

سال هفتم شماره ۱۰۱ ژانویه ۲۰۲۴  
**خواندنی ها**

محبوبترین و پرتیراژترین  
 مجله جنوب کالیفرنیا

# دکتر نوین کارمل

آهنگساز، خواننده،  
 هنرپیشه، نویسنده،  
 تهیه کننده و ...

برگزار کننده جشن و  
 شادی همراه با دی جی،  
 موزیک زنده، رقص،  
 بلی دنس و بوفه باز،  
 هر جمعه و شنبه در

**Carmelle  
 Banquet Hall**  
 واقع در لیک فارست

صفحه ۲۴ و ۲۵



پویان بهلول - وکیل رسمی  
 • تصادفات  
 • نمون لا (Lemon Law) (310)574-2262



دکتر جعفر شجره و همکاران  
 • تصادفات  
 • نمون لا (Lemon Law) (949)333-2224 صفحه ۳۵



Alipour Law Group  
 میلاد علیپور - وکیل رسمی  
 • تصادفات  
 • نمون لا (Lemon Law) (949) 997-9999



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



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



دکتر مهژگان کمالی  
 • تصادفات • مهاجرت • وصیت نامه • تر است  
 • وکیل رسمی عضو ۰۸ ایران (855)658-2545



دکتر حسین تمدنی (آقای وام)  
 • تصادفات  
 • نمون لا (Lemon Law) (949)861-0618 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

Kanani Financial & Insurance Services, Inc. and Kanani Advisory Group, Inc. are two separate entities. Insurance products and services are offered and sold through individually licensed and appointed agents in all appropriate jurisdictions under Kanani Financial & Insurance Services, Inc. Investment Advisory Services are offered through Kanani Advisory Group, Inc., a registered investment adviser.

Information presented is for educational purposes only and does not intend to make an offer or solicitation for the sale or purchase of any specific securities, investments, or investment strategies. Investments involve risk and unless otherwise stated, are not guaranteed. Any references to protection benefit or lifetime income generally refer to fixed insurance products, never securities or investment products. Insurance and annuity product guarantees are backed by the financial strength and claims-paying ability of the issuing company.

CA License # 6007382



**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



KIAINTECH

Ignite Your IT Journey

تبلیغ  
هنر فروش  
است!  
تبلیغ  
تخصص  
ماست!



شرکت کیاینتک، پیشرو در ارائه خدمات تبلیغات دیجیتال و بازاریابی در گوگل و شبکه‌های اجتماعی، به دارندگان مشاغل کمک می‌کند تا با استراتژی‌های نوآورانه و کاربردی، محصولات و خدمات خود را ارائه دهند. ما با راه اندازی روش های مختلف تبلیغاتی برای بیزینس ها، بهترین نتایج را برای ارتباط با مشتریان شان به دست می آوریم تا روابط تجاری نزدیکتری میان آنان ایجاد شود.

## تبلیغات با گوگل ادز، روشی موثر برای نمایش محصولات یا خدمات

# Google Ads

شما به افرادی است که به دنبال آنها هستند. این روش با دسترسی گسترده به مخاطبان توسط گوگل، پربازدیدترین سایت‌های جهان با هدف گذاری دقیق مخاطبان بر اساس سن، جنسیت، محل زندگی، علایق و رفتارهای کاربران و قابلیت اندازه گیری دقیق نتایج و ارزیابی عملکرد تبلیغ میسر می گردد.

**مدیریت شبکه های اجتماعی** شامل فعالیت هایی مانند ایجاد محتوا، انتشار محتوا، تعامل با مخاطبان و اندازه گیری نتایج است. هدف مدیریت شبکه های اجتماعی، ایجاد یک حضور مثبت و مؤثر برای کسب و کار در شبکه های اجتماعی است. از جمله مزایای مدیریت شبکه های اجتماعی می توان به افزایش آگاهی از برند در بین مخاطبان خود، جذب مشتریان جدید و افزایش فروش اشاره کرد.



فرآیندی است که به کسب و کارها کمک می‌کند تا صفحات وبسایت خود را برای موتورهای جستجو بهینه کرده و ترافیک بیشتری را به وبسایت خود جذب کنند. SEO، یک فرآیند پیچیده است که شامل عوامل مختلفی مانند محتوا، ساختار وبسایت، لینک سازی و عوامل فنی است.



# YouTube



اینستاگرام، یوتیوب و فیس بوک هر کدام بیش از دو میلیارد کاربر فعال دارند که مردم از این پلتفرم ها برای برقراری ارتباط با دوستان، خانواده و دیگران استفاده می کنند. تبلیغات در این پلتفرم ها را می توان بر اساس سن، جنسیت، محل زندگی، علایق و رفتارهای کاربران هدف گذاری کرده و نتایج تبلیغات را به طور دقیق اندازه گیری نمود و عملکرد آنها را ارزیابی کرد.



www.Kiaintech.com



(949) 310 - 8110



سخن سردبیر  
گوش دادن هنر است  
دکتر مشتاق فروهر

همه ما عادت کرده ایم بیشتر از آنکه بشنویم، حرف بزنیم در ضمن دوست داریم دیگران نیز به حرفهای ما، هر چند کم اهمیت و تکراری، با دقت و توجه گوش دهند. خوب حالا خود ما چقدر به دیگران گوش میدهیم. منظورم این نیست که شانه ای برای گریه های دیگران باشیم، نه حداقل وقتی همکارمان با ما حرف میزند حواسمان با او باشد. یک شنونده خوب کسی است که با توجه کافی به حرفهای دیگران گوش دهد. ما میتوانیم برای این کار موارد زیر را انجام دهیم.

لابلای حرفهای او بگوییم، آهان خوب، بله، آره دارم میشنوم. از حرکات و اشارات زبانی مناسب استفاده کنیم. چشمانمان را باز کنیم و مستقیماً به او نگاه کنیم. خمیازه نکشیم و مرتباً به ساعت مان نگاه نکنیم. بعضی از حرفهای او را تکرار کنیم تا مطمئن شود که به حرفش گوش میدهیم. مثلاً بگوییم آهان گفתי ساعت سه روز جمعه، باشه. چیزی بگوییم که بداند بعضی از حرفهایش را

متوجه نشده ایم مثلاً بگوییم میشه لطفاً یک بار دیگه تکرار کنی، متوجه نشدم. سوال کنیم. مثلاً پرسیم پس به نظر تو بهتر نیست با همکاران دیگر هم مشورت کنیم؟

یادداشت برداریم و همانطور که حرف میزنند بعضی از حرفهای مهم او را روی کاغذ بیاوریم. با این کار هم می توان در پایان صحبت او در باره برخی ابهامات پرسشی را مطرح کنیم و هم ذوق حرف زدن را در گوینده افزایش می دهیم که این از هنرهای یک شنونده خوب است. به قول حضرت حافظ:

مستمع صاحب سخن را بر سر ذوق آورد.  
حالا می دانیم که چرا میخواهیم یک شنونده خوب و صبور باشیم؟ مسلماً، برای اینکه حقایق بیشتری را بدانیم، درک بهتری از اتفاقات دور و برمان داشته باشیم تا تجربه ما بیشتر شود.

با دیگران همدردی کنیم، آدم با هوشی باشیم تا به مدارج بالا برسیم. شنیدن، یک مهارت و یک استعداد خاص است که باید آن را بیاموزیم و تمرین کنیم. شنونده خوب بودن یک شبه درست نمیشود، خود بخود هم اتفاق نیافتد، نیاز به تمرین دارد. امروزه شنونده دلسوز و صبور کمیاست. با صبر و حوصله به حرفهای دیگران گوش دهیم و در تجربیاتشان سهیم شویم.

در این شماره می خوانیم:

- صفحه:
- سخن سردبیر ..... ۴
  - به مناسبت درگذشت صادق هدایت ..... ۵
  - ۲۱ ژانویه، روز جهانی بغل کردن ..... ۵
  - کتابخانه مامان - تکتم مرادی مهنه ..... ۶
  - ای رفته بر باد که از یاد نمی روی - حمید سلیمی ..... ۸
  - امید - مریم سمیع زادگان ..... ۱۰
  - درگوشی های خاله زنگی، حرمسرا - تکتم مرادی مهنه، مهدی علیزاده فخرآباد ..... ۱۲
  - ناز اغنیا، شعری از احسان صاعی کاشانی ..... ۱۴
  - عوامل ایجاد کننده آکنه یا جوش صورت کدامند - دکتر علی سجادیان ..... ۱۶
  - نوستالژی - یادداشتی از مشتاق فروهر ..... ۱۸
  - صد فیلم برتر تاریخ سینما ..... ۲۰
  - عمر - سودابه فرضی پور ..... ۲۲
  - دلنوشته ها - حمید الهی ..... ۲۸
  - صف نان - مهدی علیزاده فخرآباد ..... ۳۰
  - برگی از گلستان سعدی ..... ۳۲
  - کپکشان گفتار ..... ۳۶
  - شب کریسمس خیابان میرزای شیرازی تهران ..... ۳۷
  - شب یلدا - فهیمه سرافراز ..... ۴۰
  - پارچ مسی - حسین فرزین ..... ۴۲
  - شگفتی های ایران - تخت جمشید ..... ۴۴

Coast New Horizon, Inc.

RCFELic # 306004128

نگهداری از عزیزان سالمند شما



Mali Fouri  
Administrator

Assisted Living  
Care Home

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

- With Doctor on call
- Professional Menu Planning
- Family Members Visits Welcome
- In Room Housekeeping
- Personal Laundry
- Escort to Medical Appointments
- 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



مرجان پیروان

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

Text or WhatsApp: (714)743-4471

OFFICIAL AGENT  
FOR EMIRATES, LUFTHANSA,  
TURKISH AIRLINES & MANY MORE...

Contact Us For Our Special Rates  
To Europe, Iran, and Middle East

در تاریخ



● ۱۲۹۳ شمسی - تجاوز سپاه عثمانی به خاک ایران. پس از شروع جنگ جهانی اول، دولت ایران برای برکنار ماندن از آسیب‌های جنگ، اعلام بی‌طرفی کرد، اما این اقدام ایران از طرف متخاصمین رعایت نگردید و هر کدام به نحوی به خاک ایران یورش آوردند. سپاه عثمانی شروع به تجاوز به خاک ایران نمود و شهرهای بی‌دفاع تبریز و ارومیه را به تصرف خود درآورده، به سمت شمال کشور پیشروی کرد. پس از تجاوز عثمانی، دولت روسیه نیز قوای خود را وارد ایران نمود و بر سر تصرف آذربایجان، جنگ شدیدی بین نیروهای روسیه و عثمانی درگرفت. در این نبرد سهمگین، عده زیادی از مردم آذربایجان مقتول و مجروح شده، اموال آنان به غارت رفت و سرانجام قوای روس بر سپاه عثمانی پیروز گشت.

در نهایت عثمانی‌ها عقب نشینی کردند و روس‌ها منطقه آذربایجان را به تصرف درآوردند. در این حال، با ورود انگلیسی‌ها به خاک ایران، خاک این مرز و بوم عملاً به یکی از جبهه‌های جنگ جهانی تبدیل شد که حاصلی جز قحطی و قتل و غارت مردم ایران در پی نداشت.

● بایک خرم‌دین چهارم ژانویه سال ۸۲۸ میلادی به دستور معتصم خلیفه عباسی با قطع تدریجی دست و پا و اعضای بدن کشته شد و سپس بقیه بدنش را در بیرون شهر سامرا (سامره) بدار آویختند که مدت‌ها به همان صورت باقی بود.

● ۱۱ ژانویه، پیروزی نیروهای اسلام بر «یزدگرد سوم» و انقراض سلطنت ساسانی. ساسانیان که بیش از ۴۰۰ سال بر ایران حکومت کرده بودند در روزگار پس از قتل خسرو پرویز به دست فرزندش، در طی چهار سال بیش از ۱۰ نفر به سلطنت رسیدند، تا سرانجام یزدگرد سوم بر تخت سلطنت نشست. او آخرین پادشاه سلسله ساسانیان بود.

● تاریخ ادبیات جهان درگذشت صوفی و سخنور پارسی گوی خراسانی؛ ابو سعید ابوالخیر را در ۸۱ سالگی در ۱۲ ژانویه سال ۱۰۴۹ ذکر کرده است که اشعار، گفته‌ها و عقاید او در «اسرار التوحید» گردآوری شده است. وی از مروجان دوستی و مهربانی کردن و از نهبی کنندگان کینه جویی و عناد بود.

● شانزدهم ژانویه و یک روز پس از رای مثبت سنا به نخست‌وزیری شاپور بختیار، شاه و شهبانو ایران را به عزم «اسوان» در جنوب مصر ترک کردند، رفتنی که بازگشت نداشت. شاه روز پیش از آن سه فرزند خود را به آمریکا فرستاده بود.

● ژانویه ۱۶۵۳ میلادی، عمارت تاج محل در هند تکمیل شد. «شاهجهان» امپراتور تیموری وقت هند تصمیم به ساختن چنین عمارتی را به یاد بود همسر خود - ممتاز محل - گرفته بود که در اثنای وضع حمل چهاردهمین فرزند خویش درگذشته بود. کار ساختن این عمارت زیبا پس از دعوت از استاد عیسی معمار بزرگ ایرانی به هند از سال ۱۶۳۱ آغاز شده بود.

۲۱ ژانویه روز جهانی بغل کردن

بغل کردن (به انگلیسی: Hug) یا در آغوش گرفتن، دو نفر دست‌های خود را دور بدن یکدیگر قرار داده و همدیگر را فشار می‌دهند. همچنین، بغل کردن برای تسکین دل‌تنگی و روح تأثیرگذار است. در آغوش گرفتن می‌تواند نشانه دوستی، عشق، محبت یا همدردی باشد. اما واقعیت این است که در آغوش گرفتن همسر، یک مهارت ارتباطی پیشرفته و هدیه‌ای کاملاً عاشقانه است. شاید بعد از گذشت سال‌ها از ازدواج تان دیگر فراموش کرده باشید که مثل ابتدای زندگی هر روز یکدیگر را در آغوش بگیرید. شاید فکر کنید وقتی برای این کار ندارید یا جلوی بچه‌ها نمی‌شود دست دور کردن همسرتان بیندازید.



به مناسبت سالگرد درگذشت صادق هدایت، یادداشتی از بزرگمهر حسین پور، نقاش و کاریکاتوریست.

صادق هدایت می‌گوید «سیاست چیز گه‌گی است، کار من نیست. تو یک مملکت حسابی، سیاست را می‌دهند دست متخصص، نه دست من و امثال من. ولی ضمناً همه‌مان بچه سیاستیم. با سیاست کاری نداریم، سیاست با ما کار دارد. وقتی هم پایش بیفتد باید حقش را گذاشت کف دستش. سارتر همین کار را کرد. با سلام و صلوات به آمریکا دعوتش کردند. اولای یک ربع ساعت بهش در رادیو وقت دادند که حرف بزند. بجای اینکه راجع به ادبیات و فلسفه صحبت بکند، پرید به وضع آمریکا، سیاه‌ها، حق کشی، راسیسم.»

هدایت هفتاد سال پیش بساطش را جمع کرد و خودخواسته رفت. صادق هدایت از هر زاویه نگریسته شود، مطرح‌ترین نویسنده صدساله اخیر ایران است. او بعد از نیما اثرگذارترین فرد در تاریخ ادبیات معاصرست، گرچه گویا او نیما را دست می‌انداخت و به چیزی نمی‌گرفت و گمان نداشت که روزی او صحنه ادبیات را فتح خواهد کرد. زمانی که هدایت درگذشت، اهل تفکر و هنر، در ژانیش نوشتند، مستعان و یکی دو تن دیگر به او تاختند. چند سالی خاطره او در هیاهوی نهضت ملی نفت و وقایع مصلح گم شد. تازه سالگی مرگش هم خبری نشد. در ۲۰ سالگی، سخن‌ها گفته شد. رضا برهنی زیرآب هدایت را زد و عباس پهلوان سردبیر فردوسی، جواب داد.

سی‌امین سال درگذشت صادق هدایت جامعه داغ انقلاب داشت و روحانیون ضد هدایت سخن‌ها گفتند و دیگر نشریه‌ای نبود که یادی از او کند. اما در هشتادمین سالمرگ هدایت، زبان روزنامه‌ها گشوده شد، این بار بحث‌های علمی مطرح گشت. دو نفر معمم هم انتقاد کردند، اما خیابان‌ها و دستفروش‌ها پر شد از بوف کور و حتی توپ مرواری که از خارج آمد و در تهران نکتیر شد. با این همه هیچ کدام از سالگردها به اندازه اخیر نبود. ده‌ها مجله و روزنامه از هدایت گفتند و نوشتند. بساط روزنامه فروش‌ها پر شد از تصاویر صاحب بوف کور. افسوس که محمود کیانوش منقد و شاعر، زنده نبود که بر نقدهای تند علیه هدایت چیزی افزون کند.

بهترین روشی که می‌تواند موفقیت و توانایی شما را در دوست داشتن و عشق ورزیدن به همسرتان تضمین کند. آغوش با خود احساس امنیت و صمیمیت و حمایت به همراه دارد و از سوئی دیگر، رفتاری غیرجنسی و محبت‌آمیز است که می‌توانید جلوی بچه‌ها داشته باشید. کافی است همه اعضای خانواده را به ترتیب بغل بگیرید و با آنها صحبت کنید. همیشه سعی کنید صبح پیش از برخاستن، شب قبل از خوابیدن و در طول روز وقتی به خانه می‌رسید همسرتان را بغل کنید. اگر هنوز هم برای این کار دنبال دلیل می‌گردید باید بدانید که محققان می‌گویند وقتی زوجین ۲۰ ثانیه همدیگر را بغل می‌کنند، سطح اکسی‌توسین در بدنشان بالا رفته و کورتیزول که هورمون استرس است پایین می‌آید. بنابراین معطل نکنید و آغوش به همسرتان هدیه دهید.

## کتابخانه مامان

تکتم مرادی مهنه



می‌دانید من چطور کتابخوان شدم؟ یعنی تمام این‌ها از همان احساس لذت است. از این احساس که کتاب را برداری و جملاتی بخوانی که از خواندن آنها لذت ببری. یعنی یک کتاب خوب کتابی است که دلت نیاید آن را به زمین بگذاری. شب باشد و خوابت بیاید اما داستان در اوج آن باشد و مثل یک سریال که ذره ذره جملات و اتفاقات آن با روح و روانت بازی کند نتوانی از آن دل بکنی.

داشتم می‌گفتم بچه که بودم یعنی آنقدر کودک که حتی الفبا را هنوز نیاموخته بودم یک روز مادرم ما بچه‌ها را صدا زد و گفت می‌خواهم برایتان کتاب بخوانم. یک کتاب قدیمی به اسم فلک ناز که مثل کتاب امیر ارسلان نامدار پر از جن و پری و دیو و شاهزاده خانم‌های زیبا و شاهزاده‌های قهرمان شمشیر به دست بود. یک افسانه قدیمی ایرانی زیباتر از هزار و یک شب که در آن فلک ناز عاشق دختری به نام

«خورشید آفرین» شده بود و به خاطر او به جنگ هر دیو و شیطانی می‌رفت. ما هر شب کنار مادر می‌نشستیم و او چند صفحه از کتاب را آرام آرام برای ما می‌خواند و ما محو عکس‌های کتاب می‌شدیم که فلک ناز و خورشید آفرین توسط چهار دیو در آسمان روی تختی پرواز می‌کردند. بعد کتاب فلک ناز تمام شد و هزار و یک شب شروع شد و بعد دیگر ما به مدرسه رفتیم و خودمان هر کتابی را که به دستمان می‌رسید می‌خواندیم. مادرم یک کتابخانه بزرگ داشت که هر کتابی در آن موجود بود. و در آن زمان هم که می‌دانید نه تلویزیون برنامه‌ای داشت و نه سرگرمی دیگری بود. پس شروع کردیم به خواندن کتاب‌ها. آن هم نه فقط کتاب‌های داستان، چون داخل کتابخانه فقط کتاب داستان نبود. از نویسندگانی مثل «برتولت برشت» تا «جلال آل احمد» و «دکتر شریعتی» و «مرتضی مطهری» که از نوشته‌های آن واقعاً هیچ چیزی نمی‌فهمیدیم. اما آن عطش را وارد یک بازی گرسنگی کرده بود که دل‌مان می‌خواست هر چیزی را که به دستمان می‌رسد بخوانیم. بعد بزرگتر شدیم و مسلماً اعتماد به نفس بالاتری پیدا کرده بودیم و نسبت به جامعه آگاهی بیشتری داشتیم. پس این درک برای ما موفقیت بیشتری به ارمغان می‌آورد و یک سر

و گردن به خاطر درک بیشتر و آگاهی بزرگتر از بقیه بالاتر بودیم. و کم کم آن روز رسید. روزی که من قلم به دست گرفتم و خودم چند سطر نوشتم. بعد باز نوشتیم و نوشتیم و کم کم شدم برای خودم یک نویسنده که می‌تواند حرف‌های خودش را روی کاغذ بیاورد و اینطوری بود که حالا کتاب‌ها برای من یک گنجینه ارزشمند هستند و از ته دل می‌دانم وقتی می‌گویند کتاب بهترین دوست انسان است به چه دلیل این حرف را می‌زنند. شاید حالا بچه‌های نسل جدید دیگر به اندازه ما کتاب نمی‌خوانند. اما آنها این آگاهی را از فیلم و بازی کامپیوتری و شبکه‌های اجتماعی می‌گیرند. حالا نسل عوض شده است و هر کسی می‌تواند آگاهی مورد نیاز خود را از بستر مناسب دیگری دریافت کند. به خصوص که در آن زمان سرگرمی ما کتاب بود و حالا همان دیو و جن و پری روی صفحه تلویزیون، نقاشی شده‌اند و شده‌اند انیمیشن‌هایی که برای یک کودک جذاب هستند. هرچند باز هم آن کتاب‌ها نمی‌شوند و چه سعادت‌مند است فرزندی که مثل مادر من مادری داشته باشد و کتابخانه‌ای آن چنان غنی داشته باشد که قبل از اینکه خودش را بشناسد کتاب‌ها را شناخته باشد. این خیلی خوشبختی می‌خواهد خیلی!

## مجری کلیه طرح‌ها و تعمیرات ساختمانی

## در مناطق اورنج کانتی و حومه

تبدیل کاربری ADU, Design, Addition  
Sunroom and All Renovationsآشپزخانه، حمام، بالکونی، انواع کفپوش‌ها،  
خدمات سریع در Plumbing, Electrical

WITH OVER 20 YEARS EXPERIENCE AND QUALITY

(213) 672-9360 درخشان (678) 232-6998



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 علائم تجاری

### امور تصادفات:

- اتوموبیل و موتورسیکلت
- اوپر و لیفت

3525 Hyland Ave, Suite 270, Costa Mesa CA 92626

ChrisJafari@gmail.com

www.JafariLaw.net



ای رفته بر باد که از یاد  
نمی روی  
حمید سلیمی

نوازشت که می‌کند، تو را که تنگ در آغوش می‌گیرد، لبانت را که می‌نوشد، انگشتانش که روی مهره‌های کمرت راه می‌روند، در بوسه‌های بی‌وقت، در فیلم دیدن‌ها، در سعدی‌خواندن‌ها، در تنانگی ملتهب قبل از برآمدن نور صبح شهرپور، هر جا که دوستت دارد، هر جا که دوستش داری، مرا به یاد بیاور که از تو خداوندی پرستیدنی ساختم با کلماتم که تمام گنجم بود، و با دستانم که زائران بدنت بودند، و با مرگ باشکوهم در خداحافظی‌ای که زنده‌ات کرد، و با نورهای رنگی روز که به تو بخشیدم تا مقیم صبور تاریکی باشم، و ساده و ساکت گم شدم در گم‌شدن لذت تماشای ماه در شب‌های کوهستان که یادت دادم تا یادش بدهی. ای رفته بر باد که از یاد نمی‌روی، کسی تو را از من نخواهد گرفت، چرا که من به تو آغشته‌ام چنان که پاییز به نارنجی، و زمستان به برف،

و عشق به رنج و مدارا. من بخشی از تاریخ تو هستم، حتی اگر از تمام کتابهای درسی کودکان حذف کنی، ای زیباترین ستمگر. «تئسی کانک لم تکن..» بله، حتی تو با تمام زیبایی و شکوهت از یاد می‌روی چنان که گویی هرگز نبوده‌ای. اما من مثل تمام این هزاران سال، روح سرگردان غارهای متروکم و روی دیوارها تو را ای خورشید گریزان می‌کشم، تا کسی از یاد نبرد روز اگر بود تو بودی، و نور اگر بود تو بودی، حتی وقتی نبودی. حقیقت دارد. خود را فراموش کرده‌ام و می‌دانم تو را از یاد نخواهم برد، چرا که این دلک خسته، مرگ خود را بسیار دوست می‌دارد. حالا مست برقص و بلند بخند و آتش به پا کن، که این‌جا همیشه صبح روز سرد رفتن توست.



می‌خواستم در برابر بادها بایستم، سبتر و سربلند، تا موهابیت را پریشان نکنند و اخم نکنی، ای ماه بزرگ آسمان کوچک دلم. می‌خواستم در آغوشم پنهان کنم، تماشایی‌بودنت را نه، آسیب‌پذیر بودن تو را. و می‌خواستم از لمس باهار بدنت، برای موریانه‌های تنم شفا بگیرم. دوباره روی صخره‌های کوه برف نشسته تا

یادم بیاید چگونه هربار خنداندمت موهابم بیشتر سپید شدند، ای ابر کوچک پشت پنجره که دیدنت زیبایی روزهای این زمستان است. تا یادم بیاید لذت ممنوع فکر بوسیدن مهره‌های کمرت را، ای خوشه‌ی انگور نورس که از تمام شراب‌های تاکستان‌های خاورمیانه شراب‌تری. تا یادم بیاید چه بی‌پناهم در هر شبی که از خواستنت لبریزم و ساکت به انقراض خودم در غار دوردست ادامه می‌دهم. چه ساده در برابر تو تسلیمم.

حقیقت دارد، تماشای خوشحالی کسی که دوستش داری، شکلی از عشق است. و این شکل دلخواه من است، سهمی که از تو برداشته‌ام، دور ایستادن و خنده‌ات را در هر عکس تازه نوشیدن. آدم تماشا دوستت دارد، و می‌داند با دستهای کاکتوسی نباید نوازشت کند.

اما در خانه‌ام برف می‌بارد و با چشم‌هایی دکمه‌ای و دستهایی گشاده آدم‌برفی گمشده‌ی محزونی شده‌ام وسط دشت، در انتظار کودکی که برایش دماغ هویجی و شال گردن بیاورد و از دیدنش خوشحال شود، گرچه کمی بعد فراموشش کند. آدم‌برفی ساکتی که دلش برای آفتاب تنگ شده‌است. پیدایم می‌کنی؟

## دکتر حسین تمدنی با ۵۵ سال تجربه در امریکا

(949)861-0618

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





# شرکت طلوع املاک

با همکاری وکلای رسمی دادگستری

## منوچهر معتمر و همکاران

متخصصین املاک صادره شده در ایران

شرکت طلوع املاک، دفتر وکالت در امور قوانین امریکا نمی باشد.



- تعویض گذرنامه در دو هفته
- مهر خروج ویژه مشمولین
- اجازه خروج همسر
- تعویض و اخذ شناسنامه
- 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 مستمري از ایران
- ثبت ازدواج و طلاق ایرانی
- گرفتن انحصار وراثت و کلیه امور حقوقی در ایران
- گرفتن مجوز اوفک
- ترجمه مدارک به کلیه زبانها
- تمام خدمات و امور حقوقی و کنسولی ایرانیان در آمریکا و کانادا

**(949) 202 - 7288      (949) 338 - 4705**  
**(310) 975 - 4677**

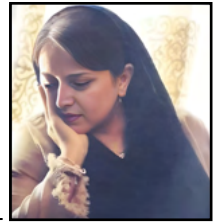
**Propertyiran@Gmail.com**  
**26632 Towne Centre Drive, Suite 300**  
**Foothill Ranch, CA 92610**

لباس را بپوشند... دورهمی مریم موهایشان را هایلایت کنند یا نه... تولد پریسا حواسشان باشد که رنگ کفش و پیراهن و لاک ست باشد... آخر وقت هم یک مردی هست که برای این همه خستگی روزانه شان در آغوشش بگیرند، او را ببوسد، باز هم به او این اطمینان را دهد که من هستم، به من تکیه کن... دسته دوم زن هایی هستند که خیلی وقت است یادشان رفته زن هستند... یادشان رفته توی راه رفتنشان، حرف زدنشان، تمام حرکات و رفتارشان، یکم ناز و کرشمه زنانه قاطی کنند... صبح ها ساعت کوکی بیدارشان میکنند... کسی آنها را جایی نمیرساند... یا ایستاده اند منتظر تا کسی یا ماشین را روشن میکنند و راه می افتند... حواسشان هست که مردها فقط یا همکاری یا یک دوست مثل تمام زن های دیگر؛ یاد گرفتند که به کسی تکیه نکنند... آخر شب هم خود را در آغوش خودشان میگیرند... به خودش عادت داده اند که منتظر شب بخیر گفتن کسی نباشند... یاد گرفته اند که تنها ویک تنه با همه مشکلاتشان بجنگند... این ها از روز اول اینگونه قوی نبودند این ها یک روزی در قبل ترها... مردی که شاید نتوانست بماند... مردی که نصفه و نیمه او را رها کرد... جا گذاشته اند... گذر زمان و جبر روزگار این همه قدرت را به آنها داد

سال مدیر بودم ولی تیتتر جلوی اسمم خوشحالم نکرد. گفتم راه بعدی را امتحان کنم، رفته سفر، نه یکسال، نه یکبار، چندین سال گشتم و دیدم، شاید نصف دنیا را، اما سفر هم خوشحالم نکرد. گیر دادم به وزنم، وزنم را تا جایی که می شد کم کردم، دو بار در روز پیاده روی می کردم، روزی یک خیار می خوردم، من در طول روز فقط یک خیار می خوردم، باورتان می شود؟ فقط برای اینکه خودم را خوشحال کنم. رسیدم به جایی که دیگر فقط یک پوست بودم و چند استخوان، خودم را توی آینه نگاه کردم و دیدم باز خوشحال نیستم. گفتم از ایران می روم، حتما جایی هست که دوباره شروع کنم و خودم را خوشحال کنم. رفته، زندگی توی یک قاره ی دیگر هم خوشحالم نکرد. قبل از اینکه دنبال هدف دیگری بگردم و وقتم را برای محقق کردن آرزوی دیگری تلف کنم، نشستم به دو دو تا چهار تا، به ردیف کردن داشته هایم. داشته ها را که لیست کردم دیدم چه خوشبخت بودم و نمی دانستم. چقدر وقت تلف کرده بودم، چقدر انرژی بیخود گذاشته بودم. عادت آدمهاست که نداشته ها را عزیزتر می دارد، چه خوب است اما آدم با داشته هایش زندگی کند، با همان دلخوشی های کوچک.

◆◆◆◆◆

زن ها دو دسته اند: دسته اول آنهايي هستند که توی پوسته زناگیشان مانده اند.. عشوه و ناز و ادا بلدند... دغدغه ذهنی آنها این است که مهمانی شهناز کدام



امید

مریم سمیع زادگان

می گفت: « زندگی درد دارد، بغض دارد اما زن به امید زنده است. اگر هم امید نباشد خودش می سازدش، اصلا زن با داشته هایش امید می سازد، زندگی رنگ گن است این زن. سازنده است، نقاش است، طراح است، نجار است، یک قر بنا دارد حتی. می تواند دنیا را آنطور که می خواهد بسازد، با آن رنگی که دوست دارد رنگش کند، فقط باید به او کمی امید بدهی و عشق، بقیه با او...» راست می گفت، زندگی چند صحنه ی تکراری پیش پا افتاده است، این نگاه ماست که این صحنه ها را رنگی، سیاه و سفید یا خاکستری می کند. آدمزاد مثل دیگ بخار است، زیاد که جوش بیاورد می ترکد، تا وقتی به نقطه ی جوش نرسیده باید هوای خودش را داشته باشد، به وقتش باید سوپاپ ها را باز کند، چیزی پیدا کند برای آرام کردن خودش، نور، رنگ، صدا، موسیقی، دلخوشی های کوچک، عشق، امید، گاهی آب است روی آتش دل. خوب که نگاه کند حتما چیزی پیدا می کند. سالها دنبال موقعیت اجتماعی بودم، یک تیتتر مناسب، تا اینکه مدیر شدم، مدیر فنی آژانس هواپیمایی، من سه

Scan Me به مطالب خواندنی‌ها در اینستاگرام گوش کنید!  
@khondaniha\_magazine

ماهنامه خواندنی‌ها: تاسیس 2017  
صاحب امتیاز: Daily Vision Inc.  
گستره انتشار: جنوب کالیفرنیا  
مدیرمسئول و سردبیر: مشتاق فروهر  
تلفن: 949-923-0038 وبسایت: www.Khondaniha.com  
مسئولیت صحت و درستی آگهی ها با صاحبان آگهی است. خواندنی‌ها هیچگونه مسئولیتی را در این مورد نمی پذیرد. استفاده از طراحی های این نشریه بدون اجازه از خواندنی‌ها حتی برای صاحبان آگهی غیرقانونی است. ماهنامه خواندنی‌ها در انتخاب، اصلاح و کوتاه کردن مطالب آزاد است. دیدگاه نویسندگان الزاما بیانگر نظر خواندنی‌ها نیست. مسئولیت نظر نویسندگان بعهده آنان است.



انجام کلیه امور حقوقی توسط وکیل پایه یک دادگستری ایران

سوپلا میر Soheila Mir

(949) 351-0731 (310) 666-4932

Attorney at Law, Iranian Law Consultation, Iranian consulate affairs: Passport, Birth Certificate, National Card, and etc.

- انجام کلیه امور کنسولی از قبیل تمدید و اخذ پاسپورت
- انجام کلیه امور حقوقی و اداری در سراسر ایران
- ترجمه مدارک
- انجام عقد آریایی و شرعی اسلامی و ثبت ازدواج
- ثبت ازدواج در ایران
- ثبت و تنفیذ طلاق در ایران
- یافتن عزیزان و دوستان شما در ایران
- استعلام ممنوع الخروجی و رفع ممنوع الخروجی
- استعلام وضعیت بیمه و بازنشستگی افراد و برقراری حقوق بازنشستگی
- افتتاح حساب و انجام امور بانکی شما در ایران
- ثبت فوت در ایران و انحصار وراثت و تقسیم ارث
- تکمیل فرم های مهاجرت



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

● کارت سبز از طریق:

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

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

● ویزا از طریق:

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

- **Citizenship**
- **Deportation & Removal Proceedings**

● سیتیزن شیب

● دفاع در مورد اخراج از امریکا

## Personal Injury

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

## 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**

## درگوشی های خاله زنگی

حرمسرا

خانومه: نکتم مرادی مهنه، آقاهه: مهدی علیزاده

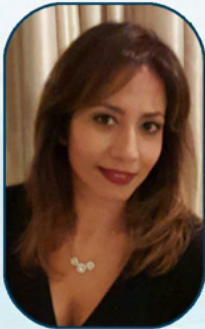
**آقاهه میگه:** اصولاً باید همیشه به منابع یک مقاله یا حتی یک گفتگو توجه ویژه کرد. مثلاً چند روز پیش خانم همسر یک مقاله را پیش من آوردند و گفتند بخوان. از آنجایی که می دانستم بعد از خواندن آن مقاله حتماً دعوا می شود خواستم از خواندن آن طفره بروم. اما متاسفانه خانم‌ها هستند و خودتان می دانید که چقدر خشن و بی رحم هستند. پس بعد از گفتن چند جمله کوتاه مقاله توی سینهم کوبیده شد و مجبور شدم مقاله‌ای در مورد اینکه داشتن حرمسرا در گذشته موجب عقیم شدن پادشاهان می شده است را بخوانم. قبل از هر چیزی باید عرض کنم که این‌ها همه خزعبلات آن نویسنده زن دلیل بود و کلاً این مقالات را یا خانم‌ها به اسم یک آقا منتشر می کنند یا یک نویسنده خودفروخته زن دلیل که هیچ آگاهی از تاریخ و علم و هنر! نداشته است می نویسد. چون همه می دانیم که در گذشته پادشاهان چقدر بچه داشتند. پس داشتن حرمسرا به هیچ عنوان باعث عقیم شدن هیچ پادشاهی نشده بوده است. به هر حال آن مقاله را خواندم و بعد با حالتی متعجب به همسرم نگاه کردم. ایشان با خشمی در کلام که البته لحن

گفتگوی همیشگی ایشان است پرسیدند: خوب؟! و من جواب دادم: چرا این را برای من آورده‌ای که بخوانم؟ و آن حوری مهربان دوباره پرسید: مگر دلت حرمسرا نمی خواست؟ که البته همه می دانند هیچ انسان عاقلی دلش چند تا زن نمی خواهد چون تحمل یکی پدر آدم را در می آورد چه برسد به چند تا زن! پس جواب دادم: نخیر! من هیچ وقت دلم حرمسرا نمی خواسته است. که البته باز باید بگویم من اصلاً عاقل نیستم و از بچگی کمی خنگ بودم. به هر حال خواستم بگویم به منابع مقالات حتماً توجه بفرمایید چون بیشتر این مقالات هیچ منبع درستی ندارند و با یک دو تا چهارتا کردن ساده می توان متوجه شد که این‌ها همه اشتباه است و البته به تمامی آقایانی که به دنبال حرمسرا هستند توصیه می کنم بی خیال ازدواج با چند زن بشوند و همان یکی کافی است و اگر دلشان خواست که خودتان می دانید دل است و دست ما نیست و ما بی تقصیریم به کلپ سر کوجه مراجعه بفرمایند و یک شب را با خود تصور کنند و از همان جلوی در برگردند و داخل نروند که ای کاش می دانستید در دل من چه می گذرد و بعد به منزل برگردند که آرزو بر جوانان عیب نیست و خداوند همه را نجات بدهد!

**خانمه میگه:** توی همین یکیش مانده است و هوس چند تا زن گرفتن دارد. اصلاً این ظلم به خانم‌هاست. خودتان دلتان می خواست ما چند تا شوهر داشته

باشیم؟ آن زمان هم پادشاهان ظالم بوده‌اند یا اگر پادشاهی با زن جدیدی ازدواج می کرده است به این دلیل بوده است که جنگ تمام بشود و به سیاستی بوده است و دلیلی داشته است و اصلاً آن قوم الظالمین چرا باید الگوی این آقایان بی تربیت بشوند؟ این‌ها حتی عرضه ندارند چند کیلو گوشت بیشتر برای خانه بخرند و حالا فیلشان یاد هندوستان می کند. که البته می دانید آن زمان گذشته بوده که این‌ها روی ما تسلط داشتند و خدا را شکر که آن دوران گذشته و تمام شده است. البته که در آن دوران عمر طولانی هم پادشاهان نداشته‌اند و همین افراط در شهوترانی باعث مرگ و میر آنها می شده است. خدا را شکر که بعد از قذافی هم دیگر این رسم و رسوم در کشورها وجود ندارد و شاید رئیس چند قبیله آفریقایی همچین غلطی بکنند که آن هم در نطفه خفه می شود که به عنوان نمونه در کنفرانس خبری آن کشور آفریقایی شاهدش بودیم که آقای رئیس جمهور رسماً اعلام فرمودند هیچ همسر دیگری به جز زن خودشان ندارند. بلکه قدرت خانم‌ها این است و عاقبت همیشه حق بر باطل پیروز است و لعنت خدا بر قوم ستمکاران و شما هم اگر عرضه دارید برای همین همسرتان یک زندگی خوب فراهم بفرمایید و بعد به فکر چنین غلط‌های زیادی بیفتید و اصلاً از تمام این‌ها گذشته شما که عرضه جمع کردن یکی را ندارید بیخود فکر دومی می آید توی سر بی عقلمان!.....!

## Best Travel &amp; 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](http://www.FlyBTT.com)



چاپ کتاب از یک جلد تا صدها جلد  
چاپ مجله و بوک لت  
طراحی فلایر

(949) 923-0038



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

DRE#0203 3878



# ماندانا سرکشیک امین، امین شما در املاک

**Call me for a complimentary  
market analysis.**

**949-424-6339**

**HomesbyMandana@gmail.com**

**HomesByMandana.com**



"EACH OFFICE INDEPENDENTLY  
OWNED AND OPERATED"

Buying?  
Selling?

**خرید و فروش**

**املاک**

**مسکونی و تجاری**

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

## ناز اغنیا

از مجموعه جای پای عشق، گزیده ای از دیوان

احسان صانعی کاشانی



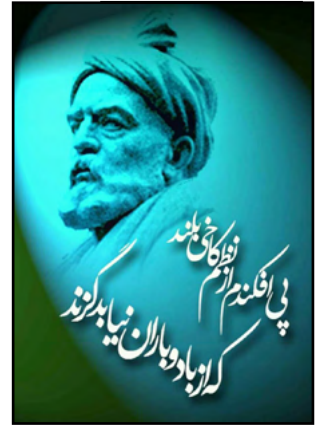
ما نیاشفتیم هرگز خاطری آسوده را با محبت ریختیم از ابتدا شالوده را  
 بندی ما شد در آخر دیو نازیبای آرز پاک کردیم از هواها دامن آلوده را  
 ترسی از ما در دلی از باب سوءظن نماند ایمن از پندار بد کردیم ذهن توده را  
 بر سر ظالم فرود آید در آخر کاخ ظلم سرپناه خود نسازد عاقل این فرسوده را  
 رو سپید آمد به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

همت احسان ز ناز اغنیا مستغنی است

شاه طبعم کی خورد با هر گدا پالوده را؟

## پارسی بنویسیم، پارسی بگوئیم

حرفه ای = چیره دست  
 سهوا = ندانسته  
 تربیت کردن = پرورش دادن  
 حکمیت = داوری  
 راسخ = استوار  
 مجبور = ناچار  
 توقیف = بازداشت  
 در حال توسعه = رو به پیشرفت  
 لغت = واژه  
 عقلانیت = خردمندی  
 ادوار = دوره‌ها  
 مد نظر = دلخواه  
 معبر = گذرگاه  
 تاسف = افسوس  
 اما = ولی  
 ماهر = چیره دست  
 ارتجاع = واپس گرایی  
 نطق = سخنرانی  
 پمپ = مکنده  
 شکایت = گلایه



اخیرا = به تازگی  
 فتنه = آشوب  
 کسب علم = دانش اندوزی  
 معافیت = بخشودگی  
 یک ربع = یک چهارم  
 تابعیت ایران = شهروندی ایران  
 کثرت = فراوانی  
 مُفصل = پردامنه  
 عده ای = شماری  
 خطی = دست نویس  
 اشاعه = گسترش  
 ضایعات = پسمان‌ها

## دکتر احمد ترابی

عضو انجمن داوری کالیفرنیا

PhD in Law

Member of California Arbitration Association

Mediation and Arbitration



## پیگیری کلیه خدمات کنسولی

تمدید گذرنامه، شناسنامه،  
 کارت ملی، تنظیم وکالت نامه،  
 تایید اسناد، نظام وظیفه،  
 امور دانشجویی

## پیگیری دعاوی حقوقی در ایران

ازدواج و طلاق، انحصار وراثت،  
 مدیریت اموال، اجاره و فروش  
 اموال در ایران

## داوری و میانجی گری

دعای خانوادگی،  
 کارگر و کارفرما،  
 امور تجاری و شراکت



(909) 689 - 6903



www.Dr.AhmadTorabi.Law



Dr.AhmadTorabi.Law@Gmail.com

**آیا نگران ریزش یا نازک شدگی موهایتان هستید؟**  
دیگر نیازی به مسافرت به ترکیه و مکزیک برای کاشت مو ندارید.  
**Lowest Price Guaranteed**



Hair loss



Hair Restoration



PRP/Exosome



Medication

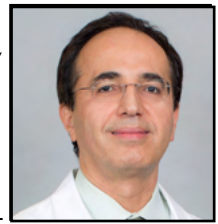
خط رویش موی طبیعی، تراکم بالای مو، کیفیت عالی (رویش موهای کاشته شده گارانتی می شود)



سایر خدمات:

- تزریق بیوتین
- PRP
- تزریق اگزوزوم
- تجویز داروهای
- مورد تأیید FDA
- برای تقویت رویش مو
- درمان نازک شدگی موها

با نازلترین قیمت، مشاوره رایگان با کادری مجرب



### عوامل ایجاد کننده آکنه یا جوش های صورت کدامند؟

دکتر علی سجادیان

دلایل متعددی از جمله فعالیت بیش از حد غدد چربی پوست، تولید بیش از حد سبوم، تحریک و رشد بیش از حد باکتری ها و مسدود شدن منافذ پوست / در ایجاد آکنه یا جوش های صورت نقش دارند و همین تعدد علل / درمان آکنه را دشوار می کند. شدت آکنه می تواند از فردی به فرد دیگر بسیار متفاوت باشد. برخی از افراد فقط هر ازگاهی دچار ظهور آکنه می شوند، در حالی که افراد دیگر به طور مداوم موارد شدیدتری از آکنه را نشان می دهند.

آکنه اغلب در نواحی حساس و قابل مشاهده بدن مانند صورت، گردن و پشت ظهور میکند و انواع مختلفی دارد. هیچ راه حل یا درمان واحدی برای همه انواع آکنه وجود ندارد. پوست شما ممکن است بیشتر مستعد انواع خاصی از جوش ها باشد و آکنه بزرگسالان ممکن است به همه گزینه های درمانی واکنش نشان ندهد. گزینه های درمانی زیادی در دسترس هستند، اما انتخاب درمان مناسب که برای شما مفید باشد، می تواند دشوار باشد و نیازمند مشاوره با متخصص است.

بهترین درمان آکنه چه می تواند باشد؟ یافتن روشی برای کنترل آکنه بزرگسالان می تواند اعتماد به نفس را افزایش داده و به کاهش خطر عوارض واسکارهای مربوط به آکنه کمک کند. مهمترین چیز این است که به دنبال یک راه حل طولانی مدت و پایدار باشید، اما باید در مورد عوارض جانبی درمان و سایر عوامل نیز فکر کنید. درمان جدید لیزری با نام لیزر آویکلیر Aviclear Laser بدون ایجاد عوارض جانبی بر روی پوست شما نتایج طولانی مدتی را ارائه می دهد.

### درمان های استاندارد آکنه چیست؟

داروهای خوراکی و موضعی که معمولاً تجویز می شوند و همچنین تغییرات خاص در شیوه زندگی، درمان های استاندارد آکنه را تشکیل می دهند. درمان های موضعی از جمله بنزوئیل پراکسید، رتینوئیدها و آنتی بیوتیک ها می توانند به حذف باکتری های عامل آکنه، کاهش تحریک و باز کردن منافذ کمک کنند. برای اشکال شدیدتر آکنه، داروهای خوراکی مانند آنتی بیوتیک ها و درمان های هورمونی ممکن است توصیه شود.

### چه چیزی لیزر آویکلیر را از سایر درمان های آکنه متمایز می کند؟

برخلاف سایر درمان های آکنه، این درمان روی علت اصلی جوش های آکنه تمرکز دارد؛ یعنی

غدد چربی پوست شما. این درمان برای همه انواع پوست مناسب است، کمترین عوارض جانبی دارد و عملاً نیاز به هیچ استراحت بعد از لیزر هم ندارد.

### آکوتان

داروی تجویزی آکوتان برای درمان موارد شدید آکنه و پس از شکست سایر درمان ها مانند لوسیون های بنزوئیل پراکسید یا آنتی بیوتیک ها استفاده می شود. این دارو به منظور جلوگیری از التهاب و ایجاد باکتری در منافذ پوست، تولید سبوم را کاهش می دهد. با گذشت زمان، به دلیل تحلیل رفتن غدد چربی / جوش های کمتری بر پوست خواهد آمد. با این حال، به دلیل عوارض جانبی مضر آن، مانند خشکی دائمی لب ها و چشم ها، خونریزی بینی، درد مفاصل، افسردگی،

همانطور که ذکر شد آکوتان عوارض جانبی شامل تحریک پذیری، خشکی پوست، افسردگی و حتی (به ندرت) افکار خودکشی دارد. همزمان پزشک شما باید آزمایش خون منظم را تجویز کند تا مطمئن شود که سطح آنزیم کبد و تری گلیسیرید خون شما تحت تأثیر نامطلوب قرار نگرفته است.

از سوی دیگر، افرادی که به دنبال یک درمان غیرتجمعی هستند که به طور خاص غدد چربی را هدف قرار می دهد، لیزر آویکلیر را به دلیل غیرتجمعی بودن، اثربخشی و عدم وجود عوارض جانبی سیستمیک بالقوه ترجیح میدهند. لیزر آویکلیر میتواند در طولانی مدت به همان اندازه آکوتان موفق باشد بدون اینکه عوارض شدید آکوتان را به بیمار تحمیل کند.



### خلاصه

بسیاری از کسانی که از آکنه بزرگسالان رنج می برند احتمالاً درمان های بالقوه متعددی را بدون موفقیت امتحان کرده اند. شما می توانید با همکاری با یک تیم آگاه از متخصصان ما تشخیص خوبی داشته باشید و یک برنامه درمانی کامل و مناسبی برای پوست خود دریافت کنید. کارشناسان ما می توانند به شما کمک کنند تا یاد بگیرید چگونه با آکنه پوست خود رفتار کنید و چهره ای شاداب و پوستی تمیز داشته باشید، خواه لیزر آویکلیر بهترین انتخاب برای آکنه شما باشد یا نه.

آسیب کبدی یا نقص مادرزادی در صورت مصرف در دوران بارداری یا شیردهی، این دارو فقط باید تحت نظارت دقیق مصرف شود تا با بررسی مزایا و خطرات احتمالی این دارو در مورد آن تصمیم گیری شود.

### لیزر آویکلیر در مقایسه آکوتان

آکوتان نوعی درمان بسیار تهاجمی تری از لیزر آویکلیر است. با توجه به اینکه مصرف آکوتان میتواند عوارض جانبی فراوانی به بیماران تحمیل کند، اکثر متخصصان پوست به بیماران توصیه می کنند که آن را تنها به عنوان آخرین گزینه مصرف کنند.





# **R**ED HOT PROPERTIES *BUSINESS SALES*

**“Sam”  
Siavosh Ardalan  
Certified Business Broker**

*Experience Does Count*  
DRE Licence# 01067058 Since 1991

# **We Sell Your Business**

**Retail. Service. Manufacturing. Doctors. Online**



**[www.CABusinessBroker.com](http://www.CABusinessBroker.com)**



**[Siavosh.Ardalan@yahoo.com](mailto:Siavosh.Ardalan@yahoo.com)**



**(714) 858 - 0507**



**NATIONAL  
ASSOCIATION of  
REALTORS®**



**California Association  
of Business Brokers**

**IBBA** INTERNATIONAL  
BUSINESS BROKERS  
ASSOCIATION, INC.®

نیمی از دانشجویان از دایره انتخاب خارج می شدند. قدم بعدی انتخاب برای یافتن فردی با دست خط



دانشجویان دارندگان آن جزوات خوش خط و مرتب شناسایی می شدند که در آخر ترم از آنها خواسته شود که جزوه شان را قرض بگیرم. البته عامل دیگر برای این انتخاب، خود آن دختران دانشجو بود که هر خوشگل تر، مسلماً با اولویت بالاتر، که انگیزه بیشتری برای دیدن دست خط آن نویسندگان زیبا رو بود و تشویقی هم برای درس خواندن بیشتر. خودمان خبر نداشتیم که از اول مهندس بودیم که گفته اند برای مهندسين بن بستی وجود ندارد آنان یا راهی خواهند یافت یا راهی خواهند ساخت و این راهی بود که من ساختم.

بهرتر بود. معمولاً در درس دانشگاهی یک آنترکت یا استراحتی در میان درس وجود داشت که دانش آموزان دفاتر خود را به صورت باز رها می کردند و به بیرون کلاس می رفتند تا استراحتی کرده و

نفسی تازه کرده و به کلاس برگردند. این فرصتی بود که من به داخل کلاس رفته و با نگاهی به جزوه های دختران، خوش خط ترین آنان را انتخاب



### نوستالژی

میلی عاطفی و احساسی گرم نسبت به گذشته که علت اصلی آن دلنگی شدید برای زادگاه است.


یادداشتی از مشتاق فروهر

یکی از مصایب و مشکلاتی که در دوران تحصیل گریبان گیر دانش جویان بوده و هست جزوه نویسی است که چون کابوسی هولناک برخی از نوجوانان و جوانان را در مدرسه و دانشگاه آزار می دهد. ولی برای برخی دیگر دلگرم کننده، چرا که چهارچوب طرح سوالات امتحانی را مشخص می کند. علی ایها الحال شخص بنده همیشه از گروه اول شمرده می شدم و رنج کش یادداشت نویسی مرگ آور جزوه نویسی. اما از آنجا که هر دردی را دوا بی هست، نهایتاً به راه حلی رسیدم که بی هیچ رنج و محنتی به این هدف دست یابم. گرفتن یک کپی از یک جزوه بنویس قهار راه حل مشکل بود. اما چگونه می توانستم بدانم آن کیست که گفته های استاد را مو به مو و دقیق می نویسد؟ آیا می توانستم از تک تک همه دانشجویان بخواهم که جزوه شان را به من قرض دهند. نه، ممکن نبود. اما حقیقتی وجود دارد و آن اینکه به صورت پیش فرض دختران بهتر از پسران جزوه می نویسند. پس



**سحر راستی**  
متخصص وام مسکن  
در لاس وگاس و کالیفرنیا  
(702) 449 - 5155  
Sahar@meritlending.com  
NMLS# 1520648



**Buy a house now, pay less the first 2 years!**  
A lower interest rate may be possible! 



**کلیسای ایرانیان شادی**  
در شهر ارواین / خیابان کالور  
هر یکشنبه 4 - 6 بعدازظهر

(949) 444 - 8934

(949) 482 - 8119

Joy Persian Church  
18422 Culver Dr,  
Irvine, CA 92612

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



Beheshti Accounting, INC.  
Tax & Accounting Services

علی بهشتی

**Enrolled Agent**

( Admitted to unlimited Practice Before IRS )

Authorized IRS e-File Provider

Authorized Payroll Reporting Agent

Registered Corporate Agent

Certified Quickbooks ProAdvisor

کلیه امور حسابداری و مالیاتی شامل :

تهیه اظهار نامه مالیاتی اشخاص و شرکتها  
حسابداری - تهیه و تجزیه و تحلیل صورتهای مالی  
حقوق و دستمزد  
مالیات خرید و فروش  
ثبت شرکت

تخفیف ویژه دانشجویان و افراد کم درآمد  
تخفیف ویژه افراد دیسبل و معلولین

OC County **(949) 383-7426**

LA County **(818) 639-2334**

Fax: **(949) 281-0031**



✉ taxaccoc@gmail.com

www.Beheshtiaccounting.com

📷 @beheshti\_accounting



۸۶. دیو و دلبر: Beauty and the Beast  
کارگردان: کرک وایز، گری تروسدیل، صدایشگان: پیج اوهارا، رای بی نسن، امتیاز متاکریتیک: ۹۵ از ۱۰۰ سال ساخت: ۱۹۹۱

انیمیشنی که نامزد دریافت جایزه‌ی اسکار بهترین فیلم هم بود و در نهایت اسکارهای مربوط به موسیقی را به خانه برد. این اولین بار بود که یک انیمیشن نامزد دریافت اسکار بهترین فیلم می‌شد. به لحاظ بصری پر از رنگ و نور و شگفت‌انگیز است و داستانش هم الهام گرفته از داستانی قدیمی است. شاهزاده‌ای جادو شده و به شکل دیو درآمده و عمرش به گل سرخی بستگی دارد که آن را در یک شیشه نگهداری می‌کند. دختر جوان کتابخوانی به نام بل به خاطر پدرش راهش به قصر دیو می‌افتد و اسیر او می‌شود اما کم‌کم دختر در دل دیو راه پیدا می‌کند. این وسط مردی به نام گاستون هم وجود

دارد که عاشق بل است و از دیو متنفر.

۸۷. ارباب حلقه‌ها: بازگشت پادشاه

The Lord of the Rings: The Return of the King  
کارگردان: پیتر جکسون، بازیگران: الیجا وود، اورلاندو بلوم، ایان مک‌کلن، امتیاز متاکریتیک: ۹۲ از ۱۰۰، ال ساخت: ۲۰۰۳

یکی از رای‌دهندگان نظرسنجی که «ارباب حلقه‌ها: بازگشت پادشاه» در فهرست بهترین‌هایش بود بالای ۱۰۰ سال داشت!

سفر فرودو بگینز و سام بالاخره به آخر می‌رسد اما در مسیر نابودی حلقه اتفاقات زیادی می‌افتد.

فیلم یکی از رکوردهای اسکار را ثبت کرد. در یازده رشته نامزد شد و در هر رشته‌ای که نامزد بود توانست جایزه‌ی اسکار را به خانه ببرد و حتی در یک رشته هم رقابت را واگذار نکرد. این فیلم به اذعان همه یکی از تاثیرگذارترین فیلم‌های تاریخ سینماست.

۸۸. میلیونر زاغه‌نشین: Slumdog Millionaire

کارگردان: دنی بویل، بازیگران: دو پاتل، فریدا پینتو  
امتیاز متاکریتیک: ۸۴ از ۱۰۰، سال ساخت: ۲۰۰۸  
فیلم بلافاصله بعد از این که مهم‌ترین جوایز اسکار را از آن خودش کرد وارد شبکه‌ی نمایش خانگی شد. داستان نوجوانی اهل بمبئی که در نسخه‌ی هندی

مسابقه‌ی «چه کسی می‌خواهد میلیونر شود؟» شرکت می‌کند و فقط یک سوال با جایزه‌ی بزرگ ۲۰ میلیون دلاری فاصله دارد. اما پیش از آن توسط پلیس دستگیر و شکنجه می‌شود چون فکر می‌کنند که او تقلب کرده است. فلاش‌بک‌هایی می‌خورد که متوجه می‌شویم جمال جواب سوالات را از کجا می‌داند.

۸۹. شجاع‌دل: Braveheart

کارگردان: مل گیسون، بازیگران: مل گیسون، سوفی مورسو، امتیاز متاکریتیک: ۶۸ از ۱۰۰، سال ساخت: ۱۹۹۵  
دیالوگ معروف: همه‌ی مردان می‌میرند ولی همه‌ی مردان واقعا زندگی نمی‌کنند.

مل گیسون دوست نداشت که نقش اول فیلم را خودش بازی کند. فکر می‌کرد که برای این نقش زیادی پیر است. اما کمپانی پارامونت حاضر نشد بدون حضور او جلوی دوربین فیلم را تهیه کند.

ویلیام والاس اسکاتلندی در قرن سیزدهم زندگی می‌کرد. زمانی که انگلیسی‌ها به واسطه‌ی مردن پادشاهان اسکاتلند در ازای کمک به آن‌ها تصمیم به سلطه بر سرزمین‌هایشان گرفتند. والاس از انگلیسی‌ها متنفر بود و وقتی نامزدش به دست آن‌ها کشته می‌شود نفرتش بیشتر می‌شود و تصمیم می‌گیرد انقلابی علیه آن‌ها به پا کند.



## Full Service Remodeling

Flooring & General Building Contractor Lic# 1069549  
4000 sqft Showroom, 35 years of experience Residential & Commercial

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



انجام کلیه امور فروش و نصب و ریمادل کردن در محل مسکونی و تجاری زیر نظر فلورینگ و جنرال کانترکت با ۳۵ سال تجربه کاری به همراه بهترین سرویس و قیمت در خدمت شما

عرضه کننده بهترین محصولات و مارک‌های شناخته شده شامل: چوب، موکت، لمینت، لاکچری و اینال ضد آب، کانترتاپ، ماربل، تایل، کابینت، درب، پنجره و سنگ نما و غیره

برای سرویس کامل در نو سازی آشپزخانه، دستشویی، حمام و کف پوش با ما تماس بگیرید و از وام بدون بهره ۱۲ ماهه بهره مند شوید.

● Carpet ● Luxury Vinyl Plank ● Hardwood ● Laminate  
● Stone & Tile ● Kitchen & Bath ● Painting ● Remodeling  
● Custom Stairs ● Windows ● Doors ● Cabinet

949.328.9390

جنب میشن رنج مارکت

www.afcRemodeling.com

# دکتر فرنوش طینوش

متخصصی 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

- 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

**قبول اکثر بیمه های درمانی**

**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>**



عمر

سودابه فرضی پور

کارگر باربری، باریکه‌ی موکت را پهن می‌کند روی زمین و جعبه‌جعبه می‌چیند رویش. بعد دو سر موکت را می‌چسباند به هم، زیر بار زانو می‌زند و کولش می‌گیرد. هر بار، کمی طول می‌کشد که صاف شود و قدم اول را بردارد، اما بعد سرعت می‌گیرد. باید پنج طبقه برود پایین، یک نفس. دوباره که می‌خواهد بارها را بچیند روی موکت، می‌گوید: «جعبه‌های کتاب سنگین، یکی یکی ببر.» می‌گوید: «کارمه خانوم...» و طوری می‌گوید که انگار بگوید تخصصمه! نگاه من را که می‌بیند اضافه می‌کند: «بیست سالمه، ده سال از عمرم توی راهپله‌ها گذشته.» حرفش درد می‌شود، می‌پیچد توی استخوان‌هایم. به همه‌ی بیست‌ساله‌هایی که می‌شناسم فکر می‌کنم، به دغدغه‌ها و رویاها و خیال‌هایشان. به عمری که آن‌ها پیش رو دارند و به عمر رفته‌ای که این جوان از آن حرف می‌زند. فکر میکنم بیست‌سالگی زود نیست برای حسرت عمر رفته؟

می‌خواهم ببوسم تاکی؟ می‌خواهم بگویم یک کار دیگر پیدا کن. می‌خواهم سفارش کنم به جاش کاسی کن. ولی لال می‌شوم. لابد خودش بهتر از من می‌داند که این تن، تا همیشه جوان و ساق و سلامت نمی‌ماند، لابد سرمایه‌ی کاسی ندارد و هزار لابد دیگر. یاد بچگی‌ها می‌افتم، یاد مامان که همیشه یک «به‌جاش» به‌جا داشت: می‌گفتم: مامان دلم کباب می‌خواد. می‌گفت: به‌جاش یه کوکو درست می‌کنم انگشت‌ها تو بخوری. می‌گفتم: مامان مداد صورتی‌م تموم شده. می‌گفت: به‌جاش با مداد قرمزت یواش رنگ کن. می‌گفتم: مامان ریاضی هجده شدم. می‌گفت: به‌جاش دیکته رویست بگیر. بامامان همه چیز راه حل داشت. همه چیز جایگزین داشت. مادرا نه به جوان نگاه می‌کنم که حالا دارد زیر ماشین لباسشویی استخوان خرد می‌کند. دلم می‌خواهد راه‌حلی داشته باشم، حرفی، کاری، چیزی که بتواند کارش را راحت‌تر کند، جیبش را پُرتر کند، بتواند برایش کاری جور کند که بشود دوستش داشت، بشود به آینده‌اش امیدوار بود، کاری به جز اینکه از ده‌سالگی شروع به پیر شدن کنی. هیچ چیز به ذهنم نمی‌رسد. دنیا را کوفت برداشته، دردها درمان ندارند، مشکلات راهی به حل شدن

ندارند و دست‌هایمان کوتاه است. «به‌جاش» برایش شربت درست می‌کنم. همین! ♦♦♦♦♦ تمام عمر تمرین پوست کلفت شدن کرده‌ایم. تمام عمر مشق کرده‌ایم که دردمان نیاید؛ بغضمان نگیرد؛ دلمان نسوزد. تاکتیک زندگی در اینجا و اکنون این است: آستانه تحملت را بالا ببر! نازک‌نازنجیها زیاد صدمه می‌خورند، دل‌نازک‌ها همیشه از چیزی دل‌چربینند، زود کبودشوها! همیشه از ضربه‌ای که ناغافل فرود آمده، کبودند. «کرگدن شدن» انتخاب ماست. ولی در کنارش داریم یک چیز مهم را این وسط از دست می‌دهیم، می‌بازیم و به باد می‌دهیم. ما کرگدن‌های عبوس سنگی، کلی زور زده‌ایم دیر غمگین شویم، کم درد بکشیم، به ندرت بغض کنیم... اما حالا کم هم شاد می‌شویم، دیر دل می‌بندیم، به ندرت از ته دل می‌خندیم. بس که احساسمان را آگاهانه انگولک کرده‌ایم، بس که ور رفته‌ایم به درونمان، کم‌کم بادمان رفته گاهی هم باید احساساتی شویم؛ گاهی هم حق داریم که احساساتی شویم. حالا دیگر پوست دلمان کلفت شده؛ مدار احساساتمان نیم‌سوز شده! این پوست کلفت چرمی فقط عایق غم نیست، شادی را هم نمی‌دهد دیگر.

زندگی صحنه یکنای هنرمندی ماست

هرکسی نغمه خود خواند و از صحنه رود

صحنه پیوسته بجاست، خرم آن نغمه که مردم بپارند به یاد

## Shahrazad Vocal Academy

## آکادمی آواز شهرزاد

## آواز کلاسیک و صداسازی: ✓

- حضوری و آنلاین
- فردی و گروهی
- از مبتدی تا پیشرفته

## دوره‌های: ✓

- صداسازی
- اپرا
- پاپ اپرا
- پاپ

تست صدا و مشاوره رایگان برای انتخاب دوره مناسب  
تخفیف ویژه ده درصدی برای دوره‌های سه ماهه

خواننده اپرا، شهرزاد توکل

(949)274-1396

فروش موفق بیش از نیم بلیون دلار در تمامی نقاط کالیفرنیا جنوبی  
تنها کمپانی تمام ایرانی برای خدمات وام، خرید و فروش  
در خدمت هموطنان عزیز

# مشاورین املاک و امور وام



## Off-Market

1) Mission Viejo SFR, Built in 2023, 1 Story, 4Bed, 3.5Bath, 2042sqft \$1,450,000



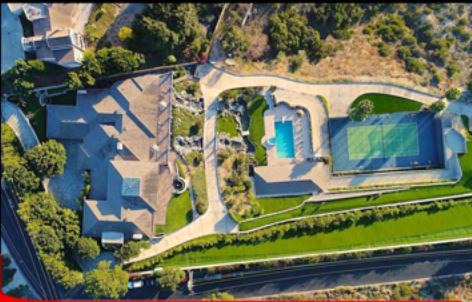
## Bank Owned

2) Tustin, Single Family, 4Bed, 3Bath, 3142sqft on 10125 sqft Lot, 3 Car Garage \$1,341,000



## New Listing

3) Fresno, 4 Plex , Each Unit has 1 Bed, 1 Bath, Great Investment \$475,000



## Bank Owned

4) San Diego, 8Bed, 12 Baths, 15,000sqft on 90,000sqft Lot, with amazing view and lot more. \$4,495,000



## Brand New

5) Menifee, Great Area For Investment, SFR, 3Bed, 2.5Bath, 2021sqft plus Bonus Room \$490,000



## REO

6) Corona, SFR, 5Bed, 3Bath, 2526 sqft on 7405 Lot \$791,000

برای فروش سریع با بالاترین قیمت، برای خرید خانه بهتر یا برای گرفتن وام،  
و یا گرفتن **لیست املاک بانکی و شورتسل** با تیم مجرب ما تماس بگیرید.



BINESH REALTY

(949)222-0234

www.BineshRealty.com

f BineshRealtyGroup

@BineshRealty



کتی بینش

Cathrin Elliye Binesh  
Real Estate and Mortgage Broker  
CAL RE# 01708409-NMLS# 318343

پیام نیک بینش

Nick Payam Binesh  
Real Estate and Mortgage Broker  
CAL RE# 01708370 NMLS# 318207

ارائه وام مسکن با  
بیش از ۱۸ سال تجربه

- ✓ No Tax Return and Stated Income Loans.
- ✓ FHA, Conventional, VA and Reverse Mortgage.
- ✓ Bank Statements, Investment and Hard Money Loans.
- ✓ 100% Financing for First Time Buyers.

# دکتر نوین صاحب تالار پذیرایی کارمل

بازگشایی تالار خانوادگی کارمل واقع در لیک فارست کالیفرنیا با مالکیت بانو دکتر نوین کارمل، نویسنده، آهنگساز، خواننده، هنرپیشه و تهیه‌کننده شناخته شده، خبری خوب برای کسانی است که می‌خواهند آخر هفته‌های شاد و خاطره‌انگیز داشته باشند. بانو نوین کارمل با آغوش باز به جامعه ایرانیان جنوب کالیفرنیا خوش آمد می‌گوید و درهای تالار خانوادگی کارمل را هر جمعه و شنبه از ساعت هفت شب تا نیمه شب می‌گشاید. محلی که به سرعت به مرکز توجه جامعه ایرانیان تبدیل شده است.

بانو دکتر نوین کارمل با لبخندی گرم آماده پذیرایی از جشن‌ها و مراسم شما از عروسی‌ها گرفته تا جشن تولدها، جشن‌های فارغ‌التحصیلی و هر جشن دیگری است. در این شب‌ها، مهمانان می‌توانند تا دلشان بخواهد با موسیقی زنده ایرانی برقصند، از بلی دنس و غذاهای خوشمزه لذت ببرند و شادی کنند.





موزیک زنده، رقص، بلی دنس و پذیرایی در تالار کارمل

Every  
**FRIDAY AND  
SATURDAY**

**7** TO **12**  
**PM** **AM**



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

**949-273-3327**

24416 MUIRLANDS BLVD., LAKE FOREST, CA 92630

# کلینیک پوست و زیبایی اورنج کانتی OC Beauty Medspa

زیر نظر دکتر علی سجادیان

دارای ۳ بورد تخصصی در جراحی پلاستیک و زیبایی



## خدمات پوست و زیبایی شامل:

- تزریق بوتاکس
- تزریق فیلر
- لیزر رفع موهای زاید
- لیزرهای مدرن و دستگاههای جوانسازی پوست
- میکرونیدلینگ و PRP برای جوانسازی صورت
- درمان آکنه با پیشرفته ترین دستگاه لیزر
- پیکرتراشی و رفع چربی های شکمی و غب غب
- روشهای جدید لاغری
- دستگاه پروفاند برای لیفت صورت بدون جراحی

Before



Botox



Profound



Lipfiller



Microneedling

After



496 Old Newport Blvd #3, Newport Beach, CA 92663

[www.DrSajadian.com/Medspa](http://www.DrSajadian.com/Medspa)

(949) 515-0550



جراحان و متخصصین  
بیماری های پا  
در مرکز

ALL IN ONE  
FOOT CARE CENTER



دکتر فرشاد بطحایی

دکتر آرشیارو حیان

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



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

Odyssey Medical Center

22 Odyssey, #115

Irvine, CA 92618

Laguna Woods

24331 El Toro Road

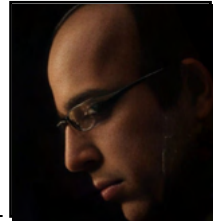
Suite 370

Laguna Woods, CA 92637

تلفن: (949) 588-8833

## دنبشته‌ها

حمید الهی



جهان به یکباره آباد نمی‌شود. اما به یک باره ویران می‌شود. ویرانی همیشه بیش از آن که مستلزم زمان باشد مستلزم نیرو است. اما ساختن مستلزم نیرو / برنامه / استمرار / زمان است. این قاعده‌ی به ظاهر بدیهی است. اما در عمل همین بدیهی ساده فراموش می‌شود. برساخته‌های فردی ما نسبتی طولانی با عمر و امتداد فردی ما در بستر تاریخی خودمان دارد. راهی برای عبور از ویرانی نیست جز یکپارچگی قطعات درونی و بیرونی نیروهای متناقض و سیال ماندن بر همین قطعات سخت دیرپاب.

فراموش می‌کنیم. روی چه لبه‌های از تاریکی رفته ایم و بیرون آمده ایم. فراموش می‌کنیم که یک یه یک آرزوهایمان روز به روز دور و رنگ پریده می‌شوند و آرزوهای دیگر جایشان را پر میکنند. فراموش می‌کنیم. روزهایی را که هنوز بی آن که شکل چیزی را بدانیم توی آن شیرجه می‌زدیم. فراموش می‌کنیم چون فراموش کردن را بهتر از هر چیزی

یافته ایم. همیشه فراموشی راه خوبی است. شاید بهترین راه برای این که دوباره قانون چرخش را از طبیعت به یاد بیاوریم. درختی تنها درون همه‌ی ما هر سال قطور تر می‌شود. درختی درست روییده در وسط سینه‌ی بلند آرزوهایمان. درختی که هیچ چیز را فراموش نمی‌کند. اما باز هم سبز می‌شود...

جهان مجاز جایی غریبی است هر آن در آن می‌توان بود بی آن که نیاز به جایی بودن داشته باشی. در جهان مجاز در واقع هیچ چیز اصیلی موجود نیست. همه چیز نمود است. بورخس روایتی دارد از ساکنان آینده‌ها که روزی از آینده‌ایشان خارج شدند تا جهان را بگیرند. اما اگر موفق می‌شدند سایه واقعی تر از واقعیت می‌شد. جهان مجاز امروز جهان بورخسی است که حقیقی شده است. واقعیتی ناگزیر.

توی زندگی یک جاهایی هست که بعضی کلمات سراغت می‌آیند. روی لبه‌ی آنها دست میکشی. چیزی به تو نمی‌دهند. برشان می‌داری و مثل انتخاب هندوانه دستی به پوستشان به ضرب می‌زنی تا ببینی رسیده اند یا نه. اما باز صدا هم کمکی نمی‌کند. بعد می‌نشینی و پاکت سر به مهر و موم شان را میگیری زیر آفتاب تا از درونشان با خبر شوی. باز نمی‌شود خواندشان. تا شب می‌شود و تو

خود را دهانه غاری عظیم درون آن کلمه می‌بینی که باید بروی داخل غار و راهی جز ورود به درون غار کلمات برای دیدن آنچه پشت آن است نیست. راهی که درست تو را می‌برد به عمق تاریکی. یا از آن بیرون می‌آیی و یا لمسشان میکنی و تازه درون خودت را می‌فهمی. درون کلمه را با این که هزار بار شنیده بودی درک میکنی. تنها این کلماتند که ارزش زندگی کردن را دارند. کلماتی که تو را به درون خودشان میبرند. اگر از این کلمات نداری... جای می‌لنگد... و اگر داری درون غارشان نمیروی... خودت می‌لنگی... اگر پیدایشان کردی و درونشان نرفتی زندگی نکرده‌ی... بی شک عشق یکی از این کلمات است...

چای نوشت: کهنه می‌شود. زیاد که می‌ماند روی دم قوری. می‌شود چیزی با خصلتی فرو رفته در طعمی غریب آشنا. کهنه دم تازه جوش. چیزی که غلظت رنگ و عطرش مثل غلظت تجربه زیسته ات از تلخی‌ها و شیرینی‌های یک آدم، یک زندگی، کهنه شده، غلیظ شده... حالا بلند شو. چای تازه دم کن آقا جان... زندگی، دانستگی، کهنگی چای و «غلظت تلخی» که همیشه مدام اند و مکرر پرمالال... حالا بلند شو. چای تازه دم کن خانم جان...

Serving Authentic Persian  
Food 11am to Midnight

Dizi

Del o Jigar

Kaleh patcheh

Kabobs

Ash Reshteh

and more

**DIVAN GRILL AND LOUNGE**

303 El Camino Real Tustin

714-725-7233

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

Serving Hookah from  
from 11am to 2am

**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  
WWW.KAVEHLAW.COM  
T: (951) 519-0911  
F: (949) 835 - 0581**

### **Locations:**

**Irvine:** 2102 Business Center Dr., Irvine, CA 92612  
**LA:** 145 S Spring St #850, Los Angeles, CA 90012  
**OC:** 1327 N Broadway, Santa Ana, CA 92706  
**South Bay:** 2916 W 164th St, Torrance, CA 90504  
**San Diego:** 591 Camino de la Reina #1020,  
San Diego, CA 92108

- **Auto Accident**
- **Uber/Lyft Accident**
- **Bicycle Accident**
- **Slip and Fall Accident**
- **Dog Bite**

- **تصادفات اتوموبیل**
- **تصادفات اوبر و لیفت**
- **تصادفات دوچرخه**
- **زمین خوردگی**
- **گاز گرفتگی حیوانات**



## صف نان

مهدی عزیزاده فخرآباد

شما را نمی‌دانم که آن سمت صف دارید یا نه؟ اما ما در اینجا هنوز صف نان داریم و حالا که مهاجرین افغانی هم به کشور ما اضافه شده‌اند برای جلوگیری از بعضی سو استفاده‌ها متأسفانه فقط به تعدادی به هر کسی نان می‌دهند. یعنی هر نفر نهایتاً ۱۵ عدد نان می‌تواند خریداری کند و این یعنی شما حداقل هر یک روز در میان باید یک ساعت در صف نانوایی که حالا بزرگتر و طولانی‌تر هم شده است سپری کنید. و از آن جایی که من یک انسان تبیل هستم چقدر این زمان برایم مشقت بار است. به خصوص که چون در یک ساختمان با مادرم و خواهرم زندگی می‌کنم و به اصطلاح مرد خانه هستم باید برای همه نان بخرم. پس هر روز کار من شده بود رفتن به نانوایی و خرید نان. حالا دیگر بقیه مشکلات بماند که یک روز دیر می‌رسیدم و نان نبود و یک روز غذا مثلاً آبگوشت بود و تمامی نان‌ها خورده می‌شد و به هر حال این شده بود یک معضل

که روی دوش من افتاده بود و هیچ راه فراری هم از آن موجود نبود.

مدتی پیش بود که برای خرید نان به نانوایی رفته بودم و ناگهان دیدم مردی آمد و حدود ۱۰۰ عدد نان گرفت و رفت. از نانوای که حالا دوست من بود پرسیدم: این همه نان را چطوری به این آقا دادی؟ مگر ممنوع نیست؟

و نانوای جواب داد: نه! این برای هیئت می‌خواهد! وقتی به خانه برگشتم ناگهان لامپی مثل ای کیو سان روی سر من روشن شد! چند روزی گذشت و من هیچی نگفتم. خیلی آسه آدم و آسه رفتم ولی یک روز به نانوایی رفتم و گفتم فردا ما هیئت داریم چند تا نان می‌توانی به ما بدهی؟ نانوای جواب داد: باید نامه داشته باشی! جواب دادم: ای بابا! خودت که بارها آمده‌ای و دیده‌ای که ما هیئت برگزار می‌کنیم. بعد هم این‌ها برای بچه‌های یتیم خیریه آبشار عاطفه‌هاست. صبحانه‌شان را من بر عهده گرفته‌ام. نانوای که حوصله پیگیری نداشت و اصلاً عقلش به این چیزها قد نمی‌داد پرسید: حالا چند تا می‌خواهی؟ با خودم فکر کردم ۲۰ تا برای خودم و ۲۰ تا برای مادرم و ۲۰ تا برای خواهرم. این‌ها می‌شود ۶۰ تا و تا یک هفته از آمدن به نانوایی معاف خواهم شد. پس جواب دادم: ۶۰

تا! فقط خواهشاً شب یادت نرود! بله و این شد که از آن تاریخ نانوایی بهترین نان‌ها را به ما می‌دهد و خودش می‌آورد درب منزل تحویل می‌دهد و ما از این دردسر بی‌نانی راحت شده‌ایم و تازه من در محله صاحب احترام هم شده‌ام و همه به من به عنوان یک خیر نگاه می‌کنم و تازه عباس آقای بقال هم شیر ما را به موقع می‌دهد و بقیه هم با ادب و احترام با من صحبت می‌کنند و چند روزی هم هست که به من می‌گویند حاج آقا! از تمام این‌ها گذشته نان هم کیفیت بالایی پیدا کرده است و من هر شب جمعه می‌روم و کارت می‌کشم و تا نان تمام می‌شود اهل منزل می‌دانند که نان توسط شاطر درب منزل تحویل داده خواهد شد. هر وقت هم به نانوایی می‌روم التماس دعا از دهان اهل محله نمی‌افتد و البته که عذاب وجدان دارم اما دیگر روزی یک ساعت علافی در صف نان و دعوی خانواده که نان نداریم و غصه نداشتن وقت ندارم و تازه خواب بعد از ظهر هم دارم. بله! هر چقدر می‌خواهید به من بد و بیراه بگویید ولی شما که جای من نیستید و نمی‌دانید این صف لغتی چقدر شلوغ است و چه دعوایی که در آن صف سر چند تا نان که از افغانی‌ها محروم کرده‌اند و دودش توی چشم ما رفته است نمی‌شود. پس لطفاً قضاوت نکنید و ناتان را تیلیت بفرمایید....



## Black Crown

REALTY | MANAGEMENT | LAW



Christopher M. Naghibi, Esq.

- Medical Malpractice
- امور جنایی
- تصادفات رانندگی
- زمین خوردگی
- حمله حیوانات

- ثبت شرکت‌ها
- دعاوی خانوادگی
- امور مهاجرت
- دعاوی قراردادهای
- مالی و ملکی

کمترین هزینه  
سریعترین خدمات  
مجربترین کارشناسان

- تراست
- انحصار وراثت
- ورشکستگی



دکتر الکس نقیبی

دکترای اقتصاد، مدیریت و حقوق  
پرفسور حقوق مدنی و جنایی

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

دفاتر حقوقی با همکاری وکلای با تجربه

949-583-7326

Fax: 949-583-7565

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

# یوگا درمانی برای همگان از طریق آنلاین و حضوری



## Mona Ness

Certified Yoga Therapist  
C\_IYAT, E-500 RYT  
with  
20 years of experience

- Chair Yoga class tailored for individuals with limited mobility, or past injuries

● یوگا روی صندلی برای کسانی که محدودیت های بدنی دارند و یا دچار صدمات جسمی شدند .



- Gentle Yoga class perfect for seniors or begginers. Elevate your well-being with us.

● تمرینات آرام و حرکات موزون بدن برای همه خصوصا بزرگسالان و سالمندان ، برای قوی سازی ذهن و بدن .



- Controlled breathing and relaxation to enhance your physical and mental health.

● تمرینات نفس کشیدن برای آرامش ذهن و رها کردن استرس



For a free 30-minute consultation contact Mona today

☎ 1-949-278-3695

🌐 [www.YogaWithMona.com](http://www.YogaWithMona.com)

✉ [info@YogaWithMona.com](mailto:info@YogaWithMona.com)

📷 [YogaWithMona](https://www.instagram.com/YogaWithMona)

👉  
Scan me





برگی از گلستان

باب سوم در فضیلت قناعت،  
حکایت هجدهم

هرگز از دور زمان ننالیده بودم و روی از گردش آسمان در هم نکشیده، مگر وقتی که پایم برهنه مانده بود و استطاعت پای پوشی نداشتم. به جامع کوفه در آمدم دلتنگ، یکی را دیدم که پای نداشت. سپاس نعمت حق به جای آوردم و بر بی کفشی صبر کردم. مرغ بریان به چشم مردم سیر کمتر از برگ تره بر خوان است

همی رفت و می‌گفت:  
ز قدر و شوکت سلطان نگشت چیزی کم  
از التفات به مهمانسرای دهقانی  
کلاه گوشه دهقان به آفتاب رسید  
که سایه بر سرش انداخت چون تو سلطانی  
ملوک: پادشاهان.  
خاصان: محرمان، مقربان.  
عمارت: « بنا، بتای عالی.  
التجا: پناه بردن، پناهنده شدن، پناه گرفتن.  
خیمه: چادر، خیمه زدن: برپا کردن خیمه  
حضری: کسی که در شهر زندگی می‌کند؛  
شهر نشین.  
مطبوع: چیزی که باب طبع انسان باشد. پسندیده،  
خوب، خوشایند.  
خلعت: جامه دوخته که از طرف شخص بزرگ  
به عنوان جایزه یا انعام به کسی داده شود.  
هدیه، پاداش.  
رکاب: حلقه فلزی که به زین اسب آویزان می‌کنند  
و هنگام سوار شدن پا در آن می‌گذارند.  
شوکت: قوه و قدرت، جاه، مرتبه. بزرگواری.  
التفات: به سوی کسی نگرستن. توجه کردن.  
توجه و لطف داشتن به کسی.  
مهمانسرای: مهمانخانه، مسافرخانه، مهمانپذیر.  
گوشه: کنج، لبه.

و آن که را دستگاه و قوت نیست  
شلغم پخته مرغ بریان است  
نالیدن: زاریدن. با آواز بیان اندوه خویش کردن.  
استطاعت: توانایی داشتن؛ توانستن. سرمایه داشتن  
بریان: برشته؛ کباب شده.  
خوان: سفره یا طبقی برای گذاشتن غذا روی آن.  
دستگاه: تکیه گاه

### حکایت نوزدهم

یکی از ملوک با تنی چند خاصان در شکارگاهی  
به زمستان از عمارت دور افتادند، تا شب در آمد  
خانه دهقانی دیدند.  
ملک گفت: شب آنجا رویم تا زحمت سرما  
نباشد.  
یکی از وزرا گفت: لایق قدر پادشاه نیست به  
خانه دهقانی التجا کردن، هم اینجا خیمه  
زنیم و آتش کنیم.  
دهقان را خبر شد. ما حضری ترتیب کرد و پیش  
آورد و زمین ببوسید و گفت: قدر بلند سلطان  
نازل نشدی ولیکن نخواستند که قدر دهقان بلند  
گردد.  
سلطان را سخن گفتن او مطبوع آمد. شبانگاه به  
منزل او نقل کردند. بامدادانش خلعت و نعمت  
فرمود. شنیدندش که قدمی چند در رکاب سلطان



تست شنوایی رایگان

برای خرید  
سمعک ۵۰٪ تخفیف ویژه



آیا صدای تلویزیون خود را بالا می‌برید؟

آیا از دیگران می‌خواهید که حرف‌هایشان را تکرار کنند؟

ما با استفاده از آخرین مدل‌های سمعک شنوایی شما را تضمین می‌کنیم

قبول اکثر بیمه‌های درمانی

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

United Healthcare, Epic Hearing Care Solutions,

مشاوره رایگان برای تشخیص مناسب‌ترین 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





# تصادفات ACCIDENTS



جام طلایی حسن‌لو



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 حسن‌لو

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

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

(818) 4.000.000



### ضرب المثل های فارسی

### کمی بخندیم



- بازبان خوش مار را از سوراخ بیرون می کشد: باچرب زبانی کارهای خویش را پیش می برد.
- بزک نمیر بهار میاد. خربزه با خیار می یاد: به کسی و عده های دور و رازدادن.
- بادمجان بم آفت نداره: مقاومت داشتن در برابر سختی ها.
- با یک گل بهار نمیشه: با یک شخص در دستکار دنیا درست نمی شود.
- بایه من غسل هم نمی شود خوردش: بد اخلاق بودن
- به دعای گریه ی سیاه ، بارون نمی باره: خشم خدا نسبت به افراد بدکار.
- برای لای جزر دیوار خوبه: خیلی بی مصرف است.
- با یک تیر و دو نشون زدن: با انجام یک کار به چند نتیجه عالی رسیدن.
- باد آورده را باد می برد: هر چیزی که آسان بدست می آید آسان هم از دست می رود.
- به در گفت دیوار بشنوه: غیر مستقیم حرف زدن.
- باهر دست که دادی پس می گیری. پاداش حتمی در مقابل هر خوبی.
- بزرگی به عقل است نه به سال. در تقابل بین کارها و سخنان خردمندانه ی خردسال با سخنان و کارهای نابخردانه ی بزرگسال گفته می شود.
- برای همه مادر است برای من زن بابا: با همه مهربان است با من نا مهربان است.
- با ماه نشینی ، ماه شوی ، با دیگ نشینی سیاه شوی: در تأثیر همنشینی گویند ، یعنی در اثر همنشینی با بدن، بد می شوی و با نیکان نیک.

- طرف گاو داری میزنه. مامور بهداشت میاد میگه: به گاوات چی میدی میگه: آت اشغال. مامور کلی جرمش میکنه. ساله بعد میاد میگه به گاوات چی میدی؟ میگه: جوجه کباب پیتزا. باز یارو جرمش میکنه. سال بعد میاد میگه به گاوات چی میدی؟ میگه: داداچ هر روز صبح بهشون ۱۰۰۰ تومن میدم، هر چی دوست دارند بخورند بخورند.
- با نامزدم رفتیم به بابا بزرگم معرفیتم کنم گفتم بابا بزرگ ایشون نامزدمه گفت ای خاک تو سرت با این سلیقت بدبخت، گفتم بابا بزرگ خیلیم خوشگله چشمه مگه گفت با تو نبودم با دختره بودم.
- لباسشویی خونه ما خیلی پیشرفته است کار نداره چه رنگی بهش تحویل دادی نگاه میکنه چه رنگی بهت میاد همون رنگی رو بهت تحویل میده
- تو تا کسی نشسته بودیم یارو داشت سیگار میکشید. بهش گفتم: هیچ میدونی ۳۰ درصد ضررش به تو میرسه ۷۰ درصدش به من گفت: خب بیا تو بکش. تا حالا تو عمرم اینجوری قانع نشده بودم.
- عاشق فرهنگستان زبان و ادب فارسی ام میدونید چرا؟ معادل فارسی ایمیل رو گذاشتن پست الکترونیک درحالی که نه پست فارسیه و نه الکترونیک.
- پسره میگفت: مادرمو بردم دکتر ریه... تا نشست دکنتره گفت مادر قلیون میکشی؟ مادرم گفت: نه دستت درد نکنه تازه کشیدم اومدم.
- قاضی: «چرا دستت را در جیب این آقا کردی؟» متهم: «جناب قاضی! خیال کردم جیب خودم است.» قاضی: «پس چرا پول هایش را برداشتی؟» متهم: «یعنی می فرمایید اختیار جیب خودم را هم ندارم!»
- دانشمندان و روانشناسان به این نتیجه رسیده اند که بهترین سن برای تفاهم کامل بین زن و مرد، سن ۸۵ سالگی است؛ میدانید چرا؟! چون در آن سن، نه مرد میشنود و نه زن.

## LEMON LAW

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،  
برای ارزیابی رایگان (Farsi and English) جهت ارزیابی پرونده خود با این دفتر تماس بگیرید.

این دفتر جهت باز خرید / تعویض اتومبیل مدل (2013-2024) شما توسط شرکت سازنده و یا دریافت خسارت نقدی از آن شرکت، اقدام خواهد کرد.

Free of charge to you. Car maker pays us!



پویان بهلول

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال آمریکا



(310)525-5116



12100 Wilshire Blvd., Suite 800,  
Los Angeles, CA 90025

# 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.**





### کپکشان گفتار

خاله من به نوعی از موج اول فمینیست‌های بعد انقلاب ایران بود.

انصافا آدم باهوش و موفق بود، از نظر سنی زودتر از همه رفت دانشگاه و زودتر از همه استخدام به اداره دولتی شد و انقد از خودش پشت کار نشون داد و خوب کار کرد که به سرعت تبدیل به مدیر اون بخش شد.

ولی از اونجایی که این موجهای فمینیستی هیچوقت تعادل ندارند و رنگ جهالت میگیرند اینم افتاد توی این بازی‌هایی که من جنس برتر هستم و نباید با چیزهای مسخره‌ای مثل ازدواج خودم رو محدود کنم ...

ولی از اونجایی که خانواده مذهبی‌ای داشت فشار روش بود که ازدواج کنه. اینم میگفت قبول من ازدواج میکنم ولی با شرایط خودم. انصافا خواستگار هم زیاد داشت چون هم موفق بود، هم خوش بر و رو و باهوش. هر مردی میبومد بهش میگفت من آزادی کامل می‌خوام و پول خودم مال خودمه و پول تو هم مال منه و بچه داری ... به من ربطی نداره و کار خونه هم نمیکم ...

حتی میگفت من حق دارم هر جا و با هر کس میخوام بگردم ولی تو باید بالای سر زندگیت باشی ...

خلاصه از این چیزایی که امروز از مذهبی و غیرمذهبی میشنوم. خلاصه اینکه هیچوقت به خواستگاری به جلسه دوم نکشید و اینم همیشه با افتخار میگفت دلیلش اینه که مردها از دخترهای موفق میترسن! چند وقتی گذشت و سنش دیگه خیلی بالا رفته بود، حقیقتا دیگه هم خواستگار نداشت، دختری که به روزی پاشنه در خونش رو میکندن حالا حتی یکی رو نداشت که باهاش بیرون بره.

حقیقتا چندباری که دیدم حالش خیلی بد شد و حتی کسی نبود به دادش برسه ببرتش بیمارستان دلم براش خیلی سوخت.

همیشه از بی کسی و بدبختیش می‌نالید و از اینکه اگه

یه روزی بمیره هیچکس نیست جنازش رو جمع کنه. آخرشم اون دختری که با پسر شاه فالوده نمیخورد رفت

زن به مرد بیوه (!) دیپلمه شد که بازنشسته راه آهن بود.

مرده انقد داغون بود که حتی اوراقی‌های شوش قبولش نمیکردن اینم از بدبختی و بی کسبیش بود.

آخر هر افراطی همیشه به تقریبه. ازدواج کردن هیچوقت به معنای موفقیت نیست، ولی اینکه به خاطر به توهم اینطوری زندگی کنی به نظرم قطعاً

اسمش شکسته. ماها فکر میکنیم اگه توی کار یا تحصیل موفق شدیم نیازی به ازدواج نداریم، در صورتی

که ازدواج قسمتی از مسیر تکامل ماست. همه‌ی روانشناس‌های بزرگ که نظریه عمر دارن ازدواج رو بخشی از مسیر بلوغ و عقلانیت میدونن که ادامه مسیر بلوغ فکری بدون این بخش ممکن نیست. لذا اگه کسی به هر دلیلی گفت ازدواج چیز مسخره‌ای هست و باید ارزش دوری کرد باهاش بحث نکنید، برای این آدم هنوز زوده، حتی اگه ۷۰ سالش باشه.



مردی که امروز سوار ماشینش شدم یک امریکایی سفیدپوست ۳۵ ساله بود که درست و شمرده مثل تحصیلکرده‌ها حرف میزد، یک دختر ۱۳ ساله از یک رابطه ناموفق داشت. دخترش پیشش زندگی میکرد و سعی میکرد براش بهترین پدر باشه میگفت تنها چیزی که هیچ عقوبتی نباید برای بچه داشته باشه راستگوییشه.

میگفت من خیلی اشتباهات در زندگی کردم ولی الان وقتشه که تمام وقت و انرژی رو بذارم برای دخترم که آینده‌ش رو بسازم، بذره‌های خوب تو مغزش بکارم که موفق بشه. من به اندازه‌ی کافی قبل از بچه م پارتی و عشق و حال کردم، مادرش اهل پارتیه که از نظر من اکیه چون قبلا نکرده و نیاز داره منم اکیه که بچه پیش من باشه خود بچه هم گفته میخواد پیش من باشه. من کتاب خیلی گوش میدم و از به جای یاد گرفتن من دوست بچه م نیستم من والد هستم و وظیفه م اینه که بذره‌های خوب در وجودش بکارم که نتیجه‌ش رو در زندگیش بگیره. میگفت بچه م اهل هیچ ورزشی نبود بهش گفتم بهت وقت میدم به ورزش رو انتخاب کنی.

یا اینکه من برات انتخاب میکنم. یه ترم میری اون ورزش اگر خوشت نیومد ورزش بعدی رو امتحان میکنی. نشست فکر کرد گفت نمیخوام تو انتخاب کنی میرم فوتبال. رفت فوتبال و الان عاشق فوتباله. میگفت بچه م چند وقت پیش با یه پسر دوست شد پسره رفت سراغ یکی دیگه. دیدم دخترم صورتش غمگینه گفتم چی شده زد زیر گریه و برام جریان پسره رو تعریف کرد بغلش کردم و گفتم این یکی از بیشمار پسریه که تو در زندگی ملاقات میکنی، من خودم وقتی تین ایجر بودم به اس هول (عوضی) واقعی بودم در آن واحد با چند تا دختر دوست میشدم، تا یه سنی اصلا نمیفهمیدم دخترا هم احساس دارن، تا اینکه یکی بهم خیانت کرد.

و تازه حالیم شد که اون دخترا چه حسی داشتند و دیگه چنین کاری نکردم. واقعیت اینه بودن با دو نفر خیلی سخته و مدیریت زمانی و مالی میخواد چه کاره! بودن با یک نفر از همه نظر بهتره. من این مسیرو رو رفتم تا آدم شدم. دخترم اشکاش رو پاک کرد و گفت بابا تو خیلی زود بچه دار شدی نکنه من تصادفا به وجود اومدم! بهش گفتم تو اگر حاصل تصادف باشی بهترین تصادف زندگیم بودی، خب دیگه گریه بسه پاشو برو کلاس فوتبالت نمیخوای که برای یه پسر اس

هول همه برنامه‌های زندگیت رو خراب کنی؟ یکم نگاهم کرد و پاشد رفت آماده شد. بچه‌ی من باید بتونه راجع به همه چیز با من حرف بزنه چون اگر تنها یک چیز در جهان باشه که نباید هیچ عقوبتی داشته باشه اون راستگوییته.

بهش گفتم دخترت آدم خوشبختیه برای داشتن تو. یاد والدین خودم افتادم که هر وقت راستش رو بهشون گفتم فقط بیشتر دعوا کردند و بیشتر محدود شدم و از به جایی به بعد یاد گرفتم تنها راه خوشحالی‌شون دروغ شنیدن.



من تو کل عمرم مجموع زمانی که تو اینستاگرام بودم روی هم به ۴ ساعت هم نمی‌رسه، ولی خنده‌دارترین چیزی که توی شبکه‌های اجتماعی دیدم مال همون تایمه (چند سال پیش).

اتفاقی پستی از سحر دولت‌شاهی دیدم، به عکس پرتره از خودش گذاشته بود به همراه مقداری دلنوشته. کامنت اول یه نفر نوشته بود: (نویسنده خانم بود، متن هم با اندکی دخل و تصرف می‌نویسم)

«آخی! الهی قربونت برم سحر جون! خیلی حیف شدی عزیزم، تو واقعا خیلی از رامبد سرتی بودی و لیاقتت رو نداشت. البته حالا نه اینکه آش دهن‌سوز و تحفه خاصی باشی، ولی باز هم از رامبد سرتی بودی.» علاوه بر پاره‌شدن دل‌حظه، تا چند روز هر وقت یاد این کامنت می‌فتم بی‌اختیار می‌خندیدم، ملت فکر می‌کردند دیوانه شدم.

مقدار زیادی از دلیل خنده‌دار بودن اون کامنت، به صداقت و سادگی و معصومیت اون برمی‌گشت. بنده‌خدا اصلا منظور طنز نداشت. یعنی مثل کاربرای گرگ تویبتر کنایه ننداخته بود، واقعا منظورش همون بود که نوشته بود.

فکر کنم عنصر سادگی و صداقت و معصومیت یه موضوع طنز رو چندین برابر خنده‌دارتر می‌کنه. شاید برای همینه که کلیپ‌های وایرال بچه‌ها (فعلا خداحافظ) برای خیلی‌ها بیشتر از اونچیه که باید خنده‌دارن. یا مثلا چون South Park از دید بچه‌ها روایت میشه برای من از انیمیشن‌های مشابه خنده‌دارتره.

یکی از خنده‌دارترین خاطرات دوران مدرسه هم از همین جنسه. معلم علوم از یکی از بچه‌ها پرسید: «وزن» ت چقدره؟ (برای اینکه بفهمه تفاوت وزن و جرم رو می‌دونه یا نه). یکی از بچه‌ها یواشکی بهش رسوند: «بگو ۵۰۰ نیوتون». معلمون که فهمید، خواست مچش رو بگیره، گفت چیکار کردی شد ۵۰۰ نیوتون؟

(جواب منطقی که انتظار داشت: جرمم ۵۰ کیلوگرمه، ضرب در ۱۰ کردم شد ۵۰۰ نیوتون)

این طفل معصوم گفت: «کاری نکردیم آقا! خوردیم، خوابیدیم»

معلممون تا چند دقیقه نفسش بالا نمیومد از زور خنده.



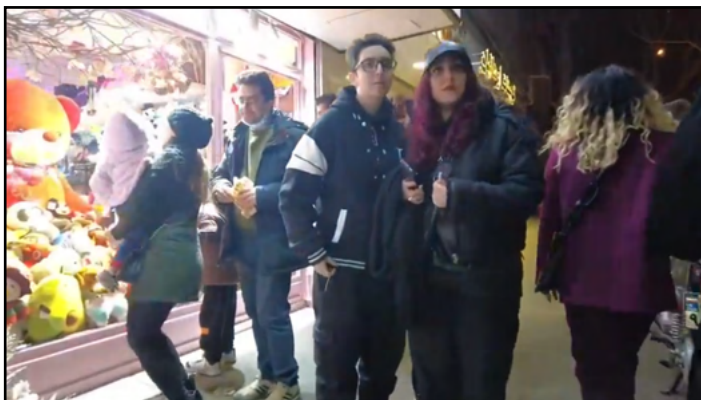
برخی با پوشیدن بابانوئل به اوقات کریسمس در خیابان میرزای شیرازی زیبایی دو چندان می بخشند.



بساط ساز و آواز هم در روزهای کریسمس رونق دو چندان دارد. مسلمان شنیدن موسیقی زنده خستگی را از تن مردمان بدر کرده و لحظات خوشی را می توان تجربه کرد.



فروشندهگان ارمنی می گویند که نه تنها مسیحیان، بلکه مسلمانان و سایر شهروندان هم در این روزها بیشتر خرید می کنند.



### بازار کریسمس در خیابان میرزای شیرازی تهران

آغاز سال نو میلادی و برگزاری مراسم کریسمس در بیشتر نقاط دنیا مرسوم است. شاید همیشه کریسمس و حال و هوای آن را در عکس‌ها و فیلم‌های کشورهای خارجی دیده باشید، اما در این مقاله قصد معرفی منطقه‌ای ارمنی نشین از تهران بزرگ را داریم که در آنجا حال و هوای کریسمس و خریده‌های سال نو میلادی جریان دارد.



از میان محله‌های ارمنه تهران، محله‌های مجیدیه، آرارات، خیابان میرزای شیرازی و کریم خان از شاخص‌ترین‌ها هستند. در آستانه سال نو میلادی و کریسمس در این محله‌ها جشنواره رنگ و نور و عطر خوراکی‌های جذاب برپاست.



خیابان میرزای شیرازی نیز به دلیل نزدیکی به یکی از معروفترین کلیساهای تهران یعنی کلیسای سرکیس، به یکی از اصلی‌ترین مناطق زندگی ارمنه تبدیل شده است. این روزها در خیابان میرزای شیرازی که قدم می‌زنید، با صحنه‌ای مواجه می‌شوید که تنها سالی یکبار اتفاق می‌افتد.



در حاشیه پیاده‌رو، درخت‌های کاج مصنوعی با تزئینات رنگارنگ پشت هم صف کشیده‌اند و ویترین مغازه‌ها پر از تزئینات زیبا و خیره‌کننده مخصوص «کریسمس» است. از عروسک‌های آدم‌برفی گرفته تا درختان مصنوعی، همه کنار هم در ویترین‌ها چیده شده‌اند.





# 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



## شب یلدا

فهیمة سرافراز

بازمانده خشونت اسیدپاشی



آخ شب یلداى منى عزیز دوست داشتنى؛ در آشپزخانه زمزمه کنان در حال آماده کردن کابلی پلو و قورمه سبزی برای شام بودم؛ و سیب زمینی سرخ می‌کردم برای شهرزاده م؛ پسر کوچک خانه پویا جان گاهی هوای خوردن پیپس بر سرش میزد؛ پویا پنج سال سن دارد و نازدانه خانه ما است. پویا در آشپزخانه دور رو من چرخ میزد و منتظر سرخ شدن سیب زمینی بود؛ نگاهی کردم و خود را پایین خم کردم و صورتش را بوسیدم ازش خواستم بیرون و در اتاق پذیرای منتظر باشد زمانی که غذایش آماده شود خودم برایش میبرم. گوشت؛ هویج و کشمش که از قبل آماده کرده بود در قابلمه کنار برنج قرار دادم و سر قابلمه را پوشاندم گذاشتم که دم بکشد؛ همزمان پیپس پویا آماده شده بود. سبزی غول غول کنان مستی می کرد؛ گاهی با نگاه کردن به قابلمه در حال جوش صحنه های ظلم و شکنجه های خودم و دیگر خانمها که متحمل میشوند در ذهنم خطور میکند؛ آهی کشیدم و بعد از کم کردن حرارت گاز آشپزخانه را ترک کردم. شهزاد منتظر غذایش بود. الیاس و نیکان پسرهای بزرگتر مشغول تماشا کردن و بازی در تلویزیون بودند؛ هوا تاریک شده بود؛ در آن

وقت شب فرستادن بچه در شرایط افغانستان برای خرید مناسب نبود؛ الیاس را صدا زدم و خواستم با من بیرون بروم برای خریداری ماست؛ از نیکان خواستم میز را برای شام آماده کند تا ما برمیگردیم. سوپر مارکت پایین ساختمان معمولا همه مواد مورد نیاز را دارند؛ و فروشنده و صاحب مغازه انسانهای خوش برخورد و قابل اعتماد هستن. مراسم های سنتی را معمولا به خاطر خوشی بچه هام تجلیل میکردم نمیخواستم احساس کمی کنند و از غم درونم بفهمند. معمولا شبها و روزها و مراسم هارا تنها بدون مرد خانه تجلیل میکردیم. پدر بچه ها در کنار همسر و فرزندان جدید و مادرش تجلیل میکرد؛ و شخصی که فقط به اسم همسر بود؛ در کنار همسر؛ پسرها؛ دخترش؛ و عروس و نوه های خود تجلیل میکرد. از زمانی که بچه بودم ازدواج کردم بیشتر در تنهای سپری کردم بدون مهر و ناز همسر و حمایت فامیل. از خرید برگشتم و نیکان در حال بازی اینترنتی بود؛ توجه نکردنش من را کمی عصبانی کرد صدا زدم پسر از بازیگوشی دست بردار و برو میز را آماده کن؛ همچنان نشنیده گرفت و دو چشم و گوشش به تلویزیون بود. من میز غذا را آماده و تلاش کردم خیلی منظم تر از شب های دیگر باشد اما آن شب زیبا به ناراحتی شروع و پایان یافت شاید مقصر من بودم و نباید نیکان را سرزنش میکردم؛ و خودم دست به کار میشدم مثل همیشه؛ و ندیده می‌گرفتم؛ آن شب هیچکدام ما غذا امیل نکردیم. فردای آن شب که دیگر گذشته بود همه پشیمان بودیم. حالا شب یلدا و هفت سال از آن شب گذشته؛ و هریکی از ما جدا

رویت لبخند بزند؛ روزگار به کامتون. این رهای و آرامش ذهن و جسمم را مدیون دو شب قبل هستم؛ که تصمیم گرفتم بنویسم؛ و خود را ببخشم آن شب کنار دوستانم شب خیلی خوبی را سپری کردم حس رهای آرامش؛ متانت؛ احساس میکنم کول باری از غم و اندوه از شانه هایم برداشته شده. ما همه مسئول حال خوب خود هستیم و باید به گذشته توقف نکنیم. گذشته دیگر بر نمیگردد آینده را از دست ندهیم. بخند تا دنیا به

## نقاشی زین بیان عمیق ترین احساسات انسانه بدون کلمات است.

آموزش سیاه قلم  
و رنگ روغن  
برای تمامی سطوح  
و تمامی سنین

قبول سفارش سیاه قلم  
و رنگ روغن  
برای انواع ملها در  
سایرهای دلخواه

ماندانا

۶۵۷۷-۶۸۷ (۹۴۹)

mandana\_artist\_ca





Original  
Choreography & Scoring

THE  
STORY OF  
**NOWRUZ**

NOROOZ, NAWROUZ, NEWROZ, نوروز

**2024**



Graphics: www.kouroshbabai.com

NICArt Presents

**Saturday, March 9, 2024 &  
Sunday, March 10, 2024  
Irvine Barclay Theater**



SCAN ME

**NICART**

Niosha International  
Conservatory of Arts  
[www.NICArt.org](http://www.NICArt.org)

Contact us to learn about sponsorship opportunities 408-656-6565. Go to [www.nicart.org](http://www.nicart.org) to get involved!

## پارچ مسی

حسین فرزین



گفته بودم که در منزل پدری، آب لوله کشی نداشتیم و بعد از اینکه همسایه های کوچکی بن بست منزلمان را بنا به خواست همسایه ی متمولمان از بوی گندی که از پنجره مستراح خانه به کوچه سرزیر می شد محروم کردیم، اون همسایه روبرویی موافقت کرد تا ما بتوانیم از لوله ای که با هزینه ی اونا در کوچه خوبانده شده بود بهره برده آب لوله کشی داشته باشیم، انشعابی بگیریم و ما هم شیر آبی در کنار حوض خونه ایجاد کرده و علاوه بر تامین آب شرب از آب شهری برای شستشو هم بهره ببریم. گفته بودم که ته تغاری بودم و بسیار مورد توجه اعضای خانواده کمتر اتفاق می افتاد روزی یا شبی بگذره و من توسط پدر، برادران و گاهی مادر مورد محبت قرار نگیرم و ضربه ای بر اندامم ننشیند، آخه خیلی عزیز بودم و صد البته این توجه بسیار منو پوست کلفت و شر بار آورده بود. مادرم در خانه یک پارچ بزرگ مسی داشت که بسیار سنگین بود، خدارحمتش کند این پارچ یادگاری ایشان است که برای من باقی مانده و از آن برحمل آب جهت آبیاری گلدان های روی تراس منزل، من و همسرم سود می بریم.

امروز روز به لطف علم و عالمان آب شرب در چند قدمی هر واحد مسکونی و محیط اندرونی هر خانه ای است، اما دریغ از فرزندان که ظرفی را آب کنند و چایی یا غذایی بپزند، این کار هنوز که هنوز است گویا از وظایف ذاتی پدران و مادران این زمانه است. عزت زیاد.



یکی از مهربانی ها و شاید شکنجه ها برای من ته تغاری این بود در زمانی که آب شرب شهری در منزل نداشتیم می بایست با این پارچ به مسجد سر کوچه مراجعه می کردم و پارچ را از شیرری که دستم به آن نمی رسید، با التماس به دیگران پر آب کرده و به منزل برسانم، این کار چندین نوبت در روز تکرار می شد و شاید چندین ساعت وقت مرا می گرفت، این در حالی بود که کودکان دیگر بازی می کردند و من آبرسانی، خنده و زخم زبان آنان بسیار برابم درد ناک بود.

جانم برایتان بگویم این پارچ بقدری سنگین بود و هست که حالا هم برداشتن و حملش رنج آور است، من در کودکی برای حمل این پارچ مجبور بودم با یک دست دسته پارچ را بگیرم و با دست دیگر لبه دهانه آن را تا بتونم آن از زمین بلند کرده و جابجانم، این پارچ وقتی پر آب می شد دیگر حملش برای من عذاب آور بود. پارچ پر آب را در حالی که در مقابل دو پایم قرار داده و گشاد گشاد راه می رفتم حمل می کردم. تا به خانه می رسیدم نیمی از آب بر روی زیر شلوار می تنها پوشش بود می ریخت و باین وضعیت پارچ مسی را به خانه می رساندم و با خالی کردن آب پارچ در دیگری مسی دوباره و دوباره می رفتم و می آمدم تا این دیگ مسی پر از آب می شد.



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  
بیمه های درمانی  
MEDICAL  
PPO

Email: info@lagunaDentalandOrtho.com  
27932 La Paz Rd F, Laguna Niguel, CA 92677

پذیرش بیماران مدیکر و بالای ۶۵ سال  
برای نیازهای دندانپزشکی



**BEST OC VALET**

بیست سال سابقه در ارائه خدمات در اورنج کانتی

**Mike Sakiani**

○ Fast Service

○ Convenience

○ Comfort

○ Safty

○ Private Events

○ سریع

○ مناسب

○ راحت

○ مطمئن

○ میهمانی های خصوصی

پارک اتومبیل خود را به ما بسپارید

Let us park your car



**(949) 641-0415**

[www.BestOCValet.com](http://www.BestOCValet.com)  
[BestOCValet@gmail.com](mailto:BestOCValet@gmail.com)

در میان مردم زمان خود داشته است. نام تخت جمشید از سال ۱۹۷۹ در فهرست آثار جهانی یونسکو به چشم می‌خورد.



یکی از بارزترین ویژگی‌های تخت جمشید، وسعت تقریباً ۱۲۵ هزار متر مربعی آن و کتیبه‌ها، نگاره‌ها و آثار باستانی است که در کمتر جایی می‌توان پیدا کرد. سنگ‌نبشته‌هایی که در تخت جمشید یافت شده، اطلاعات ارزشمندی را در مورد تاریخچه غنی و پربار ایران در اختیارمان قرار می‌دهد. افزون بر این، معماری فوق‌العاده این مجموعه نشان از توانایی بسیار بالا و هنر معماران ایرانی داشته است.

جالب است بدانید در طراحی این مجموعه به‌آسانی می‌توان رد پای فرهنگ و هنر اقوام دیگری مثل مادها، بابلیان، یونانی‌ها و مصری‌ها را نیز مشاهده کرد زیرا در گذشته همه آنها تحت سلطه هخامنشیان بودند.



داریوش کبیر از ساخت این مجموعه تنها یک هدف داشت: ساخت پایتختی متفاوت در امپراطوری خود که نظیر نداشته باشد و خوشبختانه در انجام این کار نیز کاملاً موفق بود. البته شواهد نشان می‌دهد که داریوش همانند پادشاهان مصری که اهرام ثلاثه را ساختند، از مردم و مهندسان صرفاً به عنوان برده‌هایی برای ساخت این مجموعه استفاده نکرده است.

در حقیقت، خشت‌های گلی که در سال ۱۳۱۲ پس از خاک‌برداری در بخش شمالی تخت جمشید کشف شدند، اثبات می‌کنند که تمام معماران، استادان، نجارها، سنگ‌تراش‌ها و کارگرهای ساختمانی که در ساخت این مجموعه حضور داشتند، از حقوق و بیمه کارگری برخوردار بوده‌اند.

تخت جمشید مجموعه‌ای عظیم و تاریخی است که در دل خود، ده‌ها کاخ باشکوه مانند کاخ آپادانا (قدیمی‌ترین کاخ)، کاخ ملکه (موزه تخت جمشید)، کاخ تچر (تالار باشکوه آئینه) کاخ هدیش (کاخ پر رمز و راز تخت جمشید) کاخ صد ستون، تالار تخت، کاخ سه در، تالار شورا، کاخ ه، (متفاوت‌ترین کاخ تخت جمشید از نظر سنگ تراشی)، کاخ ج، (کاخ کشف نشده تخت جمشید)، دروازه ملل، باشکوه‌ترین دروازه تخت جمشید است دارا می‌باشد.

### شگفتی‌های ایران - تخت جمشید

تخت جمشید یکی از میراث‌گران بهاء ایرانیان در اطراف شهر شیراز می‌باشد که هویت هر فرد ایرانی، مدیون همین مکان تاریخی است. تخت جمشید به نام‌های دیگری شامل پرسه‌پلیس، هزار ستون، صد ستون، پارسه و چهل منار شناخته می‌شود. چهل منار جزئی از شهرهای ایران باستان بوده که از نظر شکوه و جلال، جایگاه ویژه‌ای داشته و در مدت‌های مدید، پایتخت پادشاهی ایران در زمان‌های مختلف بوده است.



پرسپولیس در ۵۱۸ سال قبل از تولد مسیح، به عنوان پایتخت جدید سلسله هخامنشی معرفی گردید. این مکان به دست داریوش کبیر افتتاح و توسط پسرش خشایار و نوادگانش اردشیر اول و دوم گسترش داده شد. اطلاعاتی که در حال حاضر وجود دارد، مرهون همان سنگ‌نوشته‌های خشتی و سنگی حکاکی شده است که سینه به سینه نقل شده‌اند.

پس از حمله اسکندر مقدونی در ۳۳۰ سال قبل از میلاد مسیح و آتش‌زدن پاسارگاد، بسیاری از دست‌نوشته‌ها که بیانگر تاریخ و دستورات پادشاهان گذشته بود از بین رفت.



برای بازدید از تخت جمشید باید راهی استان فارس و شهرستان مرودشت شوید. این شهرستان حدوداً ۵۷ کیلومتر با شیراز فاصله دارد و در ۱۰ کیلومتری شمال مرودشت می‌توان تخت جمشید را در دامنه کوهی به نام «رحمت» که پیش‌تر با نام‌های دیگری مثل «میترا» و «مهر» نیز شناخته می‌شدند، پیدا کرد.

تخت جمشید بر روی سکویی که ۸ تا ۱۸ متر بلندتر از جلگه مرودشت است، بنا شده و چندین بخش اصلی دارد که از جمله آنها می‌توان به کاخ‌های تشریفاتی، کاخ‌های کوچک اختصاصی، خزانه‌شاهی و همچنین دژ و باروهای حفاظتی اشاره کرد.

صدها سال بعد و زمانی که دوره پادشاهی هخامنشیان به دست فراموشی سپرده شد، مردم قادر به خواندن خطوط میخی روی کتیبه‌ها نبودند و تصور کردند این بنا، همان «اورنگ جمشید» است که در شاهنامه به آن اشاره شده و از همین رو، آن را «تخت جمشید» خواندند.

در دوران ساسانیان، نام جمشید به این بنا نسبت داده شده است. گفتنی است جمشید یکی از پادشاهان اسطوره‌ای ایران بوده و جایگاه ویژه‌ای

# 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**

چیستان



- ۱- آن چیست که هر چه از آن برداریم بزرگتر می‌شود؟
- ۲- آن چیست که اگر هوا گرم شود لباس می‌پوشد ولی اگر هوا سرد شود لباس‌ها پش را در می‌آورد؟
- ۳- درختی که همیشه شما در حال حمل آن هستید؟
- ۴- اون چیه که خیلی تیغ داره، ولی نه ساقه، نه برگ و نه ریشه داره؟
- ۵- کدام میوه ای است که از هر طرف که آن را بخوانی همان میوه است؟
- ۶- آن چیست که بی صدا زنگ می‌زند؟
- ۷- کدام شهری است که با یک خواننده شروع می‌شود و با یک ماده معطر تمام می‌شود؟

پاسخ چیستان

۱- بزرگتر می‌شود ۲- برف ۳- کلاه ۴- تیغ ۵- کدو ۶- زنگ ۷- نیویورک

ترفندهای خانه داری



- \_ برای تمیز کردن ظروف مسی و برنجی لیموترش تازه را برش زده و روی لیمو هر بار نمک بزنید و روی ظروف بمالید؛ تمیز و براق خواهند شد.
  - \_ قبل از سرخ کردن گوجه داخل روغن، کمی نمک به روغن داغ اضافه کنید؛ دیگر روغن پاشیده نمی‌شود.
  - \_ سبزی نشسته ماندگاری بیشتری دارد پس به مقدار لازم سبزی بشوید، تره، پیازچه و شاهی را از بقیه‌ی سبزیجات جدا نگه دارید.
  - \_ برای ازبین بردن بوی بد یخچال، لیمو را بریده و داخل کاسه‌ای در یخچال قرار دهید (هر هفته لیمو را عوض کنید)
- \_ برای ازبین بردن بوی بد سطل زباله، وقتی کیسه‌ی جدید درون آن قرار دادید، زیر سطل مقداری جوش شیرین بریزید.
- \_ اسپری کردن جوش شیرین به داخل کفش‌ها، بوی بد کفش‌ها را از بین خواهد برد.
- \_ برای خوشمزه‌تر شدن قرمه‌سبزی یک ساعت مانده به سرو کمی رب انار داخل آن بریزید.
- \_ برای بیشتر کش آمدن پنیر پیتزا- قبل از قراردادن پیتزا داخل فر- روی آن کمی آب اسپری کنید.
- \_ برای بهتر جداشدن کیک یا بستنی از قالب بهتر است قبل از ریختن کیک یا بستنی درون ظرف، کف ظرف را کمی شکر بپاشید.
- برای بهتر جرم‌گیری کردن سینک دست‌شویی آن را برای ۱۵ دقیقه از آب و سرکه پرکرده و سپس با اسکاچ بشویید.
- \_ برای نگهداری طولانی‌مدت از موز، آن را درون آلومینیوم پیچیده و در یخچال قرار دهید.
- \_ برای شدن مورچه‌ها از خانه روی مسیر آنها فلفل قرمز بریزید.
- \_ اگر زبانتان با مواد غذایی داغ سوخت برای رفع سوختگی سریع، قسمت سوختگی شکر بپاشید.
- \_ اگر روی قابلمه‌ی شیر یک قاشق چوبی بگذارید شیر سر نخواهد رفت.
- \_ برای ماندگاری بیشتر میوه‌ها درون یخچال یک تکه ابر یا اسفنج داخل جامیوه‌ای بگذارید، میوه‌ها دیرتر خراب می‌شوند.
- \_ با آب سرکه روی میز شیشه‌ای را پاک کنید، دیرتر خاک می‌گیرد. برای پاک کردن لوستر هم بسیار عالی است.
- \_ برای شستن جوراب کثیف از آب سرد استفاده کنید.
- \_ اگر کلم قرمز شما در حین پخت آبی یا بنفش شد کافی است به آب کمی سرکه‌ی سفید اضافه کنید تا دوباره قرمز شود.
- \_ اگر می‌خواهید با کره چیزی را سرخ کنید بهتر است به کره یک قاشق غذاخوری روغن مایع اضافه کنید تا کره نسوزد.
- \_ برای جلوگیری از جوانه زدن سیب زمین در سبد آشپزخانه، سیب زمین را در محیطی به‌دوراز رطوبت و روشنایی قرار دهید.

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

حل جدول های این شماره

سودوکوی آسان  
سودوکوی سخت

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

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

منصور کاوه زاده

Mansour Kavehzadeh

مشاور املاک فارسی زبان شما در فلوریدا



FLORIDA  
MIAMI COUNTY  
BROWARD COUNTY  
PALM BEACH COUNTY

اگر مایل به خرید، فروش و یا اجاره ملک در جنوب فلوریدا هستید.

اگر قصد سرمایه گذاری در ملک از طریق اجاره و یا بازسازی در جنوب فلوریدا هستید.

اگر تصمیم به راه اندازی بزنس airbnb در سواحل زیبای قابل استغاده در همه 12 ماه سال در جنوب فلوریدا هستید.

و اگر برای دوران بازنشستگی خود مایل به داشتن خانه یا آپارتمان خود در جنوب فلوریدا هستید.

بامن تماس بگیرید.

Cell : (954) 789- 9979

Email : maxkavehhome@gmail.com

Web : floridahomesbymax.com



I will be with you all the way



CKS Law Group



[www.CKSLawGroup.com](http://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**

## خواص انار



انار یک تصفیه‌کننده خون بوده و برای کبد بسیار مناسب است. به این دلیل از قدیم خوردن این میوه برای شفافیت پوست توصیه شده است. انار احتمال ابتلا به

بیماری‌های قلبی را با کاهش فشار خون، جلوگیری از اکسید شدن LDL و تشکیل پلاک در دیواره عروق پایین آورده و ریسک ابتلا به گرفتگی عروق را کم می‌کند. خانم‌های باردار نیز بهتر است در این دوران انار میل کنند زیرا این میوه هم‌علایم وبارشان را کاهش می‌دهد و هم به رشد جنین کمک می‌کند. این میوه سرشار از ویتامین C (یکی از آنتی‌اکسیدان‌های قوی) است. ضمناً منبعی از ویتامین B5 و پتاسیم است و ترکیبات آنتی‌اکسیدانی آن هم از خانواده پلی فنول‌ها، دیگر مواد ارزشمند این میوه هستند. انار برای سلامتی قلب و عروق، جلوگیری از تصلب شریانیها و سکنه‌ها، جلوگیری از پیری زودرس و آلزایمر و پیشگیری از سرطانها بویژه سرطان پروستات مفید است. آب انار خاصیت میکروب‌کشی و ضد عفونی‌کنندگی دارد. انار عطش را برطرف کرده و خنک‌کننده است. انار برای درمان اسهال، آرتروز، زردی و بواسیر مفید است. انار اشتها آور است. انار در درمان کم‌خونی و افزایش انرژی بدن موثر و مفید است. انار تقویت‌کننده کلیه‌ها می‌باشد.

قورمه سبزی  
آگه آده بود!

## روش تهیه قورمه سبزی

**مواد لازم:** گوشت ۲۵۰ گرم، لوبیا چیتی ۱۰۰ گرم، سبزی قورمه آماده ۵۰۰ گرم، پیاز داغ دو قاشق غذاخوری، لیمو عمانی چهار عدد، شنبلیله خشک یک قاشق غذاخوری، رب انار ترش یک قاشق غذاخوری، روغن و نمک، فلفل سیاه و زردچوبه به میزان لازم.

**طرز تهیه:** قبل از هر چیزی لوبیا چیتی را از چند ساعت قبل خیس دهید و در حین خیس خوردن چند بار آب آن را عوض کنید سپس درون ظرفی ریخته و مقداری آب داخل آن اضافه کنید و روی حرارت قرار دهید تا بپزد. هنگامی که لوبیا پخت شعله را خاموش کنید و کنار بگذارید. سطح لیمو عمانی را با چنگال چند سوراخ ایجاد کنید و درون ظرف آب جوش بریزید و حدود یک ساعت کنار بگذارید تا تلخی خود را خارج کند و سپس آب آن را خالی کنید و لیمو عمانی‌ها را کنار بگذارید تا در نیم ساعت آخر پخت خورشت اضافه شوند. در این مرحله پیاز داغ را به همراه گوشت درون قابلمه مناسب میریزیم و مقداری روغن اضافه میکنیم و به خوبی تفت می‌دهیم. سپس فلفل سیاه و زردچوبه را اضافه میکنیم و چند دقیقه دوباره تفت می‌دهیم. در این مرحله وقتی رنگ گوشت تغییر کرد سبزی قورمه سرخ شده از قبل را اضافه میکنیم و تفت می‌دهیم. سپس مقداری آب جوش اضافه میکنیم و حرارت را ابتدا زیاد میکنیم تا آب بجوشد و وقتی شروع به جوشیدن کرد شعله را کم کنید و درب قابلمه را بگذارید. بعد از پخته شدن گوشت، در یک ساعت آخر لوبیای پخته شده و مقداری شنبلیله خشک تفت داده شده در روغن، رب انار و سپس لیمو عمانی را به خورشت قورمه سبزی اضافه میکنیم. در آخر نمک را هم به اندازه کافی داخل خورشت میریزیم و در قابلمه را میگذاریم تا خورشت ریز بجوشد و کاملاً غلیظ شود. این خورشت سبزی خوشمزه را می‌توانید در کنار برنج ساده نوش جان کنید.

15 Years of  
Social Worker Experience

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

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

Email:  
BaharSocialServices@gmail.com



با مدیریت

دفتر خدمات اجتماعی

بهاران  
بهارا فتاحی

Bahar Social Services





# خواندنی‌ها

تلفن درج آگهی

(949) 923 - 0038



در خواندنی‌ها تبلیغ کنید.

## قرارداد بی قرارداد

نیازی به قرارداد نیست. هر ماه پرداخت کنید!  
از همین ماه آگهی خود را در خواندنی‌ها شروع کنید،  
ما قرارداد یک ساله و شش ماهه و ... نمی‌بندیم!

## اگر یک ساله پرداخت کنید:

به جای چاپ ۴ بار آگهی شما در فصلنامه‌ها  
و یا به جای چاپ ۶ بار آگهی شما در دو ماهنامه‌ها

## با پرداخت همان مبلغ

ماهنامه خواندنی‌ها ۱۲ بار آگهی شما را چاپ می‌کند،  
و یک بار هم اضافه تر چاپ خواهد کرد. **جمعا سیزده بار!**

## تیراژ ۵۲ هزار نسخه چاپی

درج آگهی در خواندنی‌ها، پرتیراژترین مجله چاپی جنوب کالیفرنیا،  
با روزانه هزاران بازدید در وبسایت، به اندازه تماس یک تلفن، آسان است.

خواندنی‌ها پرتیراژترین و محبوبترین مجله جنوب کالیفرنیاست.

**استقبال مردم از خواندنی‌ها را در مراکز ایرانی به چشم می‌توان دید!**

# CABINET MAPLE GROUP

100% Italian Cabinets



کابینت و دکوراسیون داخلی ۱۰۰٪ ساخت ایتالیا



**(949) 275-2299**

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

23572 Moulton Parkway, Suite 101, Laguna Woods, California, 92637

CUSTOM LIGHTING, CUSTOM FURNITURE, UNIQUE ACCESSORIES, FINE ARTS



**ChicHome**



**949-379-0090**

ChicHomeOC.com

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





BINESH REALTY



DRE#01839955

# مشاورین املاک و امور وام پیام نیک بینش کتی بینش

ارائه دهنده خدمات وام، خرید و فروش و اجاره  
در تمامی نقاط کالیفرنیا جنوبی  
کمپانی تمام ایرانی و در خدمت هموطنان عزیز

(949)222-0234  
www.BineshRealty.com

 BineshRealtyGroup  
 @BineshRealty