ZENDEGI-SALAM
ضمیمه روزنامه خراسان
زندگی سلام
•چهارشنبه•۱۴ آذر ۱۳۹۷•شماره ۱۲۰۱

حدیث روز

امام رضا(ع): امین به تو خیانت نمی کند، اما تو خائن را امین می شماری.

بحارالانوار

ذکر روز چهارشنبه
صد مرتبه «یا حی یا قیوم»

در محضر بزرگان

خودمان مقصریم

مرحوم آیت ا... بهجت فرموده اند: موجبات خواطر و غفلت و نسیان از یاد و ذکر حضرت حق را خود ما فراهم می کنیم. در اثر محاسبه و مراقبه، عیب کار آشکار می گردد.

برگرفته از «جرعه وصال»

کاریکلماتور

سید مصطفی صابری

*پس از شکست خجالت را بُردم.
*ابر که گریست، کویر خندید.
*فریاد رعد، اشک ابر را درآورد.
*فریادت، دردهایی را با من نجوا می کند.
*آن قدر سرگرم جمع کردن پول بود که فرصتی برای کم کردنش پیدا نکرد.

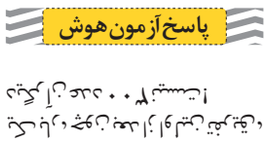
بریده کتاب

آن چه را دوست داری به حال خود رها کن

سرانجام چیزی که شاید حائز اهمیت بسیار هم باشد آن است که اگر چیزی را دوست بداریم یا به چیزی عمیقا علاقه مند شویم یا شیفته چیزی شویم، کمتر دچار وسوسه می شویم که در ماهیت آن چیز دخالت بکنیم، یا تصمیم به کنترل آزمودنی بگیریم، یا آن را تغییر دهیم و یا اصلاح کنیم.

برگرفته از «زندگی در اینجا و اکنون»
اثر آبراهام مزلو

پاسخ آزمون هوش



قرار مدار

اندکی صبر

کران بیکرانه

مهناز حسینی

رو به رویم بنشین
نگاهت را به چشمانم بیاویز
می خواهم در عمق بی انتهای نگاهت
خود را پیدا کنم

دنیا به روایت تصویر

گتی ایمیج| رژه نیروی هوایی هندوستان

بار کرافت| خشک کردن محصول نارنگی در آفتاب، هندوستان

قبل و بعد از یک پروژه نقاشی دیواری، لهستان

فتوشعر

ترسانک

چشمه تاریک

ناصر علیرضائی

بچه هایی که از چشمه برایش آب می آوردند می گفتند چشمه عمیق است. معلم روستا بود. یک روز که کلاس نداشت چند متر نخ را به قلوه سنگی گره زد و رفت به محل چشمه، پانزده پله خیس و لیز را با احتیاط پایین رفت تا وارد فضای خنک و تاریک چشمه با سقف گنبدی که مانع تابش آفتاب و نفوذ گرد و خاک می شد، شود. اطراف را نگاه کرد، تنها بود. سنگ را از جیبش درآورد و پرت کرد توی آب. یک سر دیگر نخ توی دستش بود، نخ به انتها رسید ولی هنوز سنگ به ته چشمه نرسیده بود. کنجکاو شد و نزدیک تر رفت. چند بار نخ را تکان داد ولی سنگ در آب معلق بود و معلوم نبود چقدر با ته چشمه فاصله دارد. به آب خیره شد، نخ را رها کرد، دستش را به آب خنک زد. پاچه های شلوارش را تا زد و پاهایش را درون آب فرو برد. حس کردن رنگ آب تیره تر شد، سایه ای زیر آب تکان خورد، ناگهان چیزی چسبناک به دور پاهایش حلقه شد و قبل از این که بتواند واکنشی نشان دهد با سرعت به اعماق آب فرو رفت.

منتخب های چی شده؟

بدن سازی با همزن آرنولد!

سلام. با تشکر از استقبال تون از این مسابقه، فکر می کردیم آرنولد بیشتر از اینا طرفدار داشته باشه! بازم رد پای شله تو بیشتر پیامک ها دیده می شد! ممنون از همه دوستانی که درست و طبق روش گفته شده تو مسابقه شرکت کردن. پیامک های بی ربط و بی نام و بی مزه متاسفانه حذف شدن. چندتا از جمله های بانمک تر رو انتخاب کردیم که می خونید. دمتون گرم و خوش باشین همیشه.

*وقتی آرنولد برای دوران بعد از بازنشستگی آشکده زده!
فرهاد دوست علی

*آرنولد: ترامپ جونی، بیا رنگ موت حاضر شده. فقط ملانیا نفهمه ها.
ابوالفضل حصاری

*تصویر پخت «شوربا(شوروا)» که نسل به نسل از خانواده بزرگ «شوارتزنگر» به وی منتقل شده است!
علی طوافی، بشرویه

*آخ جون دیگه نابودگر ۷ ساخته نمی شود!
مجید عباسی

*حالا که دو تابعیتی توی ایران مده موخام با پختن شله مشهدی بهتان ثابت کنم بچه مشهدوم!
مسعود ناصری

*وقتی قانون عدم کار بازنشستگان اجرا شده و آرنولد برای برکنار شدن اجباری از فرمانداری آش پشت پا میده.
وحید، کاشان

*وقتی آرنولد از هول حلیم میفته تو دیگ!
محمدرضا صدفیان

*وقتی آرنولد می خواد آش پخش کنه ولی می بینه اون طرف شله میدن و با حسرت حواسش اون طرفه!
سید حسین آروند

*وقتی آرنولد جوان های امروزی رو می بینه همه قرص و آمپول میزنن و میگه هیچی جای غذای سالم رو نمی گیره!
مهدی مظفریان

*وقتی آرنولد زور بازوی سابق رو نداره و از ترس زنش آشپزی میکنه!
نسا کامکار

*وقتی آرنولد زیر بغل کار میکنه!
ابوالفضل یعقوبی

*آرنولد به ظلی پور میگه یک آشی برات بپزم که دیگه جرئت نکنی به استاد فراستی گیر بدی!
غلامرضا قلی پور از روستای به آباد

*همزن دستی بسیار قوی آرنولدی، ضد چروک و ضد پیری!
حسن الهی

*گوشت گران شده، این آش را طوری هم بزن که مشتری فکر کنه حلیم بوقلمونه!
رضا شکروی، بیرجند

تاپخند

- ما شوخی شوخی از عابربانک پول می گیریم و بانک جدی جدی از مانده حساب ما کم می کنه!
- این روزها تنها راه از دواج اینه که خونه بابات زندگی کنی، یک اتاق خواب بدن بهت، بقیه لوازم زندگی هم مشاع و مشترک. عین ۱۰۰ سال پیش!
- دوستان به نظرتون برای سر کردن کلاه بابانوئل کمی زود نیست؟ خودخارجی ها هم هنوز در جریان نیستن!
- چرا همیشه اون که جور و جفا دیده و وفا کرده ماییم، اون که مهر و وفا دیده و جفا کرده اونان؟!
- این خواننده ها اگه ته اسم گروهشون «بند» ننویسن ممکنه ما گول بخوریم فکر کنیم همشون یک نفرن؟!
- همچین میگن همیشه خودت باش، انگار مثلا ما چهارشنبه و پنج شنبه ها شوهر عمه مونیم!
- زندگی وقتی زیبا میشه که کارت بانکیم رو مثل گوشیم بزنم به شارژر تا صبح شارژ بشه!
- چند وقت پیش تو ماشین یک پلیسه برام دست تکون داد، منم یه بوق زدم با لبخند براش دست تکون دادم. امروز خلافی گرفتم فهمیدم اون پلیسه اون روز بهم ایست داده بود!

دور دنیا

زنده شدن ماهی

شین هوا- ویدئویی که به تازگی در ژاپن ده ها هزار بار به اشتراک گذاشته شده، زنده شدن یک ماهی پس از دو روز قرار گرفتن در یخ بود. این ماهی که دو روز تمام در یخ نگهداری شده بود، برای بسته بندی از یخ خارج و در پاکت هایی که حاوی آب گرم است، بسته می شود. اما ماهی بعد از این که وارد آب گرم می شود دوباره جان می گیرد و در دستان کارگر تکان می خورد. این اتفاق شبیه معجزه است چرا که این نوع ماهی در دمای پایین به سرعت می میرد.

ایمیل عذرخواهی از طرف دزد

آدیتی سنترال- دانشجوی دانشگاه بیرمنگام در انگلیس، پیام جالبی در اکانت توئیترش از طرف دزد لپ تاپش گرفته و به اشتراک گذاشته است. در این پیام دزد از او بابت دزدیدن لپ تاپش معذرت خواهی کرده و نوشته که بسیار فقیر است و با این که می توانست گوشی و کیف پول او را هم بدزدد فقط لپ تاپ را دزدیده است و در ادامه گفته چون می داند او دانشجو است، هر فایلی را که از روی لپ تاپش لازم دارد برای او ارسال خواهد کرد!

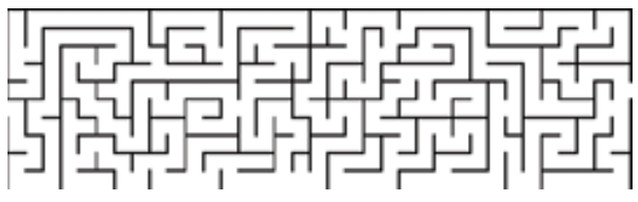
آزمون هوش

شگفتی اعداد

تصویر سازی ها: سعید مرادی

پرسش: چند بار می توانید عدد ۶۰ را از عدد ۳۰۰ کم کنید؟

مارپیچ(سختی ۶۰٪)



از اون لحاظ

روشنگری در سالن های سینما

محمدامین فرشادمهر |طنزپرداز

به تازگی در یکی از دانشگاه ها موقع اکران فیلم به دلیل حضور همزمان دانشجویان دختر و پسر، لامپ های سالن را روشن نگه داشته اند. خب خوشبختانه گویا شاهد رفع مشکل قطعی برق در سالن های سینما هستیم و رفته رفته می توانیم فیلم ها را در روشنایی ببینیم. اصلا بر خلاف باور عموم، در ستش هم همین است که در هر فضایی اختلاطی هست نور کافی وجود داشته باشد، به خصوص در سینماها که چشم مان هم در تاریکی در دمی گرفت. اتفاقا دانشمندان طی نامه نگاری هایی، در حال مذاکره با خورشید هستند که چند ستاره کوچک تر در حد لامپ صدوات در قسمت پشت به خورشید زمین مستقر شود. به هر حال ما ملت غیور کره زمین نباید تحت عناوین و توجیهاتی مثل این که خب آن زمان شب است و باید تاریک باشد، آلت دست فرازمینی ها بشویم.

مسئله بعدی که باید خدمت تان عرض کنم این است که با اصلاح رفتار سینماها، خود فیلم ها نیز باید مسائلی را رعایت کنند که ما در این زمینه چند پیشنهاد آماده کرده ایم:

یک- همه برداشت ها در روز گرفته شود.

دو- کارگردان و دیگر عوامل در صورتی که مرد هستند، فقط قسمت های مربوط به مردان را بگیرند. برای فیلم برداری از قسمت هایی که کاراکترهای خانم حضور دارند، دوربین را از لای در بدهند قسمت زنانه تا آن ها خودشان ضبط کنند. آخر سر هم سرپایی ها را بگیرند.

سه- در بخش فیلم نامه نویسی، قسمت هایی که شخصیت های خانم ایفای نقش می کنند، نویسنده خیلی متمرکز نشود و به تعلیق ها و گره ها و گره گشایی ها نگاه نکند. نویسنده آقا اگر می خواهد شخصیت خانمی را پررنگ کند، حتما باید طبق رسم و رسوم پیش برود و پس از مطرح کردن با خانواده، با دسته گل و شیرینی به خانه آن شخصیت بروند. البته اگر نویسنده کار بنده باشم احتمال این که شخصیتی که خلق کرده ام به خودم جواب منفی بدهد هم زیاد است.

چهار- آن جاهایی که شخصیت های خانم دیگر قصه وارد می شوند، نویسنده باید از جلوی میز تحریر بلند شود و ادامه کار را به شخصیتی که با او ازدواج کرده بسپارد. اصلا یکی از شیوه های اصلی در فیلم نامه نویسی همین است که خود کاراکتر قصه را پیش ببرد.

پنج- در تمام طول مدت نگارش فیلم نامه، حتما تمام لامپ های اتاق نویسنده روشن باشد. مهم ترین نکته بین تمام نکات گفته شده هم این است که موقع خواب، نویسنده نوشته هایش را مرتب روی تختش قرار دهد و خودش برود در اتاق نشیمن روی کاناپه بخوابد!

یادش به خیر

ما و شما

راه ارتباطی با ما: پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* میشه جدول روز پنج شنبه در «زندگی سلام» که بیشتر بچه ها پشتش رو برای کار دستی استفاده می کنند، چاپ نشه؟
* جالب بود در پرونده درباره آثار هنری که از زباله درست شدن، با یک همشهری هنرمند گفت و گو کرده بودین. سپاس از شما که به هنر شهر و استان اهمیت میدین. **بقایی**
* مهدیه عزیزم تولدت مبارک.
پدر و مادرت
* لطفا مسابقه جدید و مسابقه پیامکی بذارین، چون مسابقه هاتون همه تکراری شده. باتشکر. **کشته گر، درگز**
* می خواستم از همسرم فرنگیس خانم یک تشکر ویژه کنم که تو این شهر غریب تو سخت ترین شرایط کنارم مونده و مثل یک کوه تکیه گاهم بوده. مرسی که هستی گلم. **بابای امیر و آرزو**
* خواستن همیشه توانستن نیست. من او را می خواستم، توانستم؟ **مسعود مجنونپور**

آگهی مناقصه یک مرحله ای (نوبت اول)

نام دستگاه مناقصه گزار: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سبزوار موضوع مناقصه: خرید لباس مورد نیاز بیمار، جهت بیمارستانهای تحت پوشش دانشگاه. مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: مبلغ هشتصد و پانزده میلیون ریال به صورت ضمانتنامه بانکی یا واریز وجه نقد محل و زمان دریافت اسناد: سبزوار، دبیرخانه ستاد مرکزی دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، تا پایان وقت اداری روز چهارشنبه مورخه ۹۷/۰۹/۱۴ و یا از طریق مراجعه به نشانی اینترنتی www.medsab.ac.ir محل و زمان تحویل اسناد و ارائه پیشنهاد: سبزوار، خیابان سیدجمال الدین اسدآبادی، جنب باغ ملی، ستاد مرکزی دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، طبقه چهارم، حراست دانشگاه تا پایان وقت اداری روز سه شنبه مورخه ۹۷/۰۹/۲۷ شرایط شرکت کنندگان: کلیه اشخاص حقوقی واجد شرایط مصرح در اسناد مناقصه

روابط عمومی و امور بین الملل دانشگاه علوم پزشکی سبزوار

۹۷۱۳۸۹۵۳/ش