ZENDEGI-SALAM
ضمیمه روزنامه خراسان
زندگی سلام
•سه شنبه•۱۶ بهمن ۱۳۹۷•شماره ۱۲۵۴

حدیث روز

امام حسن(ع): هر گاه شنیدی شخصی آبروی مردم را می ریزد، بکوش تا تو را نشناسد.

بحارالانوار

ذکر روز سه شنبه

صد مرتبه «یاارحم الراحمین»

در محضر بزرگان

بر تو باد به مراقبه

علامه حسن زاده آملی می فرمایند:
مراقبت عبارت است از این که بنده بداند خدا در تمام حالات بر او مطلع است.
ملاحظه انسان بر این حال، مراقبت است و اعظم مصالح عبد این است که بداند خداوند بر او رقیب و به او نزدیک است و به افعالش علم دارد و حرکاتش را می بیند و اقوالش را می شنود و بر اسرارش اطلاع دارد و او در قبضه قدرت خداوند منقلب می شود و ناصیه و قلبش به دست اوست و نمی تواند خود را از خدا پوشیده نگه دارد و از سلطه او خارج شود.

برگرفته از
«رساله لقاءا...»

بریده کتاب

استرس شغلی

+ از تحلیل گری سهام تا شیشه شویی، فاصله خیلی زیادی هست...
-راستشو بخواین شستن شیشه ها برام کمتر استرس داشت. اگه قرار باشه چیزی سقوط کنه خودم هستم نه قیمت سهام.

«دیدن دختر صد در صد دلخواه در صبح زیبای آوریل»
اثر هاروکی موراکامی

غلط ننویسیم

عدد نویسی

زمانی که عدد بخشی از واژه باشد، حروفی نوشته می‌شود: هزار پا، هفت خان، دوشنبه، دوپاره، دوبعدی، دورو، صدالبته، سه گانه و...

کانال «زین قند پارسی»
علیرضا حیدری

قرار مدار

اندکی صبر

نسیم به یاد ماندنی خاطرات

مصطفی مروج همدانی

گم می شوم در خاطراتی که سلول هایش از جنس هواست
با طراوت، آفتابی، خنک
نسیم به یادماندنی خاطرات
مرا در زیر سایه روشن هایش
به گشت و گذاری دل انگیز
می برد...

فتوترانه

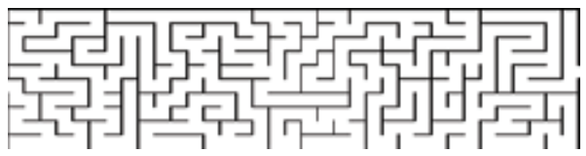
دیزالو

«موس را تکان بده!»

محمدعلی محمدپور | طنزپرداز

صد سال به این سال ها. هر روزتان فیلمی، نوروزتان فیلمی. بهار سینمای ایران یعنی جشنواره فیلم فجر شروع شد و جو سینمایی همه کشور را در بر گرفت. خیلی هم خوب! توی اینستاگرام هم به‌طور ناگهانی به تخصص همه، یک «منتقد سینما» هم اضافه شد و ناگهان تعداد منتقدان سینمای ایران هزاران برابر شد. همه رخت جامعه‌شناسی و تحلیل فوتبال از تن به در کردند و قبای منتقدی پوشیدند، طوری که استوری ها از «اون لحظه که بازیکن ها همه توپ رو ول کردن اون بازیکن ها همه ما مردم ایران بودیم» تغییر پیدا کرد به: «اون لحظه که نوید محمدزاده با لباس زیر تو حیاط ایستاد و گفت سمیه نرو! اون سمیه همه ما بودیم که هیچ وقت یه نفر بهمون نگفت نرو!» حالا که صحبت از نقد کردیم، این را هم بگوییم که بازار نقد توی تلویزیون هم داغ بود و آقای فراستی به برنامه هفت بازگشت. بازگشتی که همراه با شگفتی عجیبی بود و ایشان همین جور توی دوربین زل زد و گفت تا این جای جشنواره از دو تا فیلم خوشم آمده، سینما بودند و اصلا اذیتم نکردند. آخر اگر یک فیلم می بود ما می گفتیم آقای فراستی دچار سهو نقد شده و اشتباهی خوشش آمده، اما این اتفاق برای دو فیلم افتاده که به نظر ما اصلا تصادفی نیست.
اما حاشیه ها هم بخش جدایی ناپذیر این جشنواره هستند و همچنان حضور پررنگی دارند. مثلا فیلم آقای روستایی کلی سر ماندنش توی جشنواره چک و چانه زده شد. آقای روستایی می گفت فیلمم آماده است، مسئولان جشنواره می گفتند: «نه دروغ میگی، تو داری ادای آماده ها رو درمی آری!» آن قدر این چانه زنی ادامه پیدا کرد که در نهایت فیلم از متری ده دوازده تومان پس از مذاکرات زیاد به «متری شش و نیم» رسید و در نهایت همه سر شش و نیم رضایت دادند. البته در کنار این سخت گیری وسط های جشنواره ناگهان دبیر جشنواره در را باز کرد و گفت: «جمع و جورتر بشینید این دو تا دوست جدیدمون هم جا بشن» و همین جوری دو فیلم به اکران ها اضافه شد.
اما خود فیلم ها چطور هستند؟ آن طور که ما از بازخورد منتقدان و تماشاگران فهمیدیم این است که یک سری فیلم ها مثل همیشه از تکنیک کشش بده لعنتی، نود دقیقه رو پر کن، استفاده کرده اند. یعنی از آن فیلم های «موس را تکان بده» هستند. بنابراین وقتی تماشاگر توی سینما پای این فیلم ها می نشیند توی دست و بال بغل دستی اش دنبال موس می گردد تکان بدهد ببیند چقدر از فیلم مانده که چیزی پیدا نمی کند و آن وسط ها فیلم ناگهان به شکل باز تمام می شود.

مارپیچ (سختی ۶۰٪)



سه نقطه

ماوشما

* مطلبی که درباره ویدئوی تماس با اورژانس نوشته بودین، بسیار عالی بود. بنده این ویدئو رو چند بار دیدم ولی متوجه جریان نشدم که با این متن شما کاملا برایم تفهیم شد. خیلی عالی عالی هستید.
* سه نقطه چاق و لاغر عالیه، دمتون گرم. هر روز منتظریم تا قسمت جدیدش رو تو روزنامه بخونیم.

آرمین و دوستان

* خواهر عزیزم لیلا جان تولدت مبارک. از طرف خواهرت مریم منانی به تنها خواهرم فقط بگویم در دنیا تکی.
* آق کمال؛ میشه روتون حساب باز کنم؟!

آق کمال: صاب اختیارن ولی اگه برام حساب باز کنن بیشتر خوشحال مرم!

دنیا به روایت تصویر

فرانس پرس | کشف مقبره‌ای حاوی ۵۰ مومیایی در صحرای جنوب قاهره که مربوط به دوره پادشاهی بطلمیوسی است

گاردین | لذت برف، انگلستان

تاپخند

- کاش اون تابلوی هیس رو که تو بیمارستان ها هست، از گردنم آویزون می کردم!
- رفتم پیش روان شناس گفتم من هر ترم چند واحد می افتم ولی بازم نمی خونم چیکار کنم؟ گفت به نمراتت لبخند بزن، نمره هام رو نشونش دادم افسرده شد رفت!
- گوگل عزیز، عطسه ربطی به سرطان نداره، والا تقصیر خودمه تنبلی کردم لباس گرم نپوشیدم!
- به برنده جشنواره فجر امسال اگه به جای سیمرغ، یه دونه مرغ گرم بدن با نیم کیلو چرخ کرده گوسفندی بیشتر خوشحال میشه!
- شما همین الان از هر ایرانی بپرسی می دونستی تخم کبوتر زرد گینه پاپوایی برای قلب خوبه؟ ۹۹ درصد میگن اون که آره، اون یه درصد هم میگن آره ولی باعث اسهال میشه، خلاصه کسی نمی گه نمی دونستم!

دور دنیا

روش تایلندی ها برای مقابله با آلودگی هوا

دیلی میل- آلودگی هوا در تایلند به قدری بالاست که مسئولان با اسپری کردن آب در هوا سعی می کنند میزان غلظت مواد سمی در آن را کاهش دهند و هوا را تصفیه کنند. روز گذشته هم رسانه های تایلندی این خبر عجیب را مخابره کردند و نوشتند که تانکرهای بزرگی در سراسر این کشور در حال اسپری کردن آب در هوا هستند؛ این در حالی است که عده زیادی از دانشمندان این کشور با این روش مخالف اند و معتقدند این کار تاثیر به مراتب بدتری روی آلودگی هوا خواهد گذاشت.

مرد عنکبوتی فرانسوی دستگیر شد

رویترز- کارکنان اداری یک آسمان خراش ۲۱۰ متری در شهر مانیل فیلیپین، به محض دیدن فردی که در لبه پنجره اتاق کارشان در طبقه چهل و هفتم، آن هم بدون هیچ تجهیزات ایمنی بود، شگفت زده شدند و دست از کار برداشتند. مردم خیلی زود این مرد عنکبوتی اهل فرانسه به نام «الن رابرت» مشهور را شناختند. این مرد ۵۶ ساله بدون هیچ وسیله ایمنی و فقط با استفاده از دستکش های گچی برای محافظت از دستانش، آسمان خراش را بالا می رفت که توسط پلیس به اتهام اخلال و ایجاد وحشت عمومی دستگیر شد. مرد عنکبوتی فرانسوی تا کنون از بیش از ۱۰۰ ساختمان بالا رفته و اسم خود را در کتاب رکوردهای گینس ثبت کرده است.

تفأل

فرو رفت از غم عشقت دمم دم می دهی تا کی
دمار از من برآوردی نمی گویی برآوردم
شبی دل را به تاریکی ز زلفت باز می جستم
رخت می دیدم و جامی هلالی باز می خوردم

افسانه های نوین

رهگذر غریب و بقال نانجیب

علکساندر کاربراتور | مورخ، مولف و عمود منصف

روزی رهگذر همیشگی ما توی شهر خودش رژه می رفت که چشمش به یک رهگذر غریبه و ناراحت افتاد. رهگذر ما نزدیکش شد و افزود: «چیه؟» رهگذر غریبه اشک هایش را با آستین پاک کرد و آب بینی اش را بالا کشید و افزود: «من در شهر شما غریبم. می خواستم به حمام بروم که به خودم افزودم کیسه پولم را کجا بگذارم؟ از دلاک شنیدم که در شهر شما بقالی منصف هست. پیش او رفتم و به او افزودم آیا کیسه مرا امانت می ستانی تا بروم لیف و کیسه بکشم و برگردم؟ بقال با خوش رویی افزود آری. پس از استحمام که به بقال مراجعه کردم، او منکر گرفتن کیسه از من شد.» رهگذر ما به رهگذر غریبه افزود: «جوش نزن، درستش می کنم. فردا فلان ساعت بیا دم بقالی، کاریت نباشه. لازم هم نیست این قدر لفظ قلم صحبت کنی، سوسول!»
رهگذر غریبه فردا راس فلان ساعت به بقالی مراجعه کرد و از دور نظاره گر صحبت رهگذر ما با مرد بقال بود. رهگذر ما به بقال افزود: «داداش من دارم می رم مسافرت، یه مقداری سکه طلای نقد دارم، به کسی جز تو اطمینان ندارم، میشه اینا رو برام نگه داری؟» بقال چشمانش برقی زد و خطاب به رهگذر ما افزود: «بعله که میشه! بده بیاد که خوب جایی اومدی.» در همین لحظه رهگذر ما دستش را به پشت سرش برد و با علامت به رهگذر غریبه اشاره کرد که بیا. رهگذر غریبه هم دوان دوان آمد و خطاب به بقال افزود: «سلام بقال، من برای دریافت امانتی خود خدمت رسیدم، آیا شود که آن را به من باز گردانی؟» بقال که توی رودربایستی قرار گرفته بود نمی خواست با ندادن کیسه رهگذر غریبه، اعتماد رهگذر ما را ضایع کند. پس رو به شاگردش افزود: «بدو اون کیسه این آقای رهگذر غریبه رو بیار، دبدو دیگه!»
بقال خوشحال از این که اگر آن کیسه را نتوانست هاپولی کند، این یکی کیسه که بیشتر است را می تواند، آن را از رهگذر ما گرفت و کیسه رهگذر غریبه را داد. رهگذر غریبه و رهگذر ما خدانگهداری گفتند و رفتند. در این لحظه بقال که از شیطنت چشمانش برق می زد، در کیسه را گشود و با صحنه عجیبی روبه رو شد... درون کیسه نامه ای با این مضمون بود: «کور خوندی مردک دزد!» وزیر نامه هم چند تا سوسک و مار مولک و عقرب و خرچنگ و بچه اژدها. خوشبختانه چون داستان های ما «هپی اند» هستند، کاری با مرد بقال نکردند و فقط متنبه شد و چون خودش قبلا ازدواج کرده بود، شاگردش را داماد کرد و تا آخر عمر به خوبی و خوشی زندگی کردند!

شعر طنز

#هشتک

امیرحسین خوش حال | شاعر و طنزپرداز

حالِ ما را گرفته با هشتک — رفت جوراب توی پا؛ هشتک
پنجره باز بود و باد آمد — اندکی سرد شد هوا؛ هشتک
هست پایان ماجرا نقطه — بود آغاز ماجرا هشتک
داخل هایپر سر کوچه — نیست کنسرو لوبیا هشتک
گفت با بغض تلخ «میثاقی»: — نرو کی روش! کلمبیا؛ هشتک
خب قطر هم بدون جوگیری — رفت بر بام آسیا؛ هشتک
توی بلوار و بعد دست انداز — خورد وانت به زانتیا؛ هشتک
هشتک اشک، هشتک خنده — می گذاریم تا کجا هشتک؟
زندگی را گرفته در دستش — هست پسوند اسم ما: هشتک

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

آگهی دعوت به ارزیابی پیمانکاران قالب تونلی

بنیاد مسکن انقلاب اسلامی خراسان رضوی در نظر دارد نسبت به ارزیابی پیمانکاران دارای صلاحیت جهت دعوت در مناقصه به شرح زیر اقدام نماید.

۱- شرح مختصر موضوع مناقصه: احداث مجموعه های مسکونی ۳۰۶ و ۳۱۵ واحدی صبا واقع در شهر مشهد -بلوار عصمتیه تا مرحله اتمام عملیات اسکلت بتنی از محل اعتبارات غیر عمرانی
۲- شرایط مناقصه: مطالعه و طراحی نقشه های اجرایی، تامین کلیه مصالح و تجهیزات مورد نیاز بجز میلگرد مصرفی پروژه های به شرح جدول زیر بوسیله تکنولوژی قالب تونلی

تعداد واحد	زیربنای کل (مترمربع)	سیستم اجرا	تعداد طبقات کل	نوع قرارداد	مدت اجرا
۳۰۶	۵۳,۰۰۰	قالب تونلی	۱۲(شامل ۲ طبقه زیرزمین)	طرح و ساخت	۱۸
۳۱۵	۵۳,۰۰۰	قالب تونلی	۱۲(شامل ۲ طبقه زیرزمین)	طرح و ساخت	۱۸

• لازم به ذکر است: مراحل اجرای پروژه شامل تجهیز کارگاه- پی کنی- اجرای فنداسیون - و اجرای اسکلت قالب تونلی و پیش بینی تاسیسات برقی و مکانیکی و اجرای دیوارهای حایل زیرزمین خواهد بود.

پیمانکاران واجد شرایط لازم است مدارک و رزومه کاری خود را حداکثر تا مورخ ۹۷/۱۱/۲۵ به نشانی مشهد بلوار وکیل آباد- نبش پل شهید صیاد شیرازی -معاونت مسکن شهری بنیاد مسکن انقلاب اسلامی خراسان رضوی ارسال نمایند.
جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره های ۳۸۶۸۵۳۲۰ و یا ۳۸۶۷۰۰۸۸ تماس حاصل فرمایید.

روابط عمومی بنیاد مسکن انقلاب اسلامی خراسان رضوی
۹۷۱۶۹۷۱۴

آگهی فراخوان ارزیابی کیفی پیمانکاران انجام خدمات درمانی پردیس دانشگاه فردوسی مشهد

دانشگاه فردوسی مشهد در نظر دارد نسبت به شناسایی پیمانکار جهت انجام خدمات درمانی پردیس دانشگاه با رعایت آئین‌نامه اجرایی قانون برگزاری مناقصات و آئین‌نامه مالی و معاملاتی دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی استان خراسان رضوی و پس از ارزیابی کیفی پیمانکاران اقدام نماید.
۱- نام و نشانی مناقصه گزار: دانشگاه فردوسی مشهد
نشانی: میدان آزادی- پردیس دانشگاه فردوسی- سازمان مرکزی - مدیریت ساختمان‌ها و تأسیسات
۲-موضوع مناقصه: انجام خدمات درمانی پردیس دانشگاه فردوسی مشهد
۳- محل اجرا: پردیس دانشگاه فردوسی مشهد
۴-مدت اجرا: ۱۲ ماه شمسی
۵- مبلغ برآورد اولیه: حدود ۲,۶۰۰ میلیون ریال
۶- نظارت بر عهده مشاور معرفی‌شده از طرف کارفرما خواهد بود.
۷- نحوه دریافت اسناد ارزیابی کیفی: متقاضیان واجد شرایط می‌توانند اسناد ارزیابی کیفی را ظرف مدت یک هفته از تاریخ انتشار آگهی از اداره ساختمان و تأسیسات دانشگاه واحد قراردادها دریافت و حداکثر تا تاریخ ۱۳۹۷/۱۱/۲۴ تحویل دبیرخانه مدیریت امور اداری و پشتیبانی و اداره ساختمان‌ها و تأسیسات دانشگاه نمایند.
۸- مدارک مربوط به پیمانکار ظرف مدت یک هفته بررسی و از پیمانکاران واجد شرایط جهت شرکت در مناقصه دعوت به عمل خواهد آمد (محل و زمان و مهلت دریافت اسناد مناقصه و تحویل و بازگشایی پاکت متعاقبا به اطلاع خواهد رسید). بدیهی است ارائه مدارک فوق‌الذکر هیچ‌گونه حقی را جهت متقاضیان برای شرکت در مناقصه ایجاد نخواهد کرد.
۹- نوع و مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: مطابق بخشنامه ۱۲۳۴۰۲/ت ۵۰۶۵۹ ه ـ مورخ ۹۴/۴/۲۲ می‌باشد.
۱۰- هزینه درج آگهی بر عهده برنده مناقصه می‌باشد.
در صورت نیاز به اطلاعات بیشتر متقاضیان می‌توانند با تلفن ۰۵۱۳۸۸۰۲۲۶۵ تماس حاصل نمایند
۹۷۱۷۰۸۹۵