



## امروز شما

**متولدین فروردین:**  
 شما سعی دارید که مسائل کاریتان را با استفاده از روش ها و اطلاعات قدیمی حل کنید. با وجود تمام تلاش هایی که برای پیشرفت دارید در گذشته گیر کرده اید و همین باعث شده که نتوانید به هدفان برسید.

**متولدین اردیبهشت:**  
 شما بالاخره برای بیان فکر و نظرات خود در رابطه با موضوع مهمی آمادگی پیدا کرده اید. شما تا زمانی که همه جوانب را در نظر نگرفته و با وجود این که از توانایی کافی برای حمایت از نظرات خود اطمینان کامل پیدا نکرده بودید، خیلی عاقلانه از بیان آنها خودداری کردید تا اوضاع را بهم نریخته و خودتان هم بی دفاع باقی نمانید.

**متولدین خرداد:**  
 احساس می کنید همچون بادبادکی در پنجه باد اسیر شده اید و این باد شما را به هر جهتی که بخواهد می کشاند. ولی دارید اشتباه می کنید، کنترل اوضاع آنقدرها هم که فکر می کنید از دست شما خارج نیست. کافی است سطحی فکر نکنید و کمی به عمق اوضاع بپردازید.

**متولدین تیر:**  
 امروز ممکن است با یکی از دوستان و آشنایان قدیمی خود دیدار داشته باشید که خاطرات زیادی را در شما زنده خواهد کرد. در محل کارتان اوضاع کمی بهم ریخته است و موضوعی که چندین هفته پیش مطرح شده بوده، دوباره مورد بحث قرار خواهد گرفت.

**متولدین مرداد:**  
 امروز شاید خیلی تمایل به حرف زدن نداشته باشید، ولی خیلی خوب می دانید که در اطرافتان چه خبر است و کاملاً می دانید که در رابطه با آنها چکار باید بکنید.

**متولدین شهریور:**  
 امروز بیان کردن آنچه در قلبتان می گذرد بسیار سخت است و ممکن است ناگهان واکنش های عاطفی تندی از خودتان نشان دهید. اگر احساسات خود را بیان کنید شاید ناخواسته بازی را طوری تغییر دهید که به ضررتان تمام شود.

**متولدین مهر:**  
 ایده های شما همچنان بدیع و جسورانه هستند، ولی امروز ممکن است به جای این که از انرژی ارزشمند خود عاقلانه استفاده کنید آن را هدر بدهید. حتی اگر ذهنتان خیلی فعال باشد و خوب کار کند باز هم داشتن افکار بهم ریخته و آشفتگی می تواند مانع رسیدن شما به اهدافتان شوند. چند نفس عمیق کشیده و با ذهنی آرام به سر کارتان بازگردید.

**متولدین آبان:**  
 در حال حاضر بهترین کار این است که تمام توان و قدرتتان را روی اهدافتان متمرکز کنید. این اراده محکم و تمرکز روی اهداف باعث خواهد شد که در مقابله با سخت ترین مشکلات هم خودتان را نوازید.

**متولدین آذر:**  
 امروز خاطرات کودکی در ذهنتان زنده شده و شما را حسایی به خودشان مشغول کرده اند. ولی نباید بگذارید این رویاهای حواستان را پرت کرده و نگذارند به کارهای اصلیتان برسید. اخباری خوب، ولی غافلگیر کننده در مورد آشنایانتان به گوشانتان خواهد رسید.

**متولدین دی:**  
 با وجود این که خودتان از این که امروز چه کارهایی می خواهید انجام دهید مطمئن هستید، باز هم احساس می کنید که یک جای کار می لنگد. خودتان هم نمی دانید که دقیقاً چه چیزی شما را دچار تردید کرده است، ولی صدایی از درونتان می گوید که فعلاً نباید به خواسته ها و امیال خود اعتماد کنید.

**متولدین بهمن:**  
 امروز احساس می کنید برخی چیزها در اطرافتان دارند اتفاق می افتند که شما از آنها بی خبر هستید. متأسفانه ممکن است وقت و انرژی بسیاری را برای پی بردن به این ناشناخته ها که فکر می کنید اهمیت زیادی هم دارند، صرف کنید.

**متولدین اسفند:**  
 اگر به تازگی تصمیمی گرفته اید که آینده شما را به صورت اساسی تحت تاثیر قرار خواهد داد، پیش از آن که دست به کار شده و تصمیمتان را عملی کنید یک قدم رو به عقب رفته و تصمیمتان را یک بار دیگر مورد بررسی قرار دهید.

## با چاشنی عشق غذا می پزم



کمند امیرسلیمانی از هنرمندان توانمندی بوده که توانسته هر سه دوره زندگی را در دنیای بازیگری بگذراند و از تمامی امتحانات سربلند بیرون بیاید.

با او به گفت و گو نشستیم که نه درباره حرفه اش که از زندگی شخصی اش بدانیم و ببینیم خوشبختی را در چه می داند و نگاهش به زندگی چیست و از آنچه می خواهد.

**از زندگی خانوادگی تان بگوئید. چند فرزند دارید؟**  
 یک پسر ۱۴ ساله دارم به نام ایلیا. پسری خوب، خاص و جالب است. برخلاف بیشتر فرزندان هنرمندان که دوست دارند راه والدین را ادامه بدهند او چندان علاقه ای به این کار ندارد و بیشتر به نرم افزار و سخت افزار کامپیوتری و افزودن اطلاعات تکنولوژیک دارد.

**برویم سراغ هنرهای خانگی. اهل آشپزی هستید؟**  
 بله، من عاشق آشپزی ام و از خلاقیت در این زمینه خوشم می آید. من عمدتاً غذاهای ایرانی مثل پلو خورش ها را درست می کنم و حقیقتش دستپخت بسیار خوبی دارم. از ادویه جات و چاشنی ها استفاده می کنم. اصلی ترین چاشنی که به غذایم می افزایم، عشق است و همین عامل بهتر شدن دستپختم می شود، اما از این گذشته، به طعم دارچین و پودر سیر علاقه دارم، اما سعی می کنم روغن کمتر استفاده کنم. گاهی شاید غذاهای خارجی درست کنم، اما فست فود اصلاً در رژیم غذایی ما نمی گنجد.

**نظرتان راجع به زن سالاری و مردسالاری در خانواده چیست؟**  
 هر دو بد است. هیچ کس حق ندارد خواسته خود را به دیگران تحمیل کند. هر کس باید آزادی عمل داشته باشد و بهترین حالت آن است که همه در خانواده با هم در صلح و صفا زندگی کنند.

**اوقات فراغت تان را چگونه می گذرانید؟**  
 بودن و ارتباط داشتن با دوستان برای من خیلی مهم است. گاهی هم در خانه کتاب می خوانم یا تلویزیون نگاه می کنم.

**برای شادی خانواده ها چه پیشنهاداتی دارید؟**  
 انسان ها باید سعی کنند خودشان شاد باشند و دیگران را هم خوشحال کنند. من نمی دانم چرا اخیراً این حالت در جامعه پیش آمده که همه می خواهند از یکدیگر ایراد بگیرند و خود را بر سر دیگری تخلیه کنند.

**برای دوران سالمندی چه برنامه هایی دارید؟**  
 با دوستانم یک شوخی داریم به نام خونه پیری ها. قرار گذاشتیم که در سنین پیری کنار هم باشیم تا تنها نمانیم.

برنامه خاصی برای آن دوران ندارم و امیدوارم از آرامش کامل برخوردار باشم. خودم برای سالمندان خیلی ارزش قائلم و گاهی به سرای سالمندان سر می زنم.

## ضرب المثل

### ریشه و داستان ضرب المثل ستون پنجم دشمن

ریشه و داستان ضرب المثل فرانکو با ارتش خود به سمت ستون پنجم دشمن مادرید در حرکت بود. او برای کاربرد ضرب المثل: کمونیست های حاکم بر شهر ضرب المثلی که به معنای کنایه بیگامی فرستاد با این مضمون: به افرادی اطلاق می شود که «من با چهار ستون سرباز از خواسته و ناخواسته کاری شرق، غرب، جنوب به سوی می کنند که به ضرر گروه مادرید پیش می آیم ولی شما



خودی و نزدیکانشان تمام روی ستون دیگری هم حساب می شود. باز کنید که آن «ستون پنجم» در جمع خود شماس. کسانی که با ما و عقاید ما هر اصطلاح رایج در ادبیات سیاسی محسوب می شود، «ستون پنجم» به معنای جاسوس است. البته شاید بتوان در تعبیر درست تر گفت اگرچه جاسوس در معنای اصلی خود کسی است که مصلحت کشور را ولو به قیمت جان خود از نظر دور می دارد و از روی خودآگاهی زنیال فرانکو نهایتاً با کمک همین ستون پنجم، توانست در این مثل اشارت به افرادی با پانچت اسپانیا را تصرف کند. است که دانسته و ندانسته و گاه از روی جهل کاری می کنند که به ضرر گروه خودی است و به قولی گل به خودی محسوب می شود و ضرر بزرگی را بر روند کار گروهی وارد می کند. در خفا و پنهانی اعمالی انجام می دهند که به ضرر خودی در جنگ های سه ساله اسپانیا دوست هستند و در باطن از دشمن، دشمن ترند.

### عکاس: محمد رضا نوکام



### از نگاه دوربین روستای دوان - کازرون

## فرم تقاضای اشتراک روزنامه طلوع «فقط در شیراز»

نام و نام خانوادگی: \_\_\_\_\_  
 تلفن ثابت: \_\_\_\_\_  
 آدرس: \_\_\_\_\_  
 کد اشتراک: \_\_\_\_\_  
 موبایل: \_\_\_\_\_

سه ماه (با تخفیف) ۷۵/۰۰۰ تومان  
 شش ماه (با تخفیف) ۱۳۰/۰۰۰ تومان  
 یک سال (با تخفیف) ۲۵۰/۰۰۰ تومان

سه ماه بدون تخفیف ۷۸/۰۰۰ تومان  
 شش ماه بدون تخفیف ۱۵۶/۰۰۰ تومان  
 یک سال بدون تخفیف ۳۱۲/۰۰۰ تومان

ضمناً این تفرقه برای اشخاص حقیقی (مردم و شرکتهای خصوصی) می باشد