



SHALOM WEEK

ת ׁ ׁ

Everfresh Supermarket

People, Produce, Perfection. Free delivery Sunday to Friday.
Open 7:30 am Sun.- Fri. For weekly specials and a chance to
win a \$100 Everfresh gift card sign up at:
Info@everfreshsupermarket.com
Tel: 516-773-4600

#16

Beshallah

Shevat 11 5775 - January 31, 2015

TORAH PORTION OF THE WEEK

The Jewish people leave Egypt. Pharaoh regrets letting them go, pursues them leading his chosen chariot corps and a huge army. The Jews rebel and cry out to Moses, "Weren't there enough graves in Egypt? Why did you bring us out here to die in the desert?" The Yam Soof, the Sea of Reeds (usually mistranslated as the Red Sea) splits, the Jews cross over, the Egyptians pursue and the sea returns and drowns the Egyptians. Moses with the men and Miriam with the women -- each separately -- sing praises of thanks to the Almighty.

They arrive at Marah and rebel over the bitter water. Moses throws a certain tree in the water to make it drinkable. The Almighty then tells the Israelites, "If you obey God your Lord and do what is upright in His eyes, carefully heeding all His commandments and keeping all His decrees, then I will not strike you with any of the sicknesses that I brought on Egypt. I am God who heals you."

Later the Israelites rebel over lack of food; God provides quail and manna (a double portion was given on the sixth day to last through Shabbat; we have two challahs for each meal on Shabbat to commemorate the double portion of manna). Moses then instructs them concerning the laws of Shabbat. At Rephidim, they rebel again over water. God tells Moses to strike a stone (later in the Torah God tells Moses to speak to the stone, not here!) which then gave forth water. Finally, the portion concludes with the war against Amalek and the command to "obliterate the memory of Amalek from under the heavens."

TORAH LESSON OF THE WEEK

The Torah states, "And on that day the Almighty saved the Israelites from the hand of Egypt" (Exodus 14:30). Which day does the Torah refer to when it writes "on that day" and what lesson can we learn from the reference to that day?

The Ohr HaChayim comments that the Torah states that "on that day" that the Israelites were saved was the self-same day that the Egyptians who pursued them perished in the sea. However, the Israelites were liberated from Egypt and left Egypt before this. Why only now that the Egyptians drowned in the sea did they feel saved?

The answer: the Israelites only felt saved once they felt secure that the Egyptians would no longer pursue them. We see from this that even though in actuality a person is free, he is not really considered free unless he personally feels free. A person who worries and feels insecure is a person who is imprisoned even though he is not behind bars and no one will harm him.

To be truly free you must feel free and this is up to you. You have a great deal of control over your thoughts if you work on it. If you worry about the future, even though future events might work out exactly as you would have wished, you still suffer in the present. This suffering will be the same as if you actually experienced some misfortune. However, all the suffering will be unnecessary. The greater your mastery over your thoughts, the greater freedom you will experience in life!



Who is this well-known person? see inside

Halachot Tu Bishvat

Wednesday is the 15th day of (the Hebrew month) Shevat, also known as "Tu Bishvat – Rosh Hashanah L'ilanot – New Year for trees." The two Hebrew letters (Tet & Vav) which make up the word "Tu" represents the number 15. Thus, Tu Bishvat means the 15th of Shevat. The practical purpose of identifying a New Year for trees is that, in Israel, one must give tithes from the harvest reaped each year.

The type of tithes would vary in different years. The 15th of Shevat marks the New Year for trees and so determines the type of tithes to be given from the fruits that year. All fruits that started blossoming before the 15th of Shevat were considered as of the previous year. The ones which began blossoming after the 15th for Shevat were considered as fruit of the New Year. Tu Bishvat expresses our love for our Holy Land, its fruits and its special mitzvot.

Q- Why was this date set as the New Year for trees?

A- By the 15th of Shevat the trees in Israel have received most of the rain for the year and the sap has already risen in the trees.

The Torah (Deuteronomy 20:19) states, "When you shall besiege a city for many days by making war, you shall not destroy the trees by wielding an ax against them; from it (the fruit) you may eat and you shall not cut them down..." Even in war, the Torah commands us to try to avoid destroying fruit trees.

The Torah is compared to a tree, "Eitz Chaim... it is a Tree of Life for those who grasp it, and its supporters are praiseworthy..." The Torah is also compared to various fruits..

TEST YOUR JEWISH IQ : Torah

1- How many of Pharaoh's army survived crossing the Red Sea?
(a) None (b) 100 (c) 1,000

2- Who helped Aaron to keep Moshe's hands raised (to defeat Amalek) on the mountain?
(a) Hur (b) Joshua (c) Caleb

3- Which empire is sometimes identified as descendants of Amalek?
(a) Roman (b) Greek (c) Persian

Mazal Tovs

Simon and Nicole Nassimi
for the Barmitzvah of Aron

This issue was donated by

Mr. & Mrs Edison Akhavan and family

FOR SALE IN KEW GARDENS

- 1) Huge gorgeous 7 bedroom 5 bath house in the best part of Kew Gardens. Lot size 84/101.
- 2) Large land and for sale in Kew Gardens. Lot size: 70/100. R4 zoning

If you are ready to sell your house call me for a free market analysis.

Rita Mah 917-500-7461. Rita@myprimerealtor.com. Prime Realty

BEST OF AISH HATORAH

The Desire to Quit

Even though the Jewish people had just personally witnessed an awesome series of miracles, God knew that at the first sign of trouble they would want to return to Egypt and back to their lives of slavery.

How many times have you set a goal for yourself and the moment something didn't go as smoothly as you had planned, you immediately experienced self-doubt and seriously questioned your ability, worthiness, and even the goal itself? And the dream that you were so certain you wanted ends up slowly drifting into the large sea of the other unaccomplished goals and dreams you had in the past. Isn't it amazing that on Monday you knew exactly what you wanted with crystal clear clarity and had a solid game plan to achieve it, and by Wednesday you're about to give up?

The reason for all of this is due to two internal, distinct and powerful drives that God gave as a gift to all of us. One drive wants to change the world, climb the highest mountains, and leave the planet in a radically and more improved place than it now exists. The other drive will then challenge, question, and doubt every part of this journey and try with all its might to prevent you from never accomplishing anything.

Why would God, who loves us more than

ISRAEL IN THE NEWS

Israeli Wines Conquer The World

Sales of Israeli wines bring in between \$300 and \$350 million per year, around 10% of which comes from overseas exports, according to wine expert Gabriel Geller. The main importers are the United States, Britain and France. Wine has been produced in the Holy Land for millennia but local production underwent a revival at the end of the 19th century CE, thanks to Baron Edmond James de Rothschild, a French Jewish billionaire philanthropist who owned the iconic Chateau Lafite in Bordeaux.

Rothschild planted the first major modern vineyard at Rishon Letzion near Tel Aviv in 1882, establishing the Carmel Winery, which today produces more than 25 million bottles a year and holds a major share of the domestic market.

A century later, the Golan Heights Winery

words could ever express, give us a desire not to grow, succeed, or experience the pleasure of great accomplishments?

The answer is simple: Only through struggle and fighting the burning desire to quit can we ever have the unbelievable joy and ecstasy that comes from achievement. If God knew the Jews would want to run back to slavery at the first challenge they encountered after just witnessing all of the miracles that He preformed for them, then clearly the drive to quit and retreat is alive and well within all of us. It doesn't matter how big, great, or strong you are -- this force will always be there.

Knowledge is power and by knowing that this "drive to quit" was designed by God to actually make you great will now give you the ability to see it for what it is: A test. Will you recognize that this drive's only purpose is to get you NOT to change the world and then fight through the urge to run away, or do you stop in your tracks and question your very existence?

Every time you begin a project, start an exercise program, want to launch a new career, or go towards any meaningful goal, you must know that you will encounter a war. This war might be disguised as the people who tell you that cannot succeed, or the rejection you face, or the obstacles you'll inevitably encounter. Remember, you were "pre-designed" by God to have a burning urge to retreat to Egypt. Make no mistake about it, you will be tested.

was founded. With the help of international experts, the winery began to innovate, shifting away from Israel's image as a producer of sweet wines for use in religious rites.

Within a decade, as Israelis began travelling overseas more frequently, getting a taste for French and Italian gastronomy and wine, the first boutique wineries were set up, although by the turn of the century, there were only about a dozen.

Today, Israel boasts more than 320 boutique establishments.

"Wine culture has grown in Israel with the boutique wineries boom, so many Israelis decided to open their own," Geller explains. "It has also become a sort of trend among foreign investors and businessmen to own a winery, so many Jewish millionaires, mainly Americans, have either acquired part or full ownership in such ventures."

In the Jerusalem area alone, dozens of wineries have recently sprung up. One of them is Flam, a family business started in 1998 by two brothers with an annual production of

To sponsor one issue in honor of
a shira or in memory of
a loved one or to advertise
Call: 212-869-2291
e-mail: holondon@aol.com

Great men and women have all faced the exact same tests and they have doubted themselves and all had the urge to quit. But for them, going back to Egypt was not an option. So they instead kept their eye on the ball and kicked their self-doubt in its shin's and went on to greatness. And people look at their great success stories and bemoan to all who'll listen that they too would have achieved greatest if they had the same circumstances. And that's the great irony -- their circumstances aren't just the same, but identical. The circumstance was the desire to quit. Great men and women blast through it, while others reconsider when they see a war and return to Egypt.

So, while having a good plan is important, not giving up on it is everything. And sometimes even after you choose to fight the war, you might not win. But take much comfort in knowing that it's completely up to God whether or not you'll have the strength and ability to win the war. But that was never the point. Because the purpose of the test was to just fight the war and refuse to retreat to Egypt. And since we're all designed for greatness, it's only through choosing to fight and march on that we'll inevitably experience the ecstasy of success. So the next time you want to become better in some way tomorrow than you are today, know that the great men and women of history who've achieved so much are no different than you and I. They just hung around for the war.

100,000 bottles.

Perched on top of a hill with stunning views, the winery hosts tasting sessions, with sample produce accompanied by platters of cheese and fresh bread.

"We want to develop a taste among Israelis for good wine, so that they cannot do without it," owner Gilad Flam says.

Although far behind Italy or France in terms of consumption, surveys show that the number of Israelis drinking wine regularly has doubled over the past five years.

Even so, the average consumption of wine per person in Israel stands at about 6-7 liters per year, compared with around 45 liters in France.

Israeli wines are said to be similar to those from New World wine countries and tend to be made with classic French and Italian grapes with very few made from local varieties, although experts have said the famous Chardonnay variety likely originates from Israel, having been brought back to France by the Crusaders.

ANSWERS TO JEWISH IQ TEST:

- 1) a 2) a 3) a

February 1st

Earliest time for Tzitsit & Tefillin 6:09 am
Best Time for Shema Israel before 9:36 am

Shabbat Ends 6:01 pm

Earliest time for Minchah 12:33 pm
Earliest time for Arvit with Minyan 4:05 pm



بشلیخ (شبثات شیرا)

شبثات ۳۱ ژانویه ۲۰۱۵ - ۱۱ شوط ۵۷۷۵

پارا شای هفته

درس هفته

عاقبت یهودیان مصر را ترك ميكند. فرعون كه از آزاد كردن بردگان خود پشیمان شده بود، با قوای عظیم و آراهه های جنگی به تعقیب آنها میپردازد. یهودیان به مجرد دیدن آثار سپاهیان مصری به مشه ربنو رو کرده و با گریه و زاری دنبال راه چاره بودند. آنها به مشه ربنو گفتند: آیا در مصر باندازه کافی قبر نبود که تو ما را اینجا و در میان صحرا بخاک بسپاری؟ در این موقع بود که آبهای دریا شکاف برداشت و به آنها اجازه داد تا از میان آنها از مصر خارج شوند و وقتی سپاهیان به قصد تعقیب آنها برآمدند، آنها بجای خود بازگشتند و همگی مصریان را غرق نمود. مشاهده این معجزه شگرف الهی و نجات جان یهودیان باعث شد که مشه ربنو و متعاقب او میریام سرود شادی به درگاه خد اوند خواندند. آنگاه قوم یهود به منطقه ای بنام مازا رسیده و در آنجا اردو زد. آب منطقه تلخ بود. مشه چوب درختی را که خد اوند به او نشان داده بود در آب انداخت و آب شیرین و قابل نوشیدن شد. در همینجا تورا از قول خد اوند میگوید: اگر تمام فرامین خد اوند پروردگار عالم را از دل و جان گوش داده و دستورهای او را عمل کنید، هیچکدام از بلاهاتی که به مصریان وارد شد، به شما وارد نخواهم کرد. من خد اوند شفا دهنده هستم. خد اوند به مشه میگوید که به صخره سنگ بزند و از آن سنگ آب فوران میزند و عاقبت پاراشای هفته با جنگ قوم بنی اسرائیل با عمالق و دستور انهدام عمالق از صحنه روزگار بپایان میرسد.

تورا میفرماید: وقتی فرعون عاقبت به ملت اسرائیل اجازه خروج داد، پروردگار آنها را از طریق زمینهای بلشطیم هدایت نموده بلکه از مسیر دریا و بیابان عبور کردند. خد اوند فرمود شاید آنها از ترك مصر پشیمان شده و بخواهند دوباره بانجا بازگردند. حظور چنین چیزی ممکن است پس از سالها رنج و شکنجه زیر دست مصریان و پس از آن معجزات باشکوهی که هشتم به معرض ظهور گذاشت یهودیان حتی فکر برگشت به مصر را به خود راه میدهند؟ بزرگان دین میفرمایند: يك شخص از جسم و روح تشکیل شده است. هر چند که ممکن است به يك مقام بالای روحی دست پیدا کند ولی ممکن است در لحظه ای کوتاه و بخاطر اقبال نفسانی کنترل خود را از دست داده و به مراحل غیر قابل تصویری نزدیک شود. هر چند که انسان از تمام این تحولات آگاه است تمایلات بدنی انسان ممکن است حتی چند دقیقه ای او را از حال عادی خارج کند. و در واقع همین امر مثل يك خبر خوش است. چون به همان صورتی که شخص بسرعت از درجات بالا به پائین سقوط میکند با همان سرعت هم میتواند خود را بجای اول بازگرداند. هیچوقت از سقوط معنوی خود ناامید نشوید چون بشر دارای قدرتی مافوق تصور خود میباشد و کافی است که تصمیم به گرفتن آن مقام بکنید و خواهید دید که بان میرسید. وقت خود را با ملالت خویش از دست ندهید در مواقع یأس و ناامیدی بیاد داشته باشید که اگر اراده کنید بطور قطع به مقامی که قبلا داشتید خواهید رسید.

احترام بین زن و شوهر

احترام و عشق بین زن و شوهر باید بصورتی باشد که زن و شوهر همدیگر را مانند گوشت و پوست خود بدانند و به اندازه خود دوست بدانند.

در تورات مقدس زن و شوهر مانند يك گوشت و استخوان توجیح میشوند. طبق نظریه «رامبام»، این بدین معنی میباشد که فکر زن و شوهر به هم نزدیک و يك پارچه میشود و این همفکری، باعث ثبات و زندگی همیشه همراه با «شالوم بیت» میگردد.

چرا صیصیت در شب پوشیده نمیشود؟

صیصیت فقط در روز پوشیده میشود. زمانی که هنوز نور به قدر کافی برای دیدن آن وجود دارد. چنانچه تورا در کتاب (اعداد ۱۵: ۳۹) میگوید که دیدن آنها لازم میباشد. فقط در شب کیپور به خاطر تقدس خاص این شب صیصیت پوشیده میشود و حتی در این شب باید حتما قبل از غروب آفتاب پوشیده شود تا بتوانیم براخای آنرا قرانت کنیم وگرنه بدون براخا میپوشیم.

صیصیت نخ هایی هستند که گره مخصوص زده شده و اویزانند پارچه ای که بروی دوش انداخته و این صیصیت ها در چهار گوشه آن اویزانند طلیت خوانده میشود. طلیت باید مرد را بپوشاند پس انداختن آن روی گردن اشتباه است.

با خریدن اجناس ساخت اسرائیل به آن کشور کمک کنید.

شریکات صمیمانه خانواده های

سیمون و نیکول نسیمی بمناسبت بر میتصوای ارون

هرگاه دیدی گناهی آنقدر بزرگ است که نمیشود آنرا ببخشی، بدان که آن از کوچکی قلب تو میباشد نه از بزرگی گناه.

این شماره از طرف آقا و خانم ادیسون اخوان و خانواده اهداء گردیده است.

THIS SPACE IS AVAILABLE FOR YOUR AD AT A VERY LOW COST.
YOU WILL REACH THOUSANDS OF POTENTIAL CUSTOMERS!

CALL: 212 869 2291

با گذاشتن آگهی در این محل با ارزان ترین قیمت
خواهید توانست در آینده مشتریهای فراوانی
برای کسب خود فراهم نمایید.
تلفن : ۲۲۹۱-۸۶۹ (۲۱۲)

parkway

printing

516

603- 1714

دکتر مایکل سلامت باد
دارای برد تخصصی از آکادمی پزشکی در بیماریهای داخلی
ویزیت بیماران در منزل
Michael Salamatbad D.O.
516-439-5060
615 B Middle Neck Road,
Great Neck, NY 11023
Available for Home Visits
Shana Tova to All

تورافس

این شبیات را شبیات شیرا میگویند و البته به دلیل سرود "از یاشیر" میباشد که در این پاراشا آمده است. این سرودی است که مشه ربنو و قوم بنی اسرائیل پس از آنکه پروردگار معجزه شکافتن و گذر از دریا را برای آنها انجام داد، می خوانند. پس از آنکه مرگ مصریان و غرق آنها در آب دریا ذکر میشود آنگاه تورا سرود آزیاشیر را شروع میکند. کلمات باین صورت آغاز میگرددند: خد اوند قو م اسرائیل را از چنگ مصریان نجات داد و بنی اسرائیل اجساد سربازان مصری را در ساحل دریا دیدند. قوم بنی اسرائیل دست توانای خد اوند که چطور بزرگترین ارتش آن زمان را در هم کوبید دیدند و آنها به خد اوند و بنده او مشه ایمان آوردند. این سرود را ما هر روز در تقیلائی صبحگاهی و یا شخریت میخوانیم. برای اینکه بیاد بیاوریم که زندگی پر از معجزات است که

ما باید آنرا تشخیص داده و شکر خد را بکنیم. اما بسیاری از ما و در بسیاری از مواقع این موقعیت را درک نمیکنیم. به خود مغرور شده و فراموش میکنیم که هر چه داریم و هست از ذات الهی و معجزات او میباشد در واقع زندگی خود بصورت يك معجزه متداوم میباشد که هر لحظه آن از معجزه ای دیگر تشکیل شده و درک این موضوع هر چه بیشتر باشد، معنی زیادتری به رابطه ما و پروردگار میدهد. تورا میفرماید: آنگاه مردم به خد اوند و بنده او مشه ایمان آوردند.

در هر عصری خد اوند معجزاتش را برای ما انجام میدهد و بهمین صورت فردی پیدا میشود که مانند مشه به ما تعلیم داده و راههای تورا را بیاموزد. بزرگان دین عقیده دارند در هر نسلی رهبرانی پیدا میشوند که میراث مشه را به مردم عصر خود فرا میدهند. تاریخ یهودی گویای این حقیقت میباشد.

ری-تایمر (Re-Timer)، اختراع کرده که استفاده از آن، مثل زدن عینک، ساده است. وقتی ری-تایمر را به چشم می گذاریم، این وسیله نوری به رنگ سبز- آبی ساطع می کند و به این ترتیب قسمتی از مغز را که مسئول تنظیم ساعت زیستی بدن است، تحت تاثیر قرار می دهد. به کمک این فرایند، استفاده کننده از این دستگاه در زمان بیداری هوشیارتر است و خواب عمیقتری هم دارد.

لئون لک درباره چگونگی عملکرد ری تامر می گوید: «این وسیله فقط نور دیودها را به طرف ما بر می گرداند، این نیمه رساناها بسیار کوچک و کارا هستند و اگر نزدیک باشند، نور کافی را به چشم می رسانند. بنا بر این، در اصل، این وسیله، یک منبع نور را به نزدیک چشمان ما می آورد و شدت نور دیودها را هم کاهش می دهد.»

نوردرمانی برای تنظیم ساعت زیستی بدن در کشورهای صنعتی از سال ها پیش در جریان است. اما نسل اول وسائل نوردرمانی به اندازه کافی کارآمد نبودند. کاربرد



Mr. Edward Nassimi

لازم است یک جسم بزرگ شیشه ای را در خانه یا محل کارش نصب کند و با اتصال آن به برق، تنها برای مدت محدودی از آن استفاده کند. با این حال، فن آوری همین وسایل قدیمی، پایه اصلی ابداع عینکواره های ری تایمر بوده است.

شارژ مداوم است.

برخی از محققان کالج سلطنتی در لندن توانسته اند شارژهای بی سیم برای خودروهای الکتریکی تعبیه کنند. پاول میچسون، یکی از محققان کالج سلطنتی می گوید: «شارژ کردن خودروهای الکتریکی بدون سیم کمک زیادی به ما می کند و نگاه مشتریان را تغییر خواهد داد. اما ایده شارژ کردن تجهیزات پزشکی بدون سیم مهمتر از حتی خودروهای الکتریکی است. یا مثلا اگر بتوانید موبایلتان را بی سیم شارژ کنید، خوب فوق العاده است. انجام این نوآوریها آسان نیستند اما با توجه به فناوریهای موجود ممکن خواهند بود.»

پدیده القای الکترومغناطیسی توسط فیزیکدان بریتانیایی مایکل فارادی در سال ۱۸۳۱ میلادی کشف شد. او متوجه شد که هنگامی که نو سیم بیچ نزدیک به یکدیگر و قدرت به یکی از آنها اعمال می شود، این به تولید یک میدان مغناطیسی کمک می کند. دانشمندان برای خلق شارژ بی سیم از این کشف فارادی بهره می برند.

دیوید بیتس می گوید: «ما یک فرستنده، که انرژی در این سیم بیچ را دریافت می کند، در روی دستگاه نصب می کنیم. این انرژی می تواند دستگاه های مختلف قدرتی مانند لب تاب، گوشی های تلفن همراه، و یا حتی اتومبیل های برقی را شارژ کند.»

درمان کم خوابی با استفاده از نور در زمان بیداری

حدود یک سوم شهروندان اروپایی، دچار کمبود خوابند. مسافرت های طولانی همراه با اختلاف ساعت و شب کاری، دلایل اصلی ابتلا به بی خوابی در اروپا قلمداد می شوند.

لئون لک، روانشناس و متخصص خواب در استرالیا، راه حلی برای این معضل در جهان صنعتی یافته است. او وسیله ای را به نام

خبرهای اسرائیل و دنیای یهود

هوندا اتوموبیلهای خودکار می سازد

شرکت خودروسازی هوندا، در حال ساخت خودروهایی است که با حضور راننده ولی بطور خودکار عمل می کنند.

این خودروها به کمک جهت یابهای تعبیه شده در خودرو شرایطی را مهیا می کنند که خودرو بتواند بدون دخالت راننده فرمان بگیرد. این اتوموبیل جدید هوندا «اکورا آر ال ایکس» نام دارد. یکی از مهندسان هوندا می گوید: «این خودرو بدون راننده نیست... راننده باید در خودرو حضور داشته باشد تا عملیات خودکار اتوموبیل را کنترل کند.»

این هوندای جدید که در بزرگراههای دیترویت در ایالات متحده آمریکا آزمایش شده است، بصورت هوشمند سرعت می گیرد و از این سرعت بالاتر نمی رود. در طول ۱۲ کیلومتر تست خودرو، راننده دستانش بدون حرکت ماند و خودرو مسیر را کنترل کرد.

اریک بلامبرگز، مهندس هوندا می گوید: «ما هدف بزرگی داریم و آن، کاهش تصادفات است. البته ایمنی خودرو را هم به بالاترین حد ممکن رسانده ایم. معتقدیم اینگونه فناوریها به ما کمک می کند که به اهدافمان برسیم. در واقع این نوع خودرو، نگرانی راننده را کاهش می دهد و سفر او را ایمن می کند.»

خودروهای الکتریکی مدتهاست جایگزین مطمئنی برای خودروهای بنزینی و گازوئیلی شده اند. اما مشکل خودروهای الکتریکی نقصان آنها در برآورده کردن خواستههای مهندسان و

زودترین زمان صیصیت و تفیلین ۰۹:۰۶ بهترین زمان برای شمع ایسرائل تا ۲۴:۹

زودترین زمان مینخا ۰۳:۱۲ بعدازظهر زودترین زمان عروبت با مینیان ۰۸:۰۸

۱ فوریه - ۷ فوریه

خروج شبیات ۱۰/۳۱/۲۰۱۵ ساعت ۰۱:۰۶ ورود شبیات ۱۵/۲۰/۲۰۱۵ ساعت ۰۰:۵۰