قواعد رفتاری ایرانیان را نمی‌دانیم

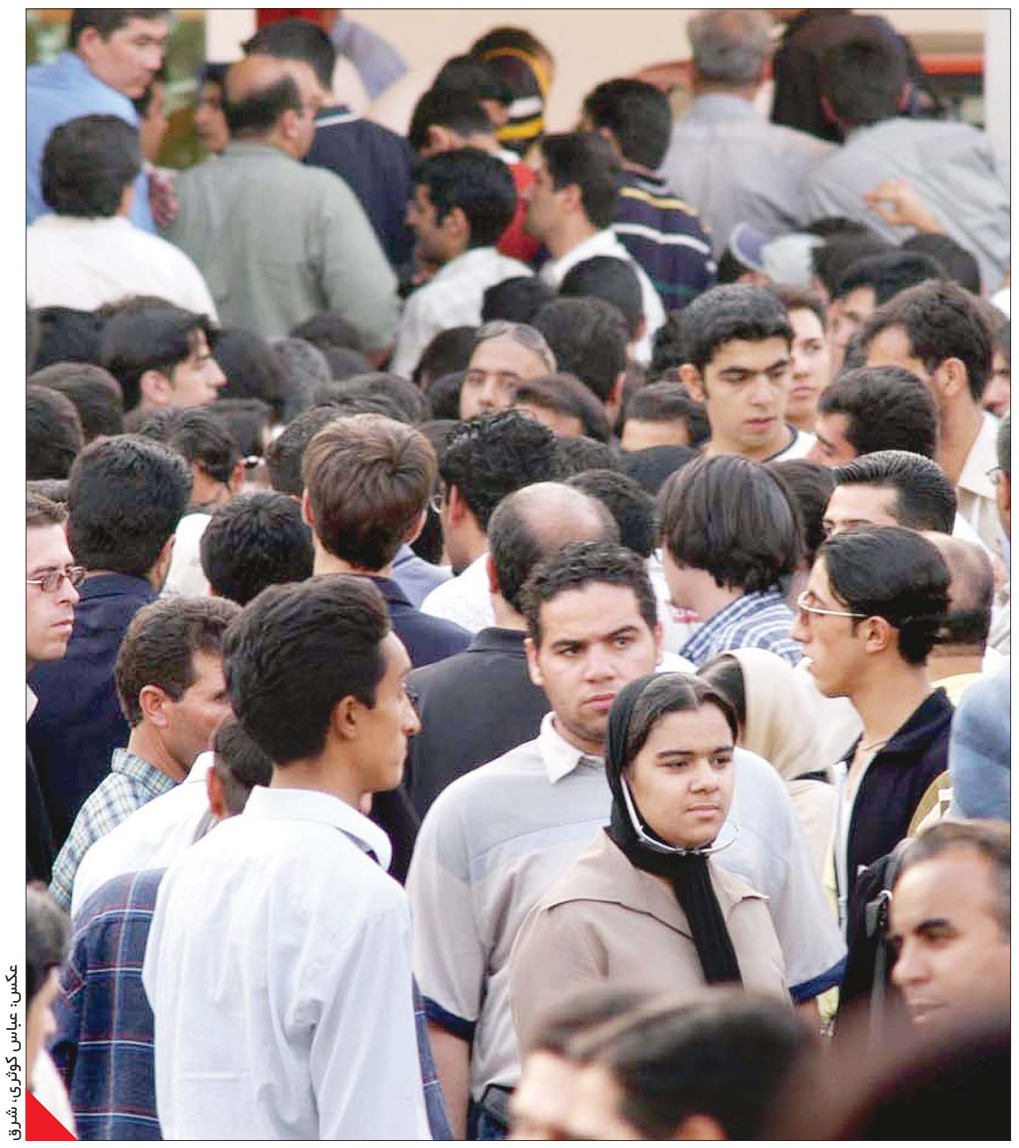
ادامه از صفحه ۷

پس این پیش‌بینی‌ناپذیری بر سلامت روانی جامعه نیز تاثیر می‌گذارد؟

وجود این استخوان‌بندی‌ها و این پیکره اجتماعی سازمان‌یافته، در افراد احساس امنیت ایجاد می‌کند و افراد را به طرف رفتارهای عقلانی‌تر و قابل‌پیش‌بینی‌تر می‌کشاند. اما وقتی این استخوان‌بندی اجتماعی فرومی‌ریزد، یک نوع ناامنی هستی‌شناختی در وجود افراد ایجاد می‌شود. اینکه شما می‌گویید سلامت روانی، یعنی افراد احساس امنیت هستی‌شناختی نمی‌کنند. نمی‌دانند کجا ایستاده‌اند و چه کسی از آنها دفاع می‌کند؟ افراد خود را در مخاطره احساس می‌کنند. ناامنی این است که هر لحظه احساس می‌کنی خطری متوجهات است. وقتی سازمان‌های مدافع تو وجود ندارند، در نتیجه شما احساس در مخاطره بودن می‌کنید. این شما را حساس و بی‌انگیزه و منفعل و دلسرد و گوشه‌نشین می‌کند و در شرایطی ممکن است که با ورود عامل پیش‌بینی‌نشده برعکس، پرخاشگر و مهاجم و عصبی و ویرانگر کند. بنابراین من می‌خواهم بگویم سازمان‌یابی اجتماعی در جامعه مدرن مهم است و اگر می‌گویم حالت گذار، منظورم این است که گرچه جامعه توده‌ای در ایران سابقه طولانی دارد، ولی بالاخره ساختارهای خانوادگی و خویشاوندی، محله‌ای، روستایی و قبیله‌ای وجود داشت که به نحوی رفتارها را کمابیش قابل پیش‌بینی می‌کرد. الان ما نیاز به یک سازمان‌یافتگی‌های جدید داریم. سنت جامعه‌شناسی از دورکیم گرفته تا هابرماس تحت عناوین توسعه همبستگی اندام‌وار، شکل‌گیری اتحادیه‌های صنفی، گسترش عرصه عمومی و مناسبات گفت‌وگویی بین شهروندان بر لزوم سازمان‌یافتگی اجتماعی در جامعه معاصر تاکید دارد. وجود همبستگی ارگانیک و شکل‌گیری نهادهای غیردولتی، برقراری روابط گفت‌وگویی را ممکن می‌کند. ثبات می‌تواند ثبات پایدار باشد یا ثبات ناپایدار. به شیوه‌های مختلف می‌توان ثبات را شکل داد. شکل‌دادن ثبات ناپایدار ساده است اما باید اندیشید که این ثبات آیا در یک برهه میان‌مدت یا بلندمدت می‌تواند دوام بیاورد؟ من نظرم این است که ثبات پایدار را فقط بر پایه جامعه سازمان‌یافته می‌شود ایجاد کرد. این جامعه سازمان‌یافته ممکن است سرعت و شتاب تغییرات را هم بکاهد؛ از سیالیت اجتماعی هم بکاهد، ولی در عوض، امکان برنامه‌ریزی و پیش‌بینی رخدادها را فراهم می‌کند. یعنی شکل‌دادن جامعه‌ای که بشود در آن برنامه‌ریزی کرد. پیش‌بینی‌پذیری یعنی برنامه‌ریزی. در ایران وقتی یک برنامه مثل برنامه توسعه چهارم تدوین می‌شود بعد به‌راحتی کنار گذاشته می‌شود. اینها همه مشکلاتی ایجاد می‌کند که شما نمی‌توانید جامعه ثابت و پایدار بسازید.

اینکه زوج‌های جوان ایرانی تمایلی به بچه‌دارشدن ندارند، می‌توان آن را به پیش‌بینی‌ناپذیر بودن جامعه ایران ربط داد؟

این ناشی از پیش‌بینی‌ناپذیری نیست بلکه برعکس ناشی از آن است که زوج‌های جوان چیزهایی را پیش‌بینی کرده‌اند که تمایل دارند بچه‌های کمی داشته باشند؛ یعنی یک مقداری نسبت به آینده نگرانند. اینکه فردا، فردایی نیست که ما بچه‌هایی داشته باشیم و بتوانیم تامین‌شان کنیم و نیازهای فرهنگی آنها را برآورده کنیم و جامعه یا خانواده بتواند نیازهای نسل فردا را پاسخ دهد. می‌خواهم بگویم که این نشان می‌دهد که چیزهایی پیش‌بینی‌شده ولی مثبت نبوده است. هرچند تمایل به فرزند کم داشتن یک گرایش مدرن است چون به هر حال در جوامع سنتی، بچه‌ها هرچه تعدادشان بیشتر می‌شد، سرمایه خانواده بیشتر می‌شد و قدرت تولید و دفاع در خانواده بالا می‌رفت و بچه‌ها عصای پیری والدین بودند ولی الان بچه‌ها چنین نقشی ندارند. این



عکس: عباس کوثری، شرق

پیش‌بینی رفتارها خود به دو بخش تقسیم می‌شود: پیش‌بینی رفتارهای فردی و پیش‌بینی رفتارهای سیستم. با توجه به این تقسیم‌بندی، پیش‌بینی در یک جامعه منوط است به وجود سوژه‌های برنامه‌دار و ساختارهای تثبیت شده. برای پیش‌بینی درست از یک‌سو باید سوژه‌هایی در جامعه وجود داشته باشند که این سوژه‌ها دارای برنامه‌ها و رفتارهای مشخصی باشند

گرایش معاصر البته خیلی در کم‌کردن تعداد فرزند موثر هست؛ اما در مورد سوال شما، تمایل کم به داشتن فرزند، یعنی اصلا فرزندنداشتن، که این یک نوع پیش‌بینی منفی نسبت به آینده جامعه است که در ذهن برخی ایجاد شده است. معمولا در شرایط پیش‌بینی‌ناپذیری، تا حدی گرایش‌های ناامیدی و یأس بیشتر رشد می‌یابد وقتی نمی‌شود آینده را پیش‌بینی کرد، بیشتر آینده را بد پیش‌بینی می‌کنند تا خوب. بدبینی در شرایط ابهام به دلیل تجربه تاریخی است که معمولا وجود داشته است. در مورد پیش‌بینی‌ناپذیری، نکات دیگری نیز راجع به ناسازگاری در جامعه ایران وجود دارد که باید به آن توجه شود. عناصر گوناگون تعیین کننده جایگاه افراد در جامعه ما با هم سازگار نیست. در ایران در پایگاه افراد ثبات دیده نمی‌شود، یعنی فردی ممکن است تحصیلکرده ولی بیکار باشد، از یک حیثی دارای پایگاه بالا باشد، از حیث دیگر، پایین. این چنین فردی ممکن است بر حسب عناصر مختلف پایگاهی، جبهه‌گیری و موضع‌گیری تفاوت کند. امروز بر اساس فاکتور تحصیلات از آزادی فرهنگی دفاع می‌کند، فردا از یک آدم چپ که برای رفع بیکاری تلاش می‌کند. بنابراین یک آدم تحصیلکرده بیکار، در کنار یک آدم بیکار بی‌سواد قرار می‌گیرد. یک عنصر دیگر که در پیش‌بینی‌ناپذیری رفتارهای فردی اثر می‌گذارد، ناسازگاری‌های فرهنگی است. یعنی ذهنیت‌های فرهنگی ناسازگار. یعنی از نظر معرفتی یک مقداری ما ذهنیت منسجم نداریم، مثلا لایه توجه به عقلانیت در کنار لایه تقدیر و شهودگرایی جزو فرهنگ لایه‌های توجه به تمدن غربی، تمام این عناصر در فرهنگ ما در کنار همدیگر قرار دارند. عناصر متعدد معرفتی در ذهنیت ما کار می‌کند که هر لحظه ممکن است یک لایه بالا بیاید و لایه دیگر را کنار بزند و اوضاع فردی و جمعی ما را زیرورو کند.

خب در جوامع توسعه‌یافته نیز چنین موردی وجود دارد. چرا این منجر به ناسازگاری و در نتیجه پیش‌بینی‌ناپذیری نمی‌شود؟

آنجا اگر هم وجود داشته باشد، هرکدام کارکرد مشخص خود را دارند. لایه‌های ناسازگار به عرصه‌های مختلف تعلق دارند و افراد سعی می‌کنند که میدان سیاسی را عرصه عقلانیت کنند. مثلا آنها می‌دانند که عرصه سیاست جای اسطوره نیست. اسطوره‌گرایی مربوط به عرصه دیگری است، بنابراین در عرصه سیاست نباید قهرمانانی را جست‌وجو کرد. آنها در برخورد با سیاستمداران می‌گویند باید ببینم هرکسی چه برنامه‌ای دارد و چه کاری را می‌خواهد انجام دهد و این کار او چه پیامدهایی برای جامعه یا گروه مورد نظر ما دارد. یک نفر محافظه‌کار آمریکایی که ممکن است مخالف سقط جنین هم باشد در دفاع از مخالفت خود با این موضوع، معمولا سعی می‌کند در یک استدلال پزشکی و اجتماعی و عقلی از موضع خود دفاع کند.

این پیش‌بینی‌ناپذیری جامعه ایرانی را از نظر شناختی، با کدام رهیافت‌های معرفتی می‌توان کاهش داد؟

من به مسایلی اشاره کردم که ضریب پیش‌بینی‌ناپذیری را در جامعه ما افزایش می‌دهد ولی یک جامعه‌شناس نمی‌تواند بگوید جامعه ما پیش‌بینی‌ناپذیر است! ما گاه از واقعیت‌های پیچیده انتظار داریم که در مدل ساده ما بگنجند. ما در شرایطی به سر می‌بریم که همراه با انباشت مشکلات گوناگون است. تحولات در جامعه ما ناموزون، ناهموار و ناپیوسته است. برخلاف مدل‌های ساده تحول اجتماعی، ما باید به نوسان‌ها، وقفه‌ها، گسست‌ها و بازگشت‌ها در روندهای تحول جامعه خود توجه کنیم. در ایران دو پدیده ظاهرا ناهمگون یعنی توده‌ای‌شدن و فردی‌شدن سیاست به‌طور یکسان به فقدان شکل‌گیری و تحکیم دموکراسی و سیاست نهادی انجامیده است. ما از یک‌سو با رفتارهای توده‌ای، جمعی و احساسی و از سوی دیگر با سست‌شدن رفتارها و باورهای جمعی و تضعیف وفاداری به ایدئولوژی‌ها و نهادهای مدنی روبه‌رو هستیم. ما گاه از جمله محیط جهانی گاه مرزهای سیستم را غلط و نابجا ترسیم می‌کنیم. گاه در ارزیابی رفتار مردم، تعامل آن با عوامل بیرونی از جمله سیستم سیاسی و محیط بین‌المللی و تاثیرات پدیده‌هایی چون جهانی‌شدن اقتصاد، فرهنگ و سیاست را در تحلیل‌های خود به حساب نمی‌آوریم و انتظار داریم سیستم ما به عنوان یک سیستم بسته و بدون تاثیرپذیری از آنها عمل کند. مساله این است که ما باید به منظور پیش‌بینی‌های معتبرتر از رفتارها و تحولات جامعه از نظریه‌های اجتماعی پیچیده‌تر و داده‌های گویاتر استفاده کنیم و بر مبنای آنها به مدل‌های بهتری، برای مثال مدل رفتارهای دورانی، سامان‌گریزی و رفتارهای کم‌دوام و ناپایدار و مدل تاثیرات حافظه کوتاه‌مدت و احیای ادواری اسطوره‌های کهن در رفتار روزمره سیاسی... دست پیدا کنیم. این کاری ممکن و ضروری است... .

ادامه از صفحه ۷

آینده پیش‌بینی‌پذیر

تاریخ یک قرن گذشته ایران، مملو از تلاش‌های آزادیخواهانی است که برای اعتلای کشور و متاثر از زمینه‌های اجتماعی، اقتصادی و سیاسی متفاوت و متاثر از بسترها و زمینه‌های تاریخی اجتماعی خاص، رنج دوران دیده‌اند و مصایب فراوان تحمل کرده‌اند. بدیهی است که در این فرآیند، قدرت‌های استعمارگر همواره کوشیده‌اند با نفوذ در نظام قدرت و نیز از طریق نفوذ در احزاب سیاسی، منافع اقتصادی بلندمدت خود را تعقیب کنند. بدون تردید بسته‌بودن فضای تضارب آرا و اندیشه‌ها و انحصارطلبی یکی از نهادهای ضدتوسعه، انحصارطلبی و نهادینه‌شدن آن در ساختارهای اجتماعی و سیاسی کشور است. همزمان، طرد نظام‌مند شایستگی در نظام تصمیم‌گیری کشور نیز یکی از دلایل اصلی فرار مغزها و انواع سرمایه از کشور بوده است. سیاست‌های دولت‌ها بین مدل‌های توسعه‌ای با هدایت دولت یا بازار در نوسان بوده‌اند. این جابه‌جایی‌های مدل در دوره‌های زمانی مختلف در بستر بحران‌های اقتصادی شدید رخ داده‌اند. تغییر مدل اقتصادی در اقتصاد پس از انقلاب، واکنش به شرایط انقلاب و بحران ناشی از محاصره اقتصادی و جنگ تحمیلی بود. ناکامی در دستیابی به شاخص‌های توسعه پس از جنگ تحمیلی به عنوان شکست سیاست‌های دولتی تفسیر شد و با تقارن سیاست‌های تاچریسم و ریگانیسم در دنیا، سیاست‌های نئولیبرال در قالب برنامه تعدیل ساختاری آغاز شد که تاکنون با فراز و فرودهایی ادامه دارد. بحران سکه و ارز، بحران عمیقی است که باز سر برخواهد آورد و به‌زودی چرخش جدیدی را در مدل سیاست‌های لیبرال در اقتصاد ایران به‌دنبال خواهد داشت که تغییرات در سیاست‌های اقتصادی و تغییر سازمانی عمیق در سیاست کشور را به‌دنبال خواهد داشت. امیدواری این مرتبه از چرخش نه بازگشت به اقتصاد دولتی بلکه پذیرش یک اقتصاد مختلط بر مبنای تجربه جهانی و مهم‌تر از آن، تجربه کشور خود ماست. اقتصاد ایران به این دلایل، به رغم وجود نااطمینانی‌های متعدد، پیش‌بینی‌پذیر است. مشکل نیست که بتوان در غیاب یک نظم نهادی موردنیاز توسعه، ادامه روند رکود تورمی، ادامه روند تعطیلی واحدهای تولیدی و بنابراین افزایش بیکاری؛ رشد فقر و افزایش تورم و بنابراین رشد نابرابری بی‌اثرشدن سیاست‌های اقتصادی و بنابراین گسترش بی‌اعتمادی افکار عمومی به وعده‌های مقامات را پیش‌بینی کرد.

دریچه

پیش‌بینی‌پذیری و سلامت روان

دکتر بهنام اوحدی*

مغز و روان آدمی از دیرباز و همان دوران غارنشینی، با پیش‌بینی نسبتی نزدیک داشته است. پیش‌بینی‌پذیری به شرطی‌سازی‌ای می‌انجامد که بار اندیشیدن و باز اندیشیدن و درنگ دوباره و چندباره را از دوش آدمی برداشته و بخشی از کنش‌ها و واکنش‌های او را خودکار (اتوماتیک) می‌سازد. پیش‌بینی نسبت به چگونگی آب و هوا مانند رخدادن توفان، از راه رسیدن سرما یا گرما یکی از پیش‌بینی‌های غریزی همه جانوران و از جمله آدمی بوده که ادامه زندگی را ممکن و مهیا می‌ساخته است. جانوران و آدمیان از دیرباز با پیش چشم و ذهن‌نشاندن پیش‌بینی‌های خویش، به کنش و واکنش متناسب با آن پیش‌بینی‌ها پرداخته و خود را برای شرایط ناگوار یا گوارا آماده می‌ساخته‌اند. از این‌رو پیش‌بینی‌پذیری چیستی و چگونگی محیط زندگی بخش مهمی از سلامت روان آدمی و دیگر جانوران است.

مانند دیگر جاهای گیتی، در سرزمین جوروواجور ما نیز بسته به چگونگی اقلیم و آب و هوای زندگی، مردمان شرطی‌شدن‌ها و کنش‌ها و واکنش‌های خودکار خودشان را داشته و دارند. همین کنش‌ها و واکنش‌های خودکار و بی‌درنگ، بخش سترگی از فرهنگ هر زادبوم را پدید می‌آورد.

کنش‌ها و واکنش‌های بی‌درنگ آن کسانی که در گیلان و مازندران زاده و پرورش یافته‌اند با کنش‌ها و واکنش‌های خودکار مردمان کویر یزد و کرمان همسان نیست؛ آنچنان که کنش‌ها و واکنش‌های کوهپایه‌نشینان آذربایجان و بختیاری با ساحل‌نشینان بوشهر و بندرعباس دیگرگون است. همه این ناهمسانی‌ها به دلیل شرطی‌شدن‌های درونی گوناگون این مردمان در درازای زندگی‌شان در رویارویی با رخدادهای پیرامون است.

پیش‌بینی‌پذیری یک اجتماع، به منزله ثبات اجتماعی-اقتصادی آن اجتماع برشمرده می‌شود چراکه آدمیان یک اجتماع باثبات (پیش‌بینی‌پذیر)، مجبور و محکوم به بازاندیشی‌های فراوان و درنگ‌های پیاپی برای هر تصمیم ساده نیستند و بسیاری از کنش‌ها و واکنش‌های زندگی روزمره، بدون چالش و کشمکش و به گونه‌ای خودکار – با کمترین درنگ و اندیشه – انجام می‌شود. اما در یک اجتماع پیش‌بینی‌ناپذیر (بی‌ثبات)، مردمان برای هر کنش و واکنش خود مجبور و محکوم به بازاندیشی‌ها و درنگ‌های پیاپی هستند که بار گرانی از فشار (استرس) و تنش روانی بر آنان وارد می‌کند که آنان را در آستانه دچارشدن به اختلالات روانی همچون افسردگی، اضطراب، وسواس و حتی روان‌پریشی می‌نشاند.

ذهن آدمی همچون دیگر جانوران نیازمند پیش‌بینی‌پذیری در راستای دستیابی به آرامش است. هنگامی که داده‌های ذهنی آدمی از رخدادهای پیرامون، آسان و شتابان دگرگون شوند، روان آدمی باید هرآن آماده نشان‌دادن کنش و واکنش همخوان و هماهنگ با ایستار نوین باشد. چنین چیزی آدمی را در ایستار بیش‌هوشیاری و بیش‌واکنش‌نمایی می‌نشاند که در درازمدت بار و فشار (استرس) روانی گرانی را بر او وارد می‌سازد. همین بیش‌هوشیاری و بیش‌واکنش‌نمایی پیگیر و پیاپی است که در درازمدت آدمی را دچار اختلالات گوناگون روان‌نژندی و روان‌پریشی می‌سازد.

بی‌دلیل نیست که پیش‌بینی‌ناپذیری در پهنه اجتماع و اقتصاد، «بحران» خوانده می‌شود؛ بحران‌هایی که شادی و آرامش – این دو ثروت بی‌همتا – را از مردمان ستانده و جای آن، استرس و اضطراب می‌نشانند؛ استرس و اضطرابی که به محض مزمن و مداوم‌شدن، نخست افسردگی خفیف و متوسط و سپس افسردگی ژرف و سترگ به ارمغان می‌آورند.

آسان و شتابان‌ترین ارمغان پیش‌بینی‌پذیری در هر اجتماع، آرامش است. نبود آرامش، جایی برای پیدایش شادی باقی نمی‌گذارد. آرامش و شادی که نباشد، دیگر هیچ‌چیز سر جای خودش بند نمی‌شود. افسارها از هم گسیخته می‌شود و مردمان دچار بیماری و سرکشی می‌شوند. نخستین چیز که رنگ می‌بازد، «قانون» است. سرپیچی از قانون، زرنگی و زبلی برشمرده می‌شود و دورویی و چندرویی و زیروروکشی هنر و توانمندی. اینگونه است که جامعه جنگل می‌شود و گوهر انسانیت در پرتو کنش‌ها و واکنش‌های غریزی رنگ می‌بازد. در چنین ایستاری، رخدادهای ناگوار و دهشتناک صفحه حوادث روزنامه‌ها به هیچ‌روی شگفت‌انگیز نخواهد بود. جامعه افسارگسیخته، درگیر و گرفتار اختلالات روانی جوروواجور می‌شود.

به گونه‌ای واژگون، در اجتماعات باثبات (پیش‌بینی‌پذیر)، این افسارگسیختگی رخ نمی‌دهد چراکه نه‌فقط فردا، که فرداها هم پیش‌بینی‌پذیر هستند و آدمی برای یک کار کوچک همچون خریدن یا فروختن خانه یا خودرو، دچار دلهره و هراس و فشار و تنش نمی‌شود. قیمت‌ها هر چند سال یک‌بار آن هم به گونه‌ای اندک افزایش می‌یابند و تورم کاملا در مهار است. فروشنده چند روز بعد دبه درنمی‌آورد، زیر معامله نمی‌زند و تقاضای افزون نمی‌کند. فرجام واپسین این فرآیند، آرامش است؛ آرامشی که همه چیز را سر جای خود می‌نشاند و بندها را استوار و پایدار نگاه می‌دارد.

در سرزمین ما مدت‌هاست که ضرب‌المثلی آفریده شده است که «بگذار امشب بخوابیم تا ببینیم فردا چه از راه می‌رسد.» این نمایانگر ایستار بی‌آرامش ماست؛ ایستاری که در آن قانون‌ها هردم دیگرگون می‌شوند و بخشنامه‌های پیشین با بخشنامه‌های شتابان نوین رنگ می‌بازند. همه بر این اندیشه‌اند که «از این ستون به آن ستون فرج است.» پس آسان کار امروز را به فردا می‌سپارند بلکه بخشنامه‌ای نوین معجزه‌آسا از راه برسد و گره‌گشا شود. برای نمونه، اندک و انگشت‌شمار نیستند آنان که به خدمت نظام‌وظیفه نمی‌روند یا در نیمه می‌گریزند بلکه بخشودگی و معافیتی چند سال دیگر از راه برسد؛ یا وام از بانک می‌ستانند و بازپرداخت نمی‌کنند، تا بلکه گره‌ای گشوده شود و پرداخت برای چند سال یا همیشه به پس رانده شود.

در اجتماع پیش‌بینی‌ناپذیر، برنامه‌های راهبردی میان مدت و بلندمدت همواره از آماج خویش عقب هستند و هرگز به فرجام خوشایند نمی‌رسند چراکه در روال پیش‌بینی‌ناپذیری آنچه رنگ می‌بازد، «زمان» است. آری هنگامی که فردا و فرداها پیش‌بینی‌ناپذیر باشند، همیشه فرصتی برای دلیل‌تراشی، توجیه و بهانه‌آوردن هست.

نماد و نشان نخست این زمان باختگی و پیش‌بینی‌ناپذیری اجتماع ایرانی، ثانیه‌شمارهای چراغ‌های سبز و سرخ راهنمایی و رانندگی سر چهارراه‌ها هستند. چراغ سبز آسان و شتابان، به یکباره، از سی و چند ثانیه به زیر ۱۰ ثانیه فرو می‌غلتد و چراغ قرمز دلبخواهی روی عددی مثلا هفت یا سه استوار و پایدار، ماندگار می‌شود. از بخت‌خوش، صنعت جهانگردی‌مان به‌خواب همیشگی فرورفته‌است و گرنه این ثانیه‌شمارهای افتان و خیزان سر چهارراه‌ها چه پیام‌آوران ناگواری برای بازدیدکنندگان پیش‌بینی‌پذیر این مرز پرگزند پیش‌بینی‌ناپذیرمان می‌بود!

* روانپزشک خانواده

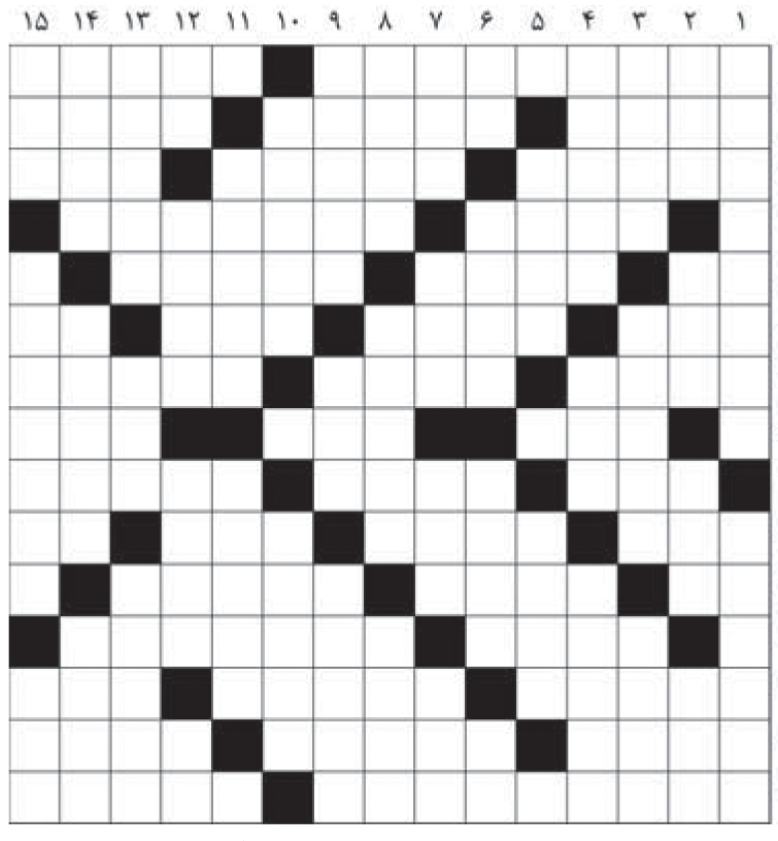
جدول ۱۷۲۶

افقی:

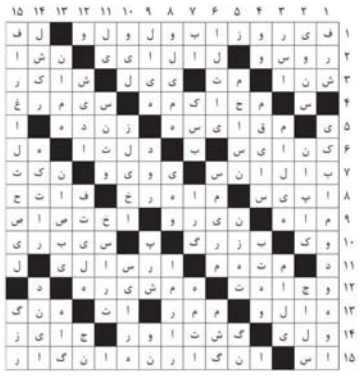
۱ - شادباش گفتن - سقف فقرا و گنبد نیلگون ۲ - از احشای درون بدن - فربه - شتر بی‌کوهان ۳ - فیل باستانی - پسندیده - تربت ۴ - جزیره - پزشک روم باستان ۵ - عدد کار خراب‌کن - شکنجه - جمع نافذه ۶ - از حروف یونانی - پرده در - رفوزگی - عدد منفی ۷ - مسافر سرزمین عجایب - احسنت - مناسب ۸ - رنگ ناخن - شهری در آلمان - پیمان ۹ - ولگرد - ثابت وبرقرار - ارادت صادقانه ۱۰ - مساوی شطرنج - شاهد - دست و پایی که بی‌حرکت باشند - طاقچه‌بالا ۱۱ - دهن‌کجی - از حبیبان خدا - از آلات هندسی ۱۲ - خدای تجارت و سفر یونان باستان - کرمانشاه قدیم ۱۳ - دارای آهنگ یکسان - دشت بی‌آبادی - تخم گیاه ۱۴ - جمع وحش - فراوان - نفوذکننده ۱۵ - افطار کردن - فلات آسیایی

عمودی:

۱ - وسیله خودکار برای تنظیم دما - کاسب ۲ - شرایط اقلیمی - میهمانخانه - گل و لجن - زایل کردن ۳ - همنشینان - عشایر - تاکنون ۴ - حواری خائن - با سور می‌آید - از علایم نگارشی ۵ - جدید - از اشعه‌ها ۶ - صحبت دوستانه - نویسنده - تاسیس‌کننده - پنج ترکی ۷ - شکل و قالب - جاده - چهارچوب عکس - چه بسیار ۸ - از پسران فریدون - گناه بزرگ - پیشوا ۹ - سدی در استان چهارمحال و بختیاری - نزد ایرانیان است و بس - یک سوم عده هنگ ۱۰ - نوعی اسلحه کمری - مخترع سینما ۱۱ - فاقد نزاکت - ژاندارم قدیم ۱۲ - نتی در موسیقی - بوق - بخیل - پیشوند منفی ۱۳ - گرفته‌شده - تقلب‌کردن - به شکاندانختن ۱۴ - ورم - غذای ظهر - نفی‌کننده ۱۵ - پسوند آلودگی - سدی در استان سمنان - عبور



جدول ۱۷۲۵



قانون‌های حل جدول سودوکو:

۱- در هر سطر و ستون باید اعداد یک تا ۹ نوشته شود. بدیهی است که هیچ عددی نباید تکرار شود.

۲- در هر مربع ۳×۳ اعداد یک تا ۹ باید نوشته شود و در نتیجه هیچ عددی نباید تکرار شود.

سودوکو سخت ۳۷۸

۹					۴			
۶	۸					۴		
۲					۵			۷
	۵				۳		۱	
	۹	۶			۲		۳	
	۳	۸			۶		۷	
	۷			۴	۸	۱		
	۶	۱	۲				۵	
۳		۴			۱			

حل سودوکو سخت

۹	۷	۸	۱	۳	۶	۵	۴	۲
۶	۴	۵	۸	۲	۷	۹	۳	۱
۳	۱	۲	۴	۵	۹	۸	۶	۷
۴	۶	۹	۵	۸	۳	۲	۱	۷
۵	۸	۷	۲	۱	۴	۶	۹	۳
۱	۲	۳	۶	۷	۹	۴	۵	۸
۸	۹	۶	۳	۴	۵	۷	۲	۱
۷	۵	۴	۹	۶	۱	۳	۸	۲
۲	۳	۱	۷	۹	۸	۵	۷	۶

سودوکو

سودوکو Sudoku یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عددهای بی‌تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

سودوکو ۷۲۹

۶			۳	۵		۱	۸	
	۱	۸	۲				۵	۷
		۴			۸			۲
	۶			۸	۳		۷	۹
		۱			۵		۲	
	۳					۵	۶	
	۹			۲		۷		
۱	۷						۴	
۲		۵		۷	۱	۹	۳	۶

حل سودوکو ۷۲۸

۴	۵	۷	۲	۳	۱	۶	۸	۹
۸	۱	۶	۵	۷	۹	۳	۲	۴
۳	۲	۹	۸	۴	۶	۱	۵	۷
۷	۳	۱	۴	۸	۵	۹	۶	۲
۹	۸	۴	۷	۶	۲	۵	۳	۱
۲	۶	۵	۱	۹	۳	۴	۷	۸
۵	۹	۸	۶	۱	۷	۲	۴	۳
۱	۷	۲	۳	۵	۴	۸	۹	۶
۶	۴	۳	۹	۲	۸	۷	۱	۵