زندگی سلام
ZENDEGI-SALAM
ضمیمه روزنامه خراسان
•دوشنبه•۷آبان۱۳۹۷•شماره۱۱۷۴

حدیث روز

امام‌حسن(ع):تمام کردن احسان از آغاز کردن آن بهتر است.

بحارالانوار

ذکر روز دوشنبه
صد مرتبه «یا قاضی الحاجات»

در محضر بزرگان

خدایا، تو گفتی و من هم آمدم

مرحوم آیت‌ا... بهجت درباره شرکت در مجالس عزای امام حسین(ع) تأکید می‌کردند:
شرکت در مجالس سیدالشهدا(ع) محبت به ذوی‌القربای پیامبر(ص) است؛ همان ذوی‌القربایی که قرآن به مودت آن‌ها سفارش کرده و مودت آنان را مزد رسالت قرار داده است. شرکت در این مراسم، اجر رسالت پیامبر(ص) است. شما به این نیت برو به خدا بگو: تو گفتی و من هم آمدم. من همان محبتی را که تو می‌خواهی انجام می‌دهم. به کسانی که تو دوست‌شان داری محبت می‌کنم.
برگرفته از کتاب «رحمت واسعه»

سخن بزرگان

*وقتی که خود را برای بدترین وضع آماده کنیم، نگرانی در ما اثر ندارد. **دیل کارنگی**
*بیش از هر چیز انسان باید برای خوشایند خودش چیز بنویسد. **گوستاو فلوبر**
*بدون تعقیب هدفی معین، زندگی لذتی ندارد. **کولانی**
*در مقابل همه چیز می‌توان مقاومت کرد جز نیکی و خوبی. **روسو**
*کافی نیست انسان کار خیر انجام دهد، باید آن را به طریقه صحیح نیز انجام دهد. **جان مولی**

برگرفته از کتاب «رهنمون»
تالیف غلامحسین ذوالفقاری

حکایت

کودتا علیه معده

اعضای بدن از کار خسته شده و تصمیم گرفتند یک روز کار نکنند و همچون معده بیکار و تن‌پرور باشند. گفتند: «همیشه مثال چارپایان کار می‌کنیم و رنج می‌بریم...» دست از کار کشیدند، پاها از راه رفتن و دست‌ها از گرفتن. به معده گفتند خودت پی آب و نان خویش برو.
ولی کارشان بس اشتباه بود. گذشت مدت زمان اندکی و اعضا گرفتار رخوت و سستی شدند و ندمید خونی در بطن‌ها. هر عضوی بی‌دلیل رنجی می‌برد. نیروها از بین رفتند و به زودی فهمیدند که معده بیکاره نیست، بلکه بیشتر از همه یار و همراه همیشگی است.

نویسنده: ژان دو لافونتن
مترجم: ملیحه صمدی

بریده کتاب

گذراندن روزها با برنامه

برای هر قسمت روز، کاری در نظر بگیر. حتی یک ربع هم نباید خالی بماند. هر کاری را هم با روش و حساب و کتاب انجام بده، با نظم و انضباط. در این صورت روز هنوز شروع نشده به آخر می‌رسد، بدون این که خودت متوجه بشوی. مدیون کسی هم نمی‌شوی که کمکت کند تا بیکاری‌ات پر بشود. مجبور نمی‌شوی دنبال گپ و همدلی و سنگ صبور بگردی.
برگرفته از «جین ایر»
اثر شارلوت برونته

قرار مدار

اندکی صبر

باغ دل من

فرشته سنگیان

در باغ دل من،
بذر معلمی عاشق نهفته
که به وقت بهار معرفت خواهد رویید!
در من
لبخندی
مدام ضربان دارد!

دنیا به روایت تصویر

شاتر استاک | خشک کردن فلفل در مزرعه زیر نور خورشید، چین

گتی ایمیج | نصب کابل‌های دکل انتقال برق فشار قوی

تلگراف | اجرای عملیات آکروبات توسط سوار کار اهل ترکیه

خودمونی

وکیل مدافع باران

سید مصطفی صابری | روزنامه‌نگار

نزدیک پارک زندگی می‌کنم. پارکی که بیشتر وقت‌ها شلوغ است، جز آخر شب‌های سرد و روزهایی که هوا خوب اما بارانی است. راستش نمی‌توانم با این موضوع کنار بیایم که پارک در روزهایی با هوای بارانی به اندازه شب‌های سردی خلوت باشد که به خاطر تردد آدم‌های خاص، هیچ‌کس جرئت حضور در آن را ندارد. من وکیل مدافع باران هستم. دفاعیات من را بشنوید و بعد حُکم‌تان را صادر کنید:
عوامل مختلفی دست به دست هم می‌دهند تا ما آدمی شویم که هستیم و چون این فاکتورها در طول زمان و شرایط خاصی شکل گرفته‌اند و تغییرشان سخت است، تغییر یک شخصیت هم می‌شود یک پروژه سخت و نفس‌گیر اما ممکن. محیط و فرهنگ خانواده، ژنتیک و وراثت، هنجارهایی که جامعه در فرد نهادینه می‌کند، رسانه‌های اثرگذار و گروه‌های مرجع، مهم‌ترین عواملی هستند که فراتر از انتخاب‌های شخصی در شکل‌گیری شخصیت ما سهیم هستند. اما باز هم می‌توان انتخاب‌های فرد را عامل نهایی و اثرگذاری دانست که می‌تواند شرایط را طور دیگری رقم بزند. فرد می‌تواند انتخاب کند زیر باران لطافت را حس کند یا فقط خیس شود. می‌تواند انتخاب کند از باران و حس خوبی تاثیر بگیرد یا از ترس خیس شدن از زیبایی‌ها فرار کند. ما در بسیاری از مواقع می‌توانیم عوامل محیطی را که روی شخصیت ما، حال خوب ما و دنیای درونی موثر هستند، انتخاب کنیم. می‌توانیم دوستان خوبی داشته باشیم، می‌توانیم چیدمان منزل‌مان را طوری انتخاب کنیم که باعث تولید خشم نشود و نگاه ما را خسته نکند، می‌توانیم کتاب‌هایی بخوانیم که رفتارهای زیبا را در ما نهادینه کنند و خیلی چیزهای دیگر که روی ما اثرگذار است. اما این ما هستیم که به استقبال شان رفته‌ایم و انتخاب‌شان کرده‌ایم پس منفعل نبوده‌ایم.
خلاصه کلام می‌شود زیر باران بود و مریض نشد اما نمی‌شود با طمانینه زیر باران آمد و لطافت را تجربه نکرد. از دست دادن باران به خاطر سرماخوردگی مثل نخوردن غذا به خاطر دل درد است. این بود دفاعیات من.

فتونکته

یادبود

«نی نامه» قیصر

هشتم آبان، سالگرد درگذشت شادروان قیصر امین‌پور، شاعر معاصر و محبوب کشورمان با روحیه لطیف مثال زدنی‌اش است. زنده یاد امین پور بر اساس ابیات اول مثنوی مولوی با مطلع «بشنو از نی چون شکایت می‌کند» که به «نی نامه» معروف است، مثنوی «نی نامه» خود را در ۲۵ بیت سرود و به عنوان آخرین شعر در کتاب «آینه‌های ناگهان» منتشر کرد. قیصر، واقعه کربلا را در این مثنوی فقط با «نی» روایت و تصویرهای زیبایی خلق می‌کند. استاد علی موسوی گرمارودی درباره این مثنوی می‌گوید: «...شعر حتی یک کلمه اضافه ندارد و با صدای بلند می‌گویم: پهلو به پهلوی برجسته‌ترین شعرهای آیینی فارسی از آغاز تا امروز می‌زند». بیت‌هایی از این مثنوی زیبا را با هم می‌خوانیم:

خوشا از دل نم اشکی فشاندن / به آبی آتش دل را نشاندن
خوشا از نی خوشا از سر سرودن / خوشا نی نامه‌ای دیگر سرودن
نوای نی نوای بی‌نوایی است / هوای ناله‌هایش، نینوایی است
خدا چون دست بر لوح و قلم زد / سر او را به خط نی رقم زد
دل نی ناله‌ها دارد از آن روز / از آن روز است نی را ناله پرسوز
غم نی بند بند پیکر اوست / هوای آن نیستان در سر اوست
دلش را با غریبی، آشنایی است / به هم اعضای او وصل از جدایی است
سرش بر نی، تنش در قعر گودال / ادب را گه الف گردید، گه دال
ره نی پیچ و خم بسیار دارد / نوایش زیر و بم بسیار دارد
سری بر نیزه‌ای منزل به منزل / به همراهش هزاران کاروان دل
چو از جان پیش پای عشق سر داد / سرش بر نی، نوای عشق سر داد
به روی نیزه و شیرین زبانی / عجب نبود ز نی شکرفشانی
اگر نی پرده‌ای دیگر بخواند / نیستان را به آتش می‌کشاند
سزد گر چشم‌ها در خون نشینند / چو دریا را به روی نیزه بینند
شگفتا بی‌سر و سامانی عشق / به روی نیزه سرگردانی عشق
ز دست عشق در عالم هیاهوست / تمام فتنه‌ها زیر سر اوست

دور دنیا

کشف دندان انسان نئاندرتال در ایران

تسنیم- یک دندان متعلق به کودکی نئاندرتال برای نخستین بار در پناهگاه صخره‌ای باوه یوان در استان کرمانشاه کشف شد. سامان حیدری گوران، سرپرست هیئت باستان شناسی این محوطه باستانی با اعلام این خبر گفت: «این نخستین بار است که بقایای یک انسان نئاندرتال به صورت قطعی در کشورمان کشف می‌شود. دندان کشف شده یک دندان شیری متعلق به کودکی شش ساله است که سنی بین ۴۲ تا ۴۵ هزار سال دارد و به همراه دست‌افزارهای سنگی مربوط به دوره پارینه سنگی میانی در کاوش‌های علمی به دست آمده است.»

قاشق در مری مرد جوان!

آدیتی سنترال- مرد جوان چینی یک سال پیش با دوستانش شرط بسته بود که یک قاشق چای خوری را ببلعد و آن را دوباره از دهانش خارج کند اما او شرط را باخت چرا که بعد از بلعیدن قاشق، دیگر نتوانست آن را از دهانش خارج کند. با این حال به این دلیل که مشکلی در خوردن و آشامیدن و نفس کشیدن نداشت، به پزشک مراجعه نکرد. اما بعد از یک سال، پس از یک دعوای خیابانی و در پی مشت محکمی که به سینه‌اش زده شده بود، درد شدیدی را تحمل کرد و راهی بیمارستان شد. پزشکان با عکس برداری از سینه او متوجه شدند که قاشقی که بلعیده بود در تمام این یک سال در مری‌اش گیر کرده بود!

دانستنی‌ها

ترسناک‌ترین پلکان‌های دنیا

راه پله‌ها به خصوص در دل طبیعت شگفت انگیزند، اما نه همه انواع آن. در سرتاسر دنیا انواع ترسناکی از راه پله‌ها وجود دارد که برخی به مرگ منجر می‌شوند و بعضی در حال فرسوده شدن هستند. در ادامه به معرفی ترسناک‌ترین راه پله‌های دنیا می‌پردازیم.

مترجم: فاطمه قاسمی، منبع: سایت تراول اند لژر

پلکان اینکا، پرو
یکی از کم رفت و آمدترین و خطرناک‌ترین پلکان‌های به جامانده از اینکاهای ماچوپیچو است که به معبد ماه می‌رسد و در کوه واینا پیچو کار گذاشته شده است. در سال‌های اخیر تعداد بازدیدکنندگان را به ۴۰۰ نفر محدود کرده‌اند.

پلکان حفره زیر زمینی موآنینگ (ناله)، کالیفرنیا
در پایین این پله‌ها ۱۰۰ استخوان انسان ماقبل تاریخ کشف شده است. برای رسیدن به این حفره بزرگ، کوهنوردان باید از ۲۳۵ پله پایین بیایند که ۱۴۴ تای آن حالت مارپیچی دارد. این غار به دلیل شنیدن صداهای عجیب ناله در کنار صدای خزنده‌ها، وهم‌آور است.

پلکان دماغه هورن، شیلی
این دماغه آخرین قطعه زمینی است که قبل از کشف قطب جنوب شناخته شد. بیشتر مردم برای دیدن بنای آلباتروس که یک بنای یادبود ملوانان است به این جا می‌آیند. سخت‌ترین قسمت این پلکان‌ها عبور از تخته‌های چوبی است که خیس و فرورفته در گل و لای است.

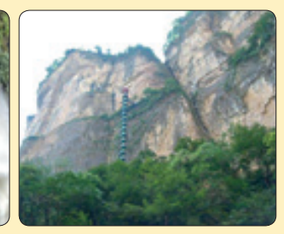
ساگرادا فامیلیا، اسپانیا
بلندترین مکان مذهبی در دنیاست. راه پله‌های مارپیچی وحشتناکی دارد و در هر لحظه تعداد زیادی از بازدیدکنندگان از آن بالا و پایین می‌روند. خیلی‌ها از دیدن این معماری شگفت‌انگیز به دلیل پله‌های ترسناکش منصرف می‌شوند. ولی اگر فکر می‌کنید شجاع هستید، خودرا به چالش بکشید.

پلکان فلورلی، نروژ
این پلکان چوبی مربوط به یک نیروگاه برق است با ۴۴۴۴ پله چوبی که عنوان طولانی‌ترین پلکان چوبی در جهان را دارد. به دلیل قدیمی و چوبی بودن بسیار پرسروصداست.

پلکان معبد انگکور وات، کامبوج
ورودی این معبد از پله‌های سنگی بازاویه هفتاد درجه و شیب‌دار ساخته شده است که به شیب‌دارترین پلکان جهان معروف است. ظاهرا این پله‌ها به این دلیل شیب دار ساخته شده است تا به کوهنوردان یادآور شود که رسیدن به بهشت کار آسانی نیست.

پلکان بهشتی کوه هوآشان، چین
ترسناک‌ترین نردبان دنیاست که بیشترین تلفات را داشته است. کوهنوردان از کناره‌های یک دره عمیق، مسیر باریک و باسراشیبی زیادرفت‌وآمد می‌کنند. نرده‌ها به مرور زمان فرسوده شده‌و از بین رفته‌است. این کوه به دلیل داشتن پنج قله از دور به شکل یک گل دیده می‌شود.

دخمه مردگان پاریس
زیرزمینی در شهر پاریس که محل نگهداری بقایای بیش از شش میلیون نفر است و برای رسیدن به آن، باید از ۱۳۰ پله سنگی، مارپیچی و باریک پایین رفت. هرچه به محل استخوان‌ها و جمجمه‌ها نزدیک‌تر می‌شویم، فضا تاریک‌تر و غیرقابل تحمل‌تر می‌شود.



پلکان مارپیچی کوه تای هانگ، چین
ارتفاع آن ۹۰ متر است و توجه گردشگران زیادی را به خود جلب کرده است. هنگام صعود منظره‌های دیدنی قابل رویت است. صعود از آن با شرط سنی زیر ۶۰ سال و نداشتن بیماری است و گردشگران قبل از صعود باید فرم مخصوصی را پر کنند. این راه پله به گذرگاه بهشت معروف است.

آبشار پیلون دل دیابلو، اکوادور
این آبشار پلکان مارپیچی خطرناکی را در دل خود دارد که به دلیل خیس بودن احتمال سقوط از آن بسیار بالاست. در طول مسیر میله‌ای وجود دارد که ادامه مسیر را قابل تحمل می‌کند. منظره آبشار از آن بالا بسیار دیدنی است و تماشای آن به خطرش می‌ارزد.

تفأل

می‌دمد صبح و کله بست سحاب / الصبوح الصبوح یا اصحاب
می‌چکد ژاله بر رخ لاله / المدام المدام یا احباب

دی روزنامه

ارزان‌ترین کشور جهانیم، البته جور دیگر باید دید!

علیرضا کاردار | طنزپرداز

سرانجام وزیران پیشنهادی دولت از مجلس رای اعتماد گرفتند و راهی وزارت‌خانه بخت خود شدند. کمتر کسی پیش‌بینی می‌کرد که هر ۴ تا رای بیاورند، مخصوصا آقای شریعتمداری که به صورت گزینه پیش‌فرض همه وزارت‌خانه‌ها در نظر گرفته می‌شود و شبیه آقای نوبخت و واعظی، هرجا دولت رجال کم بیاورد، نام یکی از این بزرگان می‌درخشد! هرچند شاید رای‌گیری در آخر شب هم در این رای اعتمادها بی‌تاثیر نبود و نمایندگان یا با حال خسته رای دادند یا زود برگه موافق را داخل صندوق انداختند که بروند به استراحت‌شان برسند! به هرحال بار دیگر دولت و شخص رئیس جمهور از این آزمون هم خارج شدند و در منطقه امن قرار گرفتند تا ببینیم با این وزیرهای جدید قرار است چه گلی به سرمان بزنند؟
البته در این جلسه صحبت‌هایی هم شد که حالا حالاها جای کار دارد. گل سرسبد صحبت‌های رئیس جمهور این بود: «اگر مشکل مسکن حل شود، ایران یکی از ارزان‌ترین کشورهای جهان است... مادر بهداشت، آموزش و انرژی جزو ارزان‌ترین کشورهای دنیا هستیم.» نمی‌دانیم آقای روحانی هنگام گفتن «یکی از ارزان‌ترین کشورهای جهان» قصد مزاح داشتند یا برگه آمار را سر و ته گرفته بودند یا آمار را دوستانی درآورده بودند که به علت مشغله زیاد و این که فکرشان هزار جای دیگر و دنبال هزار مسئولیت دیگر بوده، x و y را جابه‌جا نوشته بودند! البته در زمینه ارزانی بهداشت و آموزش و انرژی، انصافا مولایی درز آمار نمی‌رود، چون این مسائل را دقیقا با پوست و گوشت و سایر اعضا و جوارح و امعا و احشامان درک می‌کنیم. به عنوان مثال در زمینه بهداشت که خیلی هم در این ستون به آن پرداخته‌ایم، چه درمان‌هایی ارزان‌تر از مشت و مال و حوله‌داغ گذاشتن و عرق نعناع و استفاده چندباره از وسایل یک‌بار مصرف و...؟ یا در بحث آموزش، وقتی شبانه‌روز در شبکه‌های اجتماعی و تاکسی و اتوبوس و در و دیوار در حال نصیحت شدن هستیم و هر لحظه یک چیز جدید یاد می‌گیریم، معلوم است که آموزش ارزان است. نمونه‌اش رفتار ورزشی و آموزشی علی آقایی‌دایی با خبرنگار صداوسیما که گویا یک سیلی ناقابل برای آموزش بیشتر بین شان رد و بدل شده بود، یا مهر و محبتی که روی آنتن زنده بین مدیر شبکه ۳ و عادل فردوسی‌پور موج زد، در حالی که منتظر بودیم خرخره هم را بجوند! انرژی هم که مثل روز روشن است یکی از ارزان‌ترین‌های دنیا را داریم، با این شرط که دخل‌مان با ارز آزاد باشد (نه نیمایی و جهانگیری و از آن‌هایی که از توی سوراخ دیوار بیرون می‌آیند) و خرج‌مان را با ریال بانک مرکزی حساب کنیم!

پاسخ مسابقه این کیه

نرو یحیی، نرو!

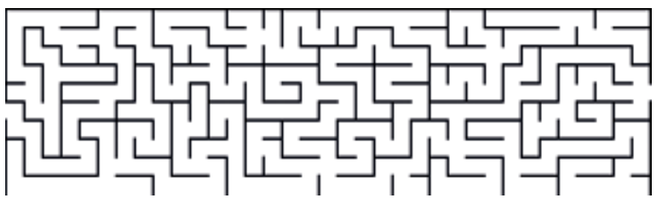
سلام. این هم کاریکاتور کامل شخصیت مسابقه شماره ۹۸ آقای یحیی گل محمدی، بازیکن پیش کسوت و مربی کنونی فوتبال. آقا یحیی این روزها مربی تیم مشهدی پدیده هستن، هرچند هنوز مشخص نیست که تو این تیم موندنی هستن یا نه. آقا یحیی که در زمان بازی هم بازیکن موفق و با اخلاقی بود، در کسوت مربیگری هم مربی موفقی هست که یکی از شاخصه‌هاشون برد در لحظه آخر مسابقه است که به «یحیی تایم» معروفه!
تو این مسابقه ۱۸۰ نفر پاسخ درست دادن که برنده این هفته خانم گلدسته آریان فر، ۳۲ ساله از مشهد هستن. ایشون که خواننده دایمی زندگی سلام هستن، خیلی زیاد تو مسابقه شرکت کردن که سرانجام قرعه به نامشون خورد. بهشون تبریک می‌گیم و به امید خدا با مسابقه بعدی، عکس و کاریکاتور رو می‌تونید همین جا ببینید. خوش باشید.

ما و شما

راه ارتباطی با ما: پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*درباره تغذیه هر یک از گروه‌های خونی و هوش مالی مطلب بنویسید تا همگان بهره ببرند.
*آرزومه تو مسابقه «این کیه» برنده بشم، تو زندگیم خیلی تأثیر داره، چندوقته با خانمم قهرم، ببینه شک ندارم برمی‌گرده، ممنون.
ما و شما: این بار که تو قرعه‌کشی متاسفانه اسم تون در نیومد، ولی از این جا از شما و همسرتون خواهش می‌کنیم که با همدیگه آشتی کنین.
*ممنون که در ستون «قرار مدار» چند روز قبل نوشته بودید «سفید کننده» نه وایتکس.
*آق کمال؛ چرا بعد از ۵شنبه، ۶شنبه نیست؟!
آق کمال: بری که او زمان که اسم روزهای هفته ره مذاشتن، به خاطر انگوشت های دستشان بیشتر از ۵ تاره نمتنستن بشمرن!
*تولدت مبارک سعید عزیزم.
برادرت امیر براتی
*خواهر کوچولوی عزیزم «سلما» باورش برایم سخته که بری کربلا و من به خاطر مدرسه با شما نباشم. آرزوی سلامتی برایت دارم. **مهرسا صادقی**
*آق کمال، عکست رو چرا نمی‌ذاری؟! مطمئنم خوش‌تیپی.
امیر صادقی، مشهد
آق کمال: مترسم چشمم بزنن! امیر باز تویی؟
*روز تولدت بهترین روز عمرمان است، روزی که با تپش‌های تندتند قلبت شروع به زندگی کردی و نام تو در قلب‌مان رویید. سارای عزیز ۱۳ آبان سالروز زمینی شدنت گرامی.
پدر و مادرت
*کلی حرف دارم از جنس حرف‌های نگفتنی... **مسعود مجنونپور**

مارپیچ (سختی ۵۰٪)



استخدام کارشناس پیمان و رسیدگی
با ۲۰ سال سابقه در مشاور ساختمانی
تلفن: ۳۸۴۵۶۳۳۲ ق/۹۷۱۲۲۰۶۳

صفحه آرایی
واحد صفحه‌آرایی روزنامه خراسان
سفارش می‌پذیرد
روزنامه | مجله | ویژه‌نامه | کتاب
اینفوگرافیک | گرید | لوگو
۰۵۱۳۷۰۰۹۳۹۰
layout@khorasannews.com

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده - شرکت تعاونی مسکن مهر ۱۲۴ مشهد - نوبت دوم

بدین وسیله به اطلاع می رساند مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده این شرکت تعاونی روز جمعه مورخ ۹۷/۸/۲۵ ساعت ۱۱ صبح در محل تالار عدل واقع در میدان امام خمینی برگزار خواهد شد.
دستور جلسه:
اخراج اعضای بدهکار و اعضایی که به تعهدات خود عمل نکرده اند، بررسی وکالتنامه ها تا یک هفته پس از این آگهی در دفتر شرکت واقع در نبش چهارراه دانش آموز پلاک ۷۳۸ صورت می گیرد.
هیئت مدیره
ق/۹۷۱۱۲۹۷۸