و دنباله برای فیلم «روانی» هیچکاک در قالب فیلم و سریال ساخته است.

#### ۴۲. بیگانه Alien

کارگردان: ری‌دلی اسکات، بازیگران: سیگورنی ویور، جان هرت، امتیاز متاکریتیک: ۸۹ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۷۹

وقتی مشغول فیلمبرداری مشهورترین سکانس فیلم بودند، همان سکانسی که بیگانه از داخل سینه‌ی هرت منفجر می‌شود، کارگردان به بازیگران نگفته بود که چه اتفاقی قرار است



#### ۴۰. باشگاه مشت‌زنی Fight Club

کارگردان: دیوید فینچر، بازیگران: ادوارد نورتون، برد پیت، امتیاز متاکریتیک: ۶۶ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۹۹

دیالوگ معروف: به باشگاه مشت‌زنی خوش اومدین. اولین قانون باشگاه مشت‌زنی اینه که اصلا درباره‌ی باشگاه مشت‌زنی حرفی نزنین. دومین قانون باشگاه مشت‌زنی اینه که اصلا اصلا درباره‌ی باشگاه مشت‌زنی حرفی نزنین.

داستان یک کارمند بی‌خواب و شیطان وجودش که یک باشگاه زیرزمینی را شکل می‌دهند. باشگاهی که تبدیل به چیزی فراتر از آبی می‌شود که انتظارش را داشتند.

اولین‌بار که فیلم در جشنواره‌ی ونیز به نمایش درآمد بین منتقدان بحث‌های زیادی بر سر آن درگرفت. تعداد کسانی که عاشق فیلم شدند و کسانی که از آن متنفر بودند تقریباً برابر بود. بعضی‌ها هم نگران بودند که فیلم رفتارهای مجرمانه را شدت بدهد.

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

## **Injury & Accident Law Firm**

### **دکتر کاوه کشمیری وکیل تصادفات**

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

**LAW OFFICE OF KAVEH KESHMIRI  
T: 818-296-0367**

F: (949)835-0581 WWW.KAVEHLAW.COM  
2102 Business Center Dr., Irvine, CA 92612







# جشن چهارشنبه سوری

صنایع دستی ترشیجات محلی زیورآلات  
محصولات غذایی صنایع فرهنگی

**14 March, 3-9 PM**

موبایل: 0411 - 394 (949)  
دفتر: 1555 - 454 (949)

موسسه آموزشی فرهنگی ابن سینا



با خبر شدیم هنرمندان کشورمان داریوش خواجه نوری و محمد علی خواجه نوری در جشنواره Global Music awards از معتبرترین فستیوال موسیقی بین المللی است موفق به دریافت جوایز در رشته های Instrumental - Fusion - Original Score و Sound Special effect گردیده اند.

۹ اثر آلبوم Freedom موفق به اخذ مدال شده است.

1- Freedom 2- Rain 3- Whishes 4- Dreams 5- Gallery 6- Fall 7- Childhood 8- Horizon 9- Sweet Dreams

داریوش و محمد علی خواجه نوری بنیانگذار موسیقی تلفیقی در ایران با همراهی استاد جلال ذوالفنون می باشند که در اولین جشنواره پاپ کشور نیز به عنوان برترین نوازنده کشور برگزیده شدند داریوش در حال حاضر در کالیفرنیا سکونت دارد و به زودی تور کنسرت خود را با آلبوم آزادی برگزار خواهد کرد این آلبوم را تقدیم به همه آزادی خواهان ایران و جهان کرد

# HONDA

Costa Mesa

The Honda Advantage Grows

وام:  
۶۰ ماهه  
۴/۹٪

وام:  
۴۸ ماهه  
۳/۹٪



## نازی جاوید

مسئول فروش در نمایندگی هوندا

در خرید ماشین نو و یا دست دوم شما را یاری می کند

**Used Mercedes, Porsche, Audi, Toyota,  
Nissan, Cadillac, Chevrolet, Tesla**

### آخرین فرصت برای اتخاذ وام ماشین

Tel: 510-396-4327 Email: nazyj@yahoo.com

2888 Harbor Blvd., Costa Mesa, CA 92626

### لذت پی بردن به آینده همراه بارز

+1 (949) 607-7884

فال قهوه،  
تاروت، ورق



● راز های از حال تا آینده با  
● فال تاروت، قهوه و ورق  
● ارایه دهنده دقیق ترین فالها  
● خاتم رزا استاد و خبره در فال

دعا و  
طلسم

- فال قهوه
- فال تاروت
- فال ورق
- فال دارچین
- فال احساسی
- فال شمع
- فال ازدواج
- فال شغل
- فال چای
- فال رمل و اسطرلاب
- فال اوراکل
- فال روزانه
- استرولوژی و مونولوژی
- اورا کلیتیزینگ (پاکسازی هاله)
- پاکسازی چاکرا



# New York Consignment

عرضه کننده مجموعه ای از اجناس  
نسبتاً نو، دست دوم و آنتیک

23024 Lake Forest Dr., Ste D,  
Laguna Hills, CA 92653  
(949)299-8613



## دلوشته ها

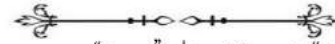


حمید الهی

روزها گر رفت گو رو پاک نیست  
تو "بمان" ای که هم چو تو پاک نیست  
برای همه ی ما امسال بی شک سالی سخت  
بود. و فرازها و فرودها یی و روزهایی که  
دیگرگون از سرما گذشت. تکان هایی و  
خبرهایی که هرکدامشان برای گسستمان  
آمدند ما را گاهی چند هفته گاهی چند روز و

و چند لحظه ی با خود به سوئی بردند. از آدمهای اشتباهی تا کارهایی  
بی نتیجه تا آنانی که آمدند و چه خوش آمدنی بوده است و دلمان را گرم  
کرده اند و انتهای دلمان را به پاکی باطن و زلالی رهنمون کردند و کارهای  
که به نتیجه نشستند. زندگی همین آمدن و رفتن و ماندنی هایی اندک  
است و این میان خوش آن لحظات که درونمان گفتیم: "اندک اندک جمع  
مستان می رسند/ اندک اندک می پرستان می رسند".

تاریخ کوتاه آدمی نشان این آمدن معنای نو را در پس هر سختی قانون  
خود داشته پس این بار نیز چنین است. / سال دوست داشتنی پیش رو  
با همه ی نادانسته هایش برایمان مبارک.



به تمنای دیدن "درون" در رونق بهار "برون"  
سالی پر فراز و فرود رو به اتمام و سالی ورق نخورده در انتظار، فرصتی  
است مکرر بهار و به عادت مالوف به تبریک و آرزوها جستن به دیدار. رونق  
دوباره ی آغوش گشودن برای آنانی که دوستشان داریم و شاید دیدار آنان  
که گرفتاری روزگار به فراموشی همنشینشان کرده... این میان اما سرک  
کشیدن و جستن به درون، انگار که شبیه ترین کارهاست به درختان،  
درختان در عبور از خواب و در گذار از گره زمستان، عقده های ریشه را  
سپردن به خاک و امید رسیدن به لبه ی سبزینة ی حیات، حیاتی در پس  
گشایش از اغیار... مبارک جانهای جویای خویش باشد این بهار در عبور...



Hearing Care Professionals



Hearing Aid Center

تست شنوایی رایگان

برای خرید  
سمعک ۵۰٪ تخفیف ویژه



Life sounds brilliant.



PEOPLE FIRST



Starkey



SONIC  
innovations



HIGH DEFINITION HEARING



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



# شرکت طلوع املاک

با همکاری وکلای رسمی دادگستری

## منوچهر معتمر و همکاران

متخصصین املاک صادره شده در ایران



- تعویض گذرنامه در دو هفته
- مهر خروج ویژه مشمولین
- اجازه خروج همسر
- اخذ و تعویض شناسنامه و کارت ملی هوشمند
- تنظیم صلح نامه که پس از فوت نیاز به انحصار وراثت و مالیات بر ارث نباشد
- وکالت نامه کاری و فروش تام الاختیار با حق توکیل به غیر در دو هفته
- دریافت حقوق بازنشستگی یا مستمری از ایران
- گرفتن مجوز اوفک و نقل و انتقال ارز به آمریکا صد درصد تضمینی
- گرفتن انحصار وراثت و کلیه امور حقوقی در ایران
- ثبت ازدواج و طلاق ایرانی
- تمام خدمات و امور حقوقی و کنسولی ایرانیان در آمریکا و کانادا

**(949) 202 - 7288**

**(949) 338 - 4705**

**(310) 975 - 4677**

**Propertyiran@Gmail.com**

**26632 Towne Center Drive, Suite 300**

**Foothill Ranch, CA 92610**

# 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



جراحان و متخصصین  
بیماری های پا  
در مرکز

ALL IN ONE  
FOOT CARE CENTER



دکتر فرشاد بطحایی

دکتر آرشیبا روحیان

دارای بورد تخصصی جراحی پا از دانشگاه

University of Southern California (USC)

دارای بورد تخصصی جراحی پا از دانشگاه

Temple University in Philadelphia

اعضای انجمن جراحان پا و قوزک پا



Before



After



Before



After

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 بینه 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



## بزرگترین نمایشگاه و فروشگاه

- فروش انواع فرش، همه سایزها، همه رنگها، همه طرحها
- رانراه پله
- فرشهای کهنه، فرشهای مدرن و فرشهای محلی

31896 Plaza Dr #C5  
San Juan Capistrano,  
CA 92675



# STORE



## روشگاه فرش در امریکا

- شستشوی فرشهای پشم و ابریشم
- لکه برداری و تمیز کردن فرشهای رنگ داده
- تعمیر فرشهای بید زده
- تعمیر ریشه های خراب
- تعمیر و شیراز بندی فرشهای ابریشم و پشمی
- لکه برداری شراب و غیره از فرش

(949)241-7676



OC RUG



من در همین دنیا زنجیر ساخته اند و به دستاتم زنجیر زده اند و جایش بدجوری درد میکند. خیلی زخم بدی است و از آن خون است که می چکد...

آدم زندگی کند اما همان اول کار عزرائیلی از راه می رسد و او را با خودش به جهنم می برد و آن همه داستان ها از زندگی او هنوز اتفاق نیفتاده محکوم به نابودی می شود. اینکه ترامبو باشی و اینکه در این سرزمین زیبا محکوم باشی به یکی دیگر بودن. یک نویسنده این طوری است که روی چرخ و فلکی می رود که از آن بالا دنیایش را می تواند ببیند اما باید خودش را به پایین پرتاب کند. می تواند از آن بالا حسابی بدرخشد و دنیا را که طور دیگری می بیند آن طور که دوست دارد بنویسد ولی مجبور است خودش را سانسور کند. و چقدر هم بدم می آید از این کلمه سانسور.. طوری که باور کنید گاهی سوار آسانسور نمی شوم چون به آن وسواس پیدا کرده ام و چقدر بیشتر بدم می آید که خودم خودم را سانسور کنم. چون تازه متوجه می شوم هنوز آن شجاعت را ندارم که خودم باشم و آن همه اندیشه ها و سوژه های نابی را که خود شخص شیطان به من وحی می کند را روی کاغذ بیاورم تا همه از این لذت شیطانی با یکدیگر لذت ببریم. اما چه کنم که زنجیرم کرده اند. بدجوری برای

## ترامبو



مهدی علیزاده فخرآباد

می دانید یکی از چیزهایی که یک نویسنده را متلاشی می کند این است که خودش نباشد یا بهتر است بگویم قلمش را با نام دیگری روی کاغذ بلغزاند. یعنی من بنویسم اما با نام دیگری منتشر کنم. یا بنویسم و نتوانم منتشر کنم یا بنویسم و خودم عمدا منتشر نکنم. یا بنویسم و بر روی کاغذ بماند و با رنج و اندوه فراوان دفترم را ببندم و این داستان یا مقاله تا آخر عمرم به جز خودم خواننده ای نداشته باشد. یعنی هنری که در زیر زمین خانه روی بوم نقاشی، نقاشی شده باشد و کسی به جز خود نقاش-نویسنده آن را ندیده باشد. در حالیکه هر نویسنده ای به اثرش مثل تابلوی میکلائز نگاه می کند و آن را فرزندی می بیند که تازه متولد شده و قرار است زندگی کند و در دنیا برای خودش ماجرای داشته باشد. همانند فرشته زندگی نامه نویسی که یک انسان را بعد از تولد با قلمش به عهده می گیرد و داستان او را مینویسد و قرار است این



## 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>



# LEMON LAW

## پویان بهلول

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال آمریکا

در صورتی که اتومبیل شما دارای نقص فنی است و نمایندگی مجاز، موفق به تعمیر آن نشده و یا پس از مدتی، مشکل دوباره باز می گردد، با ما تماس بگیرید.

ما جهت باز خرید / تعویض اتومبیل شما توسط شرکت سازنده و یا دریافت خسارت نقدی از آن شرکت اقدام خواهیم کرد.

برای مشاوره رایگان جهت ارزیابی پرونده خود با ما تماس بگیرید.

We speak English, Farsi, and Spanish  
با کادر فارسی زبان

**Free of charge to you.  
Car maker pays us!**



☎ (310)574-2262

info@bohloul.net

www.bohloul.net

Address: 1800 Century Park East, Ste. 600, Los Angeles, CA 90067



کمی بخندیم



## ضرب المثل های فارسی



- ۱\_ پشت چشم نازک کردن: ناز آوردن.
- ۲\_ به در گفت دیوار بشنوه: غیر مستقیم حرف زدن.
- ۳\_ برای لای جزر دیوار خوبه: خیلی بی مصرف است.
- ۴\_ با یه من غسل هم نمی شود خوردش: بد اخلاق بودن.
- ۵\_ یا به دریا بگذاره دریا خشک می شود: بد شانس است.
- ۶\_ آتروز که آواز بود فکر زمستانت هم بود: به فکر آینده نبودن.
- ۷\_ آب از آهن جدا کردن: کار دشواری را انجام دادن.
- ۸\_ بادمجان بم آفت نداره: مقاومت داشتن در برابر سختی ها.
- ۹\_ آب از دریا بخشیدن: از مال دیگران بخشیدن و منت نهادن.
- ۱۰\_ با یک گل بهار نمیشه: با یک شخص درستکار دنیا درست نمی شود.
- ۱۱\_ به دعای گربه ی سیاه ، بارون نمی باره: خشم خدا نسبت به افراد بدکار.
- ۱۲\_ با یک تیر و دو نشون زدن: با انجام یک کار به چند نتیجه عالی رسیدن.
- ۱۳\_ باد آورده را باد می برد: هر چیزی که آسان بدست می آید آسان هم از دست می رود.
- ۱۴\_ بزرگ نمیر بهار میاد: خربزه با خیار می یاد: به کسی و عده های دورو رازدادن
- ۱۵\_ بازبان خوش مار را از سوراخ بیرون می کشد: باچرب زبانی کارهای خویش را پیش می برد
- ۱۶\_ آب دریا به دهن سگ نجس نمی شود: پشت دیگران از کسی بدگویی کردن
- ۱۷\_ با هر دست که دادی پس می گیری: پاداش حتمی در مقابل هر خوبی.
- ۱۸\_ برای همه مادر است برای من زن بابا: با همه مهربان است با من نا مهربان است.
- ۱۹\_ پشت دست داغ کردن: تصمیم گرفتن برای انجام ندادن کاری.
- ۲۰\_ پرسیدن عیب نیست، ندانستن عیب است: در مذمت نادانی.
- ۲۱\_ پول که زیاد شد خانه تنگ می شود و زن زشت: ثروت زیاد ، انسان را به سرگرمی های ناپسند وا می دارد.

- مورد داشتیم طرف تو دبی سوار تاکسی شده، موقع رسیدن نمیدونسته چجوری عربی بگه پیاده میشم، زده رو شونه راننده گفته : داداش... صدق الله العظیم.
- یادش بخیر قدیما با هزار تومن میرفتم مغازه با ۲ تا نوشابه، ۳ بسته چیپس، ۵ تا بستنی، ۴ تا شکلات میومدم بیرون. اما الان دیگه نمی شه همه جا دوربین هست.
- دیروز رفتم نمایشگاه ماشین، یک دونه مازراتی دیدم خیلی خوشم اومد، این ماه حقوقمو بگیرم یک آژانس میگیرم میرم دوباره میبینمش!
- با تماشای مسابقات جام جهانی در تلویزیون خودمان به این نتیجه قطعی رسیدم که در برزیل هم ورود زنان به استادیومها ممنوع است!
- شهرهای شمالی بدجور به هم نزدیک و چسبیدس. مثلا اس ام اس میدی سلام من رسیدم نور، تا اس ام اس برسه دستش رسیدی رویان، تا اون جواب بده متل قوئی.
- امسال میخوام واسه ماهی قرمزمون فیلم revenant رو بذارم نگاه کنه تلاشهای دی کاپریو واسه زنده موندن رو ببینه بلکه تا سیزده بدر دووم بیاره.
- می دونی لات ترین حیوونه دنیا چه حیوونه؟ پنگوئنه! یه جوری راه میره انگار یک جنگل حیوونو لت و پار کرده .
- با این وضعیتی که قیمت گاو و گوسفند پیدا کرده... تا چند وقت دیگه جلوی پای عروس و داماد " تن ماهی " باز میکنن !
- اون دوره ای که دخترا سیبیلاشونو نمیزدن بیار توی کوچه دوست دخترمو بغلش کرده بودم ببوسم، بابام اومد نفری یک کشیده خوابوند زیر گوشمون که چرا دعوا میکنین، بعدم به من گفت غلام چرا داداشت مقنعه پوشیده مسخره بازی جدیدتونه؟!!
- ما از اون سالی که رفتیم مشهد الماس شرق بابام میخواست نایسردایسر بخره به یارو گفت از این یاسر ناصرا ندارین دیگه رومون نشد بریم مشهد !



متخصص ارتودونسی

با بیش از ۳۱ سال سابقه

دکتر فریبا پیگدلی

ADVANCED & LIFE CHANGING ORTHODONTICS  
AND RESTORATIVE DENTISTRY



ALL IN ONE DENTAL PRACTICE

**Orthodontics**  
TRADITIONAL & CERAMIC BRACES  
ALSO CLEAR ALIGNERS

**Oral Surgery**

WISDOM TEETH EXTRACTIONS  
INDIVIDUAL & FULL ARCH IMPLANTS

**General Dentistry**

METAL FREE CROWNS & FILLINGS  
ROOT CANALS & LASER GUM THERAPY  
YEARLY CHECK-UPS & CLEANINGS

SEDATION & NITROUS

LAGUNA DELTA & ORTHODONTICS  
27932 La Paz Rd. Laguna Niguel  
CA 92677  
949-831-2905



پذیرش کلیه  
نیمه های درمانی

MEDICAL  
PPO

Email: info@lagunaDentalandOrtho.com

27932 La Paz Rd F, Laguna Niguel, CA 92677

پذیرش بیماران مدیگر و بالای ۶۵ سال  
برای نیازهای دندانپزشکی

# تصادفات ACCIDENTS



جام طلایی حسن لو



A precious 3000-year-old golden antique cup has been dug out at Iran's Hassanlou historical site, which is one of the most important ancient spots in the Iranian plateau with international reputation.

۱۹٪

پس از  
بسته شدن  
پرونده

Law Offices of Ray Hassanlou

دکتر رضا حسن لو

Attorney at Law//MBA//J.D.

همراه پرتوان شما برای عبوری موفق و فروش فرجام از چهارراه حوادث

(818) 4.000.000





- × ترجمه رسمی مدارک شناسنامه، قبالة ازدواج، قبالة طلاق
- × مدارک تحصیلی، اداری و دادگاهی
- × انتقال قانونی پول از ایران به آمریکا معاف از پرداخت مالیات
- × تنظیم وصیتنامه ایرانی، صلحنامه، حصر وراثت، ثبت فوت
- × تهیه وکالتنامه و ارسال آن به ایران
- × اخذ شناسنامه و گذرنامه
- × ثبت ازدواج و طلاق

GET IN  
TOUCH

+1(949) 230-4658

## باب دوم حکایت چهل و هفتم گلستان سعدی



دیدم گل تازه چند دسته  
گفتم: چه بود گیاه ناچیز  
بگریست گیاه و گفت خاموش  
گر نیست جمال و رنگ و بویم  
من بنده حضرت کریمم  
گر بی هنرم وگر هنرمند  
با آن که بضاعتی ندارم  
او چاره کار بنده داند  
رسم است که مالکان تحریر  
ای بار خدای عالم آرای  
سعدی ره کعبه رضا گیر  
بدبخت کسی که سر بتابد



**گنبدی:** به شکل گنبد، خیمه کوچک، جست و خیز کردن.  
**رسته:** صف، قطار، دکان های واقع شده در یک ردیف در بازار، دسته  
و گروهی که هم شغل باشند.  
**بضاعت:** مال، سرمایه.  
**طاعت:** فرمانبرداری کردن، عبادت کردن.



# Black Crown

REALTY | MANAGEMENT | LAW



**Christopher M. Naghibi, Esq.**

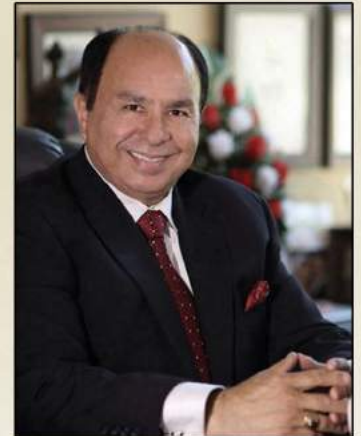
دفاتر حقوقی با همکاری وکلای با تجربه

**949-583-7326**

Fax: 949-583-7565

23276 South Pointe Dr., Suite 208  
Laguna Hills, CA 92653

- ثبت شرکت ها
- Bankruptcy ورشکستگی
- دعاوی خانوادگی
- Medical Malpractice
- انحصار وراثت
- امور جنائی
- امور مهاجرت
- تصادفات رانندگی
- دعاوی قراردادهای
- زمین خوردگی
- مالی و ملکی
- حمله حیوانات



**دکتر الکس نقیبی**

دکترای اقتصاد، مدیریت و حقوق  
پرفسور حقوق مدنی و جنائی  
فوق دکترای حقوق در رشته حقوق بین المللی و ورشکستگی  
از دانشگاه Thomas Jefferson School Of Law  
معاون ارشد دانشگاه American Heritage College of Law

با ۲۰ سال تجربه تدریس در دانشگاههای بزرگ آمریکا

الکترومغناطیسی تحریک می شود. این میدان الکترومغناطیس نوعی جریان الکتریکی در منطقه خاصی از مغز ایجاد می نماید که این جریان الکتریکی به شکل نوعی پیام در مغز عمل می کند و آنچه را که ما بعنوان داده از یک دستگاه فرستنده به مغز داده ایم، در نهایت با یک تغییر الکتریکی موضعی یعنی گیرنده یا همان عملکرد دریافت می کنیم. اینگونه پیام از فرستنده به گیرنده منتقل می شود. این همام کاری است که در ارتباط یک مغز با جهان بیرون و داده ها، صورت می گیرد. در واقع این همان دورنما و تصویری است از اتصال مغز با انسان ها، دادها و مسائل. اگر کمی عمیق تر به موضوع نگاه کنیم این همان، تعریف و تصویر و برداشتی از موضوعات است که در گروه های فرهنگی و اجتماعی به مغز ما داده می شود، پردازش می شود و سپس باعث می شود ما به یک شکل خاصی به مفاهیم و موضوعات نگاه کنیم، آنها را درک کنیم و در نهایت عمل کنیم و یا تصمیم بگیریم. پس هر مغزی می تواند موضوعی را از جنبه خاصی نگاه و درک نماید. وقتی این جنبه ها در کنار هم قرار گیرند ما می توانیم نوعی نگاه به موضوعات داشته باشیم و تصمیم های بزرگی را اتخاذ نماییم. ( ادامه دارد)

اطلاعات زیادی در مورد ارتباط حالات مغزی و عملکردهای ما را نشان می دهد. در یک سیستم ارتباط مغز با عملکرد، یک سو فرستنده و سوی دیگر گیرنده قرار دارد که در نوارهای مغزی پردازشهای فرستنده را می توان مشاهده کرد. در این حالت، مغز فرستنده است و عملکرد گیرنده می باشد. یعنی حالت مغز دستوری را به عملکرد که گیرنده است انتقال می دهد.



به زبانی دیگر، مغز توانایی کسب و فهم امواج دارد و آنها را ترجمه می کند و به عملکرد انتقال می دهد. در شکل علمی آن، مغز توسط یک دستگاه با میدان

آیا  
«انسان-هنر-اسطوره»  
واقعیت دارد؟

دکتر فریبا رومی  
محقق فرهنگی  
و اجتماعی



« آیا انسان-هنر-اسطوره » واقعیت دارد ؟ دیدگاههای منحصر به فرد و تکامل یافته جدیدی درباره انسان و هنر از نگاه اسطوره ای-فرهنگی و انسان شناسی وجود دارد. ترکیب انسان - هنر- اسطوره به موجود زنده ای اطلاق می گردد که ادراک او به جای مبتنی بودن بر ذهنیت یا اندیشه مرسوم که روندی زبانی و منطقی دارد، مبتنی بر ساختارهای هنری و اسطوره ای و تاریخی باشد. اگر ما آگاهی را مفهومی ذهنی یا متعلق به حالات ذهنی بدانیم، می توانیم این را طوری دیگر نیز بیان کنیم: انسان - هنر، تاریخ، انسانی است که هویتش نه بر مبنای آگاهی مبتنی بر ذهنیت، در زمان اکنون بلکه بر مبنای ساختارهای هنری و الگوهای فرهنگی بیان می گردد. این مفهوم به همان مقدار که پیچیده است، مبهم و قابل تامل نیز می باشد. ارتباط مغز با عملکرد و درک و آشنایی با توانایی های مغز، در واقع



## MIND CULTURE AND ACTIVITY

Dr. Fariba Roomi  
(949)554-5376  
email: f\_roomi@yahoo.com

کارگاه فردی و گروهی شناخت تپها و الگوهای شخصیتی. بر مبنای کهن الگوهای تاریخی، اسطوره ای و فرهنگی، آرکی تایپ یا همان الگوی ناخودآگاه فرهنگی در شخصیت روانی افراد اثر می گذارد که می تواند علت بسیاری از رفتارها را توجیه و پیش بینی کند. تست کهن الگو با مسیریابی روانی فرد، علت بسیاری از انتخابها و تصمیمات را در او روشن می کند و به افراد کمک می کند شناخت بهتری از شخصیت خود داشته باشند. برای جلسات حضوری یا تلفنی تماس بگیرید و یا پیام بگذارید.  
دکتر فریبا رومی

جلسه اول رایگان، هدیه من برای شماست.



## غزل حسینی

مشاور و متخصص  
امور مهاجرت به آمریکا،  
کانادا و استرالیا

اخذ انواع ویزا: توریستی، تحصیلی، دانشجویی، مهاجرتی، استارت آپ، کار، سرمایه گذاری، ویزای افراد متخصص و حرفه ای ویزا جهت فراگیری زبان انگلیسی، آموزش خلبانی، دوره آموزشی آرایشگری و سایر

+1-949-607-7884



## غزل حسینی

● مشاور مالی  
● کارشناس سرمایه گذاری و بیمه  
● نمایندگی سرویس های بانکها،  
شرکتهای مدیریت سرمایه و بیمه ها

● افتتاح انواع صندوق های ROTHIRA, IRA, TFSA, RESP, RRRSP برای آمریکا و کانادا  
● بیمه های عمر، بیماری های خاص، از کار افتادگی، ویزیتوری، دانشجویی، دانش آموزی، سوپر ویزا، حوادث، تکمیلی و ...  
● مورگنج ● مدیریت بدهکاری

gezel.hoss@gmail.com

+1-(949) 607-7884

# 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.

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

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



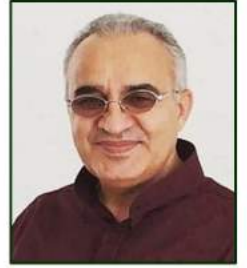
منزله بودند و با کشیدن کت پدرشان و با اشاره به من که حالا از مغازه خارج شده و در بیرونی آن ایستاده بودم چیزی را می گفتند که من متوجه نبودم. دل شوهر خواهر هم به رحم آمده بود، چرا که دست برد و کت و شلوار دیگری برداشت و به فروشنده داد و بعد از حساب و کتاب، هنگام خروج از مغازه آن را به من سپرد و از من خواست که دیگر آنان را رها نموده و به خانه برگردم. نمی دانم تشکر کردم یا نه در حالی که اشک از چشمانم جاری بود، خودم را به خانه رساندم، کت و شلوار سایزم نبود، آستین های کتش را یکی دو دور تا داده بودم و پاچه شلوار را چند دور، خدایش رحمت مادرم را که با سنجاق قفلی این تاها را ثابت کرده بود. بله این قصه ی اولین لباس نو عید من بود که تا چندین سال آن را می پوشیدم اما بیاد نمی آورم که بلاخره سایز من شد یا نه. پیشاپیش روزتان نو، روزگارتان خوش، عیدتان مبارک، شاد باشید و شادی آفرین.



منزل ما هم این امور به فراوانی دیده می شد از خودمان گرفته تا همسایه هایی که در اتاق های جداگانه اطراف حیاط منزلمان بعنوان مستاجر زیست می کردند. بگذریم باز کلاف سخن گم شد، کجا بودیم، آها، همراه شدم با آقامیزامون و بچه هاش، پیاده از کوچه منزل و بقالی مرحوم رجب بقال و خواروبار فروشی سید و تکیه داروغه گذشته خودمون رو رسوندیم به کوچه تاجرا که هنوز می توانستی الاغ هایی را که از منازل مختلف سرک می کشیدن ببینی، الاغ ها گویا وسیله های باربری تجار بودند که بیشترشان در این کوچه سکنی داشتند.

از کوچه تاجرا وارد کوچه سیاوون شدیم، قهوه خانه ای که در آن گاهی تلوزیون می دیدم رو پست سر گذاشته وارد راسته پایین خیابان شدیم در راسته خیابان تا رسیدن به پست پایین خیابان و ورودی به حرم از شرق مغازه های فراوانی وجود داشت که اقلام فراوانی می فرختند از جمله کت و شلوار آقمیرزا به چند مغازه کت و شلوار فروشی سر زد و ما و بچه های خواهر بدنمالش، در نهایت در یک مغازه چند دست لباس رو برای فرزندانش سایز کرد و خریداری نمود و من ناخودآگاه این صحنه ها رو می دیدم و نمی دانم اشکی به چشم داشتم یا فقط بغض گلویم را فشار می داد گویا حسن و حسین متوجه حالت

## اولین لباس عید



حسین فرزین

هر چند که این روزا دل و دماغی برای نوروز و عید نیست، چراییش را نیک می دانید و بیان من از عمق فاجعه ای که بر این مرز و بوم می گذرد می کاهد، اما نیکوست که در همین زمان هم گریزی داشته باشیم به پنجاه سال یا بیشتر، زمانی که نوروز، نوروز بود و عید، عید.

دقیق نمی دانم چند سالم بود شاید ده سالی داشتم، شوهر خواهر بزرگم که خداوند هر دویشان را رحمت کند با پسر بزرگترش، حسن، که او را هم خدا بیامرز و دومین فرزندشان که حسین باشد و هم نام من، نمی دانم چرا از بالا خیابان کوچه حسین باشی راهی شده بودند به پایین خیابان کوچه حسنقلی و بعد کوچه تکیه، بن بست دوم، منزل ما.

چه گفتن و چه شنیدند نمی دانم اما همین قدر می دانم که در هنگام بازگشت آنان به منزلشان من نیز همراهشان شدم، چراییش را به یاد نمی آورم. شب و روزهای آخر سال بود و جنب و جوش فراوانی برای فرارسیدن نوروز و عید بهار، از خانه تکانی ها گرفته تا شتسوی آن چه در خانه و کوچه و بازار وجود دارد، در



- Auto اتومبیل
- Home مسکونه
- Business مشاغل
- Health سلامتیه
- 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





## دکتر طیانی جراح دندانپزشک

**Tel: 949-741-0795**

- Dental Implants
- Sedation dentistry
- Wisdom Teeth Extraction
- Root Canal Therapy
- Crown, Bridge, Dentures
- Invisalign
- Teeth Whitening (Zoom)
- Botox
- No Interest Financing,  
In-House Payment Plans
- Saturday appointments

گروه دندانپزشکی دکتر طیانی  
در خدمت جامعه فارسی زبان اورنج کانتی  
با تسهیلات ویژه، کیفیت و استاندارد بالا  
برای بیمارانی که بیمه ندارند تسهیلات زیردرنظر  
گرفته میشود:

- معاینه رایگان
- تصویربرداری ایکس ری رایگان
- مشاوره ایمپلنت رایگان
- پذیرش بیمه های PPO

● پذیرش بیمه مدیکل و دنتیکل

**تا وقتی دکتر طیانی هَس، مکزیک رفتن پر هزینه اس**

**1460 N Harbor Blvd., Suite 120, Fullerton, CA 92835**



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



Tayani Dental Group Inc

[dr.tayani@tayanidental.com](mailto:dr.tayani@tayanidental.com)



@tayanidentalgroup

@tayanidental

جاروی خود نیز نگاهی بیندازید. ممکن است گرد و غبار، موهای موجود در فرش و یا شیئی بزرگی موجب بسته شدن مسیر لوله دستگاه جارو برقی شده باشد و این موضوع منجر به کاهش قدرت مکنندگی آن شده باشد. شما می‌توانید در نور داخل لوله یا خرطوم جارو برقی نگاه کنید و اگر متوجه وجود جسمی در داخل آن شدید، سعی کنید با وارد کردن ضربات ملایمی به سر و انتهای لوله، آن جسم را خارج کنید. چنانچه از این کار نتیجه دلخواه تان را نگرفتید، لوله یا خرطوم را زیر فشار آب قرار دهید تا راه آن باز شود. در نهایت، اگر این روش نیز کارساز نبود، لوله یا خرطوم را در آب گرم بگذارید تا گرد و غبار موجود در آن بیرون بیاید. پس از آن لوله جارو برقی را از جای مناسبی آویزان کنید تا خشک شود. در مرحله بعد، اگر کیسه جارو برقی شما پارچه ای است، تنها کافیست که کیسه جارو برقی خود را قبل از پر شدن خالی کنید و بعد از آن، سر جایش قرار دهید. چنانچه کیسه جارو برقی شما پلاستیکی است، ابتدا زباله های موجود در کیسه ها را خالی کنید. بعد از آن بگذارید کیسه جارو برقی شما در آب گرم خیس بخورد. پس از انجام این کار، با مسواک درون کیسه جارو برقی را به خوبی تمیز کنید و در نهایت اجازه بدهید تا پس از گذشت ۲۴ ساعت، کیسه جارو برقی تان کاملا خشک شود و هیچ رطوبتی در آن باقی نماند. خالی کردن کیسه جارو برقی پس از پاک کردن کیسه جارو برقی، فیلتر جارو برقی را نیز با دقت بشویید. در صورتی که فیلتر جارو برقی شما قابل شستشو نبود، آن را تعویض کنید. اگر هم فیلتر قابل شستشو بود، آن را داخل آب ولرم بشویید و بگذارید تا کاملا خشک شود. البته توجه داشته باشید تا ۲۴ ساعت فیلتر جارو برقی را سر جایش قرار ندهید. بعد از انجام این کار می‌توانید اگر مو یا پرزی به برس های جارو برقی چسبیده بود، آنها را با کمک چاقو یا قیچی تمیز کنید. شما می‌توانید با پارچه ای مرطوب بدنه جارو برقی تان را کاملا پاکیزه کنید و بگذارید خشک شود. ضمناً گرد و خاک و کثیفی های موجود در داخل جارو برقی را نیز می‌توانید با یک پارچه مرطوب پاک کنید. چنانچه داخل جارو برقی تان بوی نامطبوعی نیز بدهد، باید چند روز آن را باز بگذارید یا از صابون معطر برای از بین بردن کثیفی ها و بوی ناخوشایندش استفاده کنید.



- ۱- آن چیست که روز می دود و شب پاسبان اتاق است؟
- ۲- آن چیست که چشم دارد، اما نمی‌تواند ببیند؟
- ۳- آن چیست که هر چه آن را بیشتر بکشیم کوتاه تر می شود؟
- ۴- آن چیست که هر چه آن را بیشتر بکشیم بلند تر می شود؟
- ۵- آن چیست که قابل اندازه‌گیری هست، ولی قابل مشاهده نیست؟
- ۶- آن چیست که بسیار آسان می‌توانی بلندش کنی، ولی به سختی می‌توانی پرتاب اش کنی؟
- ۷- در آسمان فقط یکی از آن هست اما در زمین بسیار زیاد؟

پاسخ چیستان

۱- بادی ۲- ساعت ۳- کفش ۴- کوه ۵- دما ۶- کلاه ۷- کرم

ترفندهای خانه داری



یکی از عواملی که باعث می‌شود جارو برقی شما بهتر کار کند، تمیز بودن خود دستگاه می‌باشد. می‌بایست فیلتر، کیسه، بدنه، لوله و اتصالات و غلتک جارو برقی را تمیز و یا در صورت لزوم تعویض کنید. در ابتدا، لوله و اتصالات جارو برقی خود را جدا کنید و با یک ماده ضد عفونی کننده ملایم و ضدبو آنها را بشویید. اگر هم متوجه شدید مکش جارو برقی شما کم شده و مطمئن هم بودید که کیسه و فیلتر جارو برقی تان تمیز است و مشکلی ندارد، به لوله های

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

حل جدول های این شماره

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

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





# Orange County Pain Clinics



**Dr. Alireza Bozorgi, MD**

**Medical Director**

Neurologist  
Interventional Pain Management



**Dr. Jeff Shad, DC**

**Clinical Director**

Chiropractor  
Spine Specialist

- Traumatic Brain Injury Experts
- Neurological Evaluations
- Pain Management Services
- Orthopedic and Spine Surgeons
- Physical Therapy
- Transportation for Patients
- Same Day Appointments

**949.333.2224**

OrangeCountyPainClinics.com

Irvine • Mission Viejo • San Clemente





## هویج

هویج دارای کلسیم زیادی می باشد که برای رشد استخوان ها در کودکان و زنان موثر است. پتاسیم موجود در هویج باعث تقویت استخوان ها می شود و پوست را هیدراته می کند و همچنین باعث می شود تا سدیم اضافی در بدن کنترل شود و فشار خون کاهش پیدا کند. کاروتنوئید موجود در آن برای کنترل قند خون موثر هستند و سرشار از ویتامین های گروه ب می باشد، اسید فولیک و تیامین در هویج به وفور یافت می شود همچنین برای رفع اختلالات گوارشی مانند یبوست مفید است. هویج دارای کالری کمی می باشد و چربی این میوه صفر است. کسانی که مشکلات کلسترول دارند از بابت مصرف هویج نگران نباشند. هویج دارای مقادیر زیادی از ویتامین آ می باشد که به کبد کمک می کند تا سموم مختلف از بدن انسان خارج شود و دارای ویتامین کا است. همین امر باعث می شود تا ترمیم استخوان ها به سرعت انجام شود و از لخته شدن خون در بدن جلوگیری می کند و مانع از پوکی استخوان می شود هویج سرشار از آنتی اکسیدان پلی استرین و فال کاربنول می باشد که باعث از بین بردن سلول های سرطانی می شود.

می کنیم تا مواد به خورد آن ها برود. در ادامه روی کاسه را با سلفون می پوشانیم و اجازه می دهیم به مدت ۲ ساعت درون یخچال بماند تا گوشت و مرغ مزه دار شوند. حالا پس از گذشت این زمان گوشت و مرغ مزه دار شده را از یخچال خارج می کنیم. در ادامه فلفل دلمه ای را می شوئیم و به صورت مربعی هم اندازه با تکه های گوشت خرد می کنیم، سپس یک تکه سینه مرغ و یک تکه گوشت به سیخ می کشیم. در این مرحله یک تکه فلفل دلمه ای پس از گوشت و مرغ به سیخ می کشیم و به همین ترتیب مواد را به سیخ می کشیم تا تمام شوند. در ادامه ذغال را به صورت یکدست روشن می کنیم و سیخ های کباب را روی آن قرار می دهیم. حالا سیخ ها را هر چند لحظه یک بار می چرخانیم تا کباب ها به صورت یکدست بپزند. برای جلوگیری از خشک شدن کباب کره و زعفران دم کرده را با هم مخلوط می کنیم، سپس با کمک برس روی کباب در حین کباب شدن می مالیم. در صورت تمایل مقداری گوجه فرنگی و فلفل سبز هم روی منقل کباب می کنیم. در نهایت کباب های قفقازی را پس از اینکه به طور کامل بپختند درون ظرف مورد نظرممان قرار می دهیم و به همراه برنج یا نان سرو می کنیم. نوش جان.



## کباب قفقازی

**مواد لازم برای ۴ نفر:** راسته گوساله ۴۰۰ گرم، سینه مرغ ۴۰۰ گرم، ماست ۱/۲ لیوان، پیاز ۲ عدد، فلفل دلمه ای ۴ عدد، روغن زیتون ۲ قاشق غذاخوری، زعفران دم کرده به مقدار کافی، کره ۵۰ گرم، فلفل سیاه و نمک به مقدار کافی

**طرز تهیه کباب قفقازی:** برای تهیه کباب قفقازی رستورانی ابتدا سینه مرغ و راسته گوساله را به صورت مکعبی یکسان خرد می کنیم. در ادامه پوست پیاز را جدا می کنیم، سپس می شوئیم و به صورت خاللی نازک خرد می کنیم. حالا ماست را به همراه پیاز، روغن زیتون، نمک و فلفل سیاه درون یک کاسه مناسب می ریزیم، سپس خوب مخلوط می کنیم تا مواد ترکیب و یکدست شود. در ادامه تکه های گوشت و مرغ را درون مخلوط ماست می ریزیم. در این مرحله گوشت و مرغ را خوب مخلوط

## 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 آمریکا ندارند (Capi)
- حقوق پرستاری (IHSS)
- حقوق و مزایای از کار افتادگی (Disability)

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



با مدیریت

دفتر خدمات اجتماعی

بهارا فتاحی

بهاران

Bahar Social Services

Email:  
BaharSocialServices@gmail.com

مراسم باستانی سیزده بدر - سی و سه پل اصفهان - ایران



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

CUSTOM LIGHTING, CUSTOM FURNITURE, UNIQUE ACCESSORIES, FINE ARTS

بازیابی نور  
و زیبایی محیط



خانه شیک

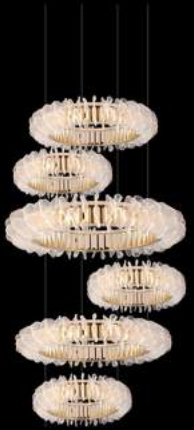


949-379-0090

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 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**