# درس‌های یک سال مانده به ۴۰ سالگی

حسین گنجی

به قول علامه محمد اقبال‌لاهوری که می‌گفت «موجم اگر می‌روم، ور نروم نیستم»، زندگی مانند رودخانه‌ای است که فرصت ایستادن به تو نمی‌دهد و در این مسیر بارها تو را به دیوار و سنگ و ریشه و خاک می‌زند و بالا و پایین می‌برد تا راه و روش زندگی‌کردن بیاموزد. به نقل از فرهنگ رجایی در کتاب مشکله هویت ایرانیان امروز «بصیرت و زیبایی این عبارت آنجاست که ثبات و دوام موج به حضور حرکت و تحول آن وابسته است. درست است که حرکت دائمی به رودخانه تداوم می‌بخشد، درعین‌حال این رودخانه در بستر خود رسوباتی از مناطق مختلف با خود همراه می‌کند و در خود جذب می‌کند»؛ ما هم مثل رودخانه، مثل بستر این رود بزرگ زندگی، با خود از این رسوبات، تجربه‌ها و آموزه‌ها را می‌گیریم و حمل می‌کنیم. حال باید در هر زادروز دوباره‌ای از خود بپرسیم رسوبات من در طی این مسیر یا بهتر بگویم درس‌های زندگی که فراگرفته‌ام و اگر از من بپرسید می‌توانم برشمرم، چه بوده است.

در یک سال مانده به ۴۰سالگی سعی کردم این پرسش که من را به ۱۴ درس و رسوب کوچک و بزرگ کشاند که بد ندیدم برای خودم پیش از همه و برای هرکسی که همدل شاید باشد، با این مورد، به اشتراک بگذارم و بنویسم.

اولین درس این است که باید تاکنون خود را در میان اطرافیان که می‌تواند به وسعت خانواده یا شهر یا کشور و منطقه تعریف شود، به چیزی معروف و به حرفه و تخصصی مجهز کرده و آن را به مزیت نسبی خود تبدیل کرده باشیم و بر آن مسلط شده باشیم؛ به گونه‌ای که ما را به این تخصص بشناسند.

۳۰سالگی وقت انتخاب هدف و مزیت نسبی و حرکت به سمت آن است و تا ۳۹ باید به نسبتی به آن دست یافته و جای خود را معلوم کرده باشیم؛ که اگر نشده باشد، ۳۹سالگی برای انتخاب و شکل‌دادن مزیت و مُعرف‌شدن در حرفه و کار، دیگر دیر است که البته موارد استثنا همیشه هست.

درس دوم در تکمیل درس اول است که برخورداری از مزیت رقابتی تنها راه دستیابی به موفقیت نیست. همه چیز از راه ارتباطات به دست می‌آید. این جهان به سلام زنده است. موفقیت نیز به کیفیت ارتباطات بستگی تام و تمامی دارد. با قهر با جهان یا قهر با مردمان یا با داشتن ارتباطات اندک نمی‌توانی توفیقات بیشتر را انتظار بکشی.

درس سوم در باب صراحت است. صراحت‌داشتن زندگی را از تبدیل‌شدن به انبار حسرت‌ها نجات می‌دهد. این سن جسارت بیشتری به شما می‌دهد تا صریح‌تر و راحت‌تر، از خواست‌های درونی خود با خود و دیگران حرف بزنید. قشنگ‌ترین اتفاقات در این سن و در پس جسارت، بیان صریح خواسته‌ها و نیازهای‌تان رخ خواهد داد. آنچه را دوست داری رک بگو؛ هر یک نگفتن یک حسرت است که هرچه سن بیشتر می‌شود، بزرگ‌تر و جاگیرتر هم می‌شود.

درس چهارم در باب نقطه عطف ۴۰سالگی است. هرچه درباره ۴۰سالگی گفته‌اند، از پخته‌ترشدن و... درست می‌گویند. با فکت‌های تاریخی که از تجربه زیسته مردمان بیرون آمده است، خود را گلاویز نباید کرد. در ضمن ۳۹سالگی همان ۴۰سالگی است و اگر کسی خلاف این را می‌گوید، به او توجه نکنید، هنوز خام است.

درس پنجم در باب روح کلی زندگی است. در حوالی این سن به نام بیش از نان، به کیفیت بیش از کمیت و به زندگی در مفهوم بسیط و اصیلش، بیش از همیشه فکر خواهی کرد. آن‌قدر که شاید به سرت بزند یکباره همه چیز را زمین بگذاری و سفر بروی یا خودت را به قهوه‌ای در کافه‌ای دعوت کنی یا چیزی را که سال‌ها دوست داشتی، برای خودت هدیه بخری؛ برای مثال پلی‌استیشن.

درس ششم در باب شیوه مواجهه است. در حوالی این سن صبورتر و آرام‌تر می‌شوی. آن‌قدر که مسیری را رانندگی می‌کنی، بی‌آنکه موسیقی گوش کنی. ساعت‌ها پای حرف کسانی می‌نشینی که تا پیش از آن کمتر این کار را می‌کردی؛ مادرت و اگر داشته باشی پدرت را. تا جایی که روزهایی می‌آید که دو ساعت به دیوار یا سقف خیره مانده‌ای بی‌هیچ فکر و اندیشه‌ای. یک خالی و سادگی مطلق. به قول برتراند راسل به ستایش بطالت گرایش پیدا می‌کنی.

درس هفتم ۳۹سالگی به آینده برمی‌گردد که شاید در تضادی با درس ششم باشد. افق و پایان برایت مهم‌تر از هر زمانی خواهد شد. در نتیجه دست به کارهایی می‌زنی که ماندگاری بالاتری داشته باشد. برای مثال دیگر یادداشت در روزنامه تو را قانع نمی‌کند و به دنبال کتاب یا اثرگذاری بیشتر خواهی رفت؛ و شاید یک کار عملیاتی در راستای هدف و حرفه و مزیت نسبی که کسب کردی، جدی‌تر فکر می‌کنی.

درس هشتم فصل آغاز یک پایان درس سختی است. در حوالی این سن آغاز کم‌کردن از ماسک‌ها و چهره‌های غیرواقعی خود نیز خواهد بود. در چنین سن‌وسالی از هر زمانی خودت را بیشتر دوست خواهی داشت؛ زیرا خود بیرونی و بزک‌کرده‌ات، تلاش می‌کند به خود واقعی نزدیک شود یا برعکس خود واقعی خود بزک‌کرده را کنار می‌زند. از حوالی این سال‌هاست که هر سال یک ماسک از ماسک‌های بیرونی را کنار می‌گذاری و سعی می‌کنی آن‌طور که دوست داری، زندگی کنی، عقایدت را بیان کنی یا حتی به کل کنار بگذاری.

درس نهم از حوالی این سن بیشترشدن وسواس و دقت است؛ یعنی امکان دارد ساعت‌ها به میخ روی دیوار، به سوراخ جای میخ روی دیوار، به فرم سوراخ، به اینکه چطور می‌شود پاکش کرد و چرا آنجا قرار گرفته است، فکر کنید و در نهایت با یک قاب که سال‌هاست در انباری نگهش داشتید یا پشت کتابخانه بپوشانی. همین‌طور به کارهای دیگر نگاه می‌کنید.

درس دهم اما حکایت حذف و اضافه دانشگاه است. یکی از ویژگی‌های جذاب حوالی این سن این است که هر جایی و با هر کسی دیگر نخواهید بود. از ۳۰ تا ۳۹، فصل گسترش ارتباطات و از ۳۹ تا ۴۹، وقت غربال‌کردن آنهاست.

و اما یازدهمین درس این سن که جذاب‌ترین هم خواهد بود، باور به تجربه‌کردن حتی به غلط است. رفتن به سمت چیزهایی که تا پیش از آن رفتن به سمتش غلط محسوب می‌شد. چیزهایی که تاکنون خطوط فکری و آموزشی و ایمانی به تو می‌گفت از آن پرهیز کن، پرهیزت را کنار می‌گذاری و تجربه می‌کنی یا خواهی کرد. درس سوم و هشتم تو را به این درس بزرگ نزدیک می‌کند. خودت را در زمینه تجربه‌ها و عبور از خطوط قرمز فرضی می‌گذاری و زندگی پنجره‌های جذابی با چشم‌اندازهای دلپذیر پیش رویت باز می‌کند؛ از بازکردن پنجره‌های تازه، هیچ‌کس ضرر نکرده است.

به‌عنوان درس دوازدهم باید در ستایش نفر دوم بودن، کامل‌نبودن، در فاصله‌ای با صدر قرارگرفتن سخن گفت. اینکه ۳۹، بسیار متفاوت‌تر از ۲۹ و ۱۹سالگی است؛ ولی در یک چیز شبیه به هم هستند و آن بهترین‌نبودن و کامل‌نبودن و رندنبودن است؛ و این نقطه معتبرتر و امیدوارانه‌تری است تا نمره کامل و در قله قرارگرفتن. باور به اینکه همیشه قرار نیست ۴۰ شود تا حرف‌های بزرگ یا کارهای بزرگ انجام دهیم یا نمره ۲۰ بگیریم و نفر اول باشیم یا نفر یک مجموعه یا نقش یک یا بزرگ و رهبر خانواده و جمع باشیم. نفر دوم بودن یا نزدیک به خوب بودن همیشه جایی برای پیشرفت و امید و انگیزه دارد و در ضمن آنکه از مخاطرات آن بالا هم در امان است. رئیس‌نبودن، خود را کامل و مطلق و درجه‌یک ندانستن، نفر اول نبودن و چه‌بسا در آستانه قرارگرفتن، دوم‌بودن، نزدیک ولی مقصد نبودن، در بسیاری از موارد چه‌بسا بهتر و آموخته‌ها و آورده‌های بیشتری هم دارد.

اما درس سیزدهم را به نقل دیگری می‌آورم که تجربه زیسته خودم هم هست؛ و آن اینکه به قول واسلاو هاول، رئیس‌جمهوری پیشین جمهوری چک و نویسنده کتاب قدرت بی‌قدرتان در کتاب درخشان «من سرگذشتِ یأسم و امید»، از نشر خوبِ خوب: «شوربختانه، در شرایط حاکم بر زندگی ما، بهبود وضعیت غالبا بر اثر اقداماتی پدید می‌آید که شاید تا ابد در حافظه انسانیت به همان شکل عریضه رمان کوندرا باقی بماند که کنش خودنمایانه مردمانی نامید. تاریخ چیزی نیست که در جایی دیگر رخ بدهد. همین‌جا پدید می‌آید. ما همه در آن نقش داریم». اگر امروز در هر نقطه‌ای قرار داری، با پذیرش اینکه جبر جغرافیا بسیار اثرگذار است؛ ولی خود شما بیش از بقیه نقش دارید و اگر در جای درست و مطلوب از نظر خودتان قرار نگرفته‌اید، سهم شما بیش از بقیه خواهد بود. پس کم‌کاری‌های خود را به گردن دیگران نیندازید که پذیرش همین مسئله خود قدم بزرگ به سمت برون‌رفت از وضعیت نامطلوب به سمت مطلوب خواهد بود.

و در نهایت درس چهاردهم آنکه شما توان محدودی دارید که امکان تغییر جریان کلی رودخانه را به شما نمی‌دهد، بلکه آن‌قدر می‌توانید اثر بگذارید که بخشی از این آب حیات‌بخش به بستری خشک هم برسد یا به آن سمت منحرف شود. باید به توان محدود و جایگاه خود واقف شد و سپس آن بخش‌های تغییرناپذیر را رها کرد. پذیرش موقعیت و رسیدن به وارستگی رهایی، خود بزرگ‌ترین درس رودخانه زندگی است. ما توان حل‌وفصل همه منازعات محیط اطراف را نداریم. نمی‌توانیم علیه جبر جغرافیایی قیام کنیم، بلکه می‌توانیم اندکی جبر را به اختیار سوق داده و از شادی‌های کوچک سکویی برای حرکت به سمت شادی‌های بزرگ ایجاد کنیم. در نتیجه به گام‌های کوچک چه در سیاست و چه در اجتماع و فرهنگ بسنده و سعی کنید عجله و هیجان رسیدن را در خود بکشید؛ زیرا این مسیر هیچ مقصد و انتها و اولی ندارد. به قول معروف:

تا عاقل فرزانه پی پل می‌گشت
دیوانهِ پابرهنه از آب گذشت

مخلص کلام همین است که گاهی باید رها کرد عقل را و اندیشه را به کنار گذاشت و رها کرد؛ رودخانه تو را خود راه ببرد. سعادت و رستگاری در رهایی و رهاشدگی است.

کاش این فرصت بود که همه تجربه زیستن در رودخانه پرشتاب زندگی را بنویسند و بگویند. همه موارد ذکرشده می‌تواند استثناهایی داشته باشد و مثال‌های نقضی که خب بسته به تجربه هر فرد می‌توان به آنها اشاره کرد و چه خوب اگر جایی از آنها بگویید و گفته شود.

# راه نفس

ادامه ازصفحه اول

متأسفانه تاکنون هیچ‌کدام از پیش‌بینی‌های اصلاح‌طلبانی که در انتخابات ۱۴۰۰ نظرشان به شرکت‌نکردن بود، درباره اتفاقاتی که پس از حاکمیت یکدست می‌افتد، درست از آب درنیامده است. برخی معتقد بودند در دوره حاکمیت یکدست، مشکلات سیاست خارجی حل می‌شود. برجام تثبیت و برجام‌های دیگری نیز تصویب می‌شود. ارز وارد کشور می‌شود. از فشار تورم و شرایط سخت اقتصادی کاسته می‌شود. مدل اصلاحات چینی دنبال می‌شود و اصولگرایان حاکم، عرصه سیاست را تنگ می‌کنند ولی در عرصه اجتماعی با مدارای بیشتری برخورد می‌کنند و آزادی‌های اجتماعی می‌دهند. اما هیچ‌کدام از این حرف‌ها محقق نشد! وضع امروز مردم هم عیان‌تر از آن است که حاجتی به توصیف باشد.

در آستانه انتخابات ۱۴۰۰، در یادداشتی از «پای لای در» نوشتم: «حکایت ما، حکایت کسی است که پایش را لای دری گذاشته تا بسته نشود! برای اینکه هوا بیاید. روزنه‌ای برای آزادی باز باشد. راه نفسی برای مردم بماند. بویی از عقلانیت به مشام برسد».

امروز بیش از هر زمان، فشار بر پاهایمان حس می‌شود! اما فکر می‌کنم نه‌تنها پا، بلکه همه تن را باید لای در بگذاریم. عزم جریان مقابل در بستن در جدی است! اما این در، هنوز بسته نیست! اساسا رگلاژ نیست و به دلایل متعدد هیچ‌وقت نمی‌تواند کامل بسته شود! ساده‌لوحی است اگر عزم جزم بستن در را نبینیم؛ اگر بخواهیم همه چیز را خوب و گل و بلبل نشان دهیم. حال جامعه خوب نیست؛ حال دولت نیز. چندی پیش بنده‌خدایی سکته مغزی کرده بود. اطرافیان به او گفته بودند حالت خوب نیست و رنگ و رویت عادی نیست. برای اینکه از تک‌وتا نیفتد، شروع کرده بود به حرکات موزون تا اثبات کند خیلی هم خوبم! این حکایت دولت ماست! جامعه می‌فهمد و قبول دارد که حالش خوب نیست؛ اما دولت، نه‌تنها قبول ندارد، بلکه برعکس از قطار پیشرفت می‌گوید و اینکه کی به کدامین سراب می‌رسیم! اما به نظر نگارنده، گذر زمان به نفع جامعه است. باید به جامعه کمک کنیم تا تاب بیاورد. باید کمک کنیم تا قدرت تحملش را بالا ببرد. جامعه ایران، هاضمه‌اش قوی است. برای این تاب‌آوری، کارهای ایجابی که یک مدیر یا سیاست‌مدار می‌کند، مهم نیست یا کم‌اهمیت است! مهم، آن کارهایی است که او نمی‌کند. مهم، آن جایی است که می‌ایستد، تا یک کار غیرعقلانی انجام نشود. بالاتر اشاره کردم چه‌بسا قوانینی که تصویب نمی‌کند، مهم‌تر از قوانینی است که تصویب می‌کند.

در ایران امروز، آن سوی صندوق رأی، خیابان است! آن کسانی که هر روز صندوق رأی را بی‌فایده‌تر نشان می‌دهند و ناامیدی جامعه را با آوای بلندتری پژواک می‌دهند، خوب است پاسخ دهند که در کدام زمان، منافع ملی بیشتر تأمین شده است؟ آن زمان که حاکمیت یکدست نبوده یا در زمان‌هایی که حاکمیت یکدست شده است؟ کدام زمان کشور بیشتر در معرض تهدیدات بیرونی بوده است؟ آن زمان که عقلانیتی در سیاست خارجی بوده یا آن زمان که دنبال مدیریت جهان بوده‌اند؟ (دست‌کم محمدجواد ظریف در شش ساعت گفت‌وگوی کلاب‌هاوسی، با مرور تجربه احمدی‌نژاد، به‌روشنی به این سؤال پاسخ می‌دهد). در کدام زمان شاخص‌های اقتصادی شرایط بهتری داشته‌اند؟ یا منابع کشور بیشتر در خدمت توسعه بوده‌اند؟ در کدام حالت، محیط زیست حال بهتری داشته است؟ در کدام شرایط، جامعه روزهای بهتری را زندگی کرده است؟ کدام زمینه، جامعه را امیدوارتر نگه داشته است؟

می‌گویند شرکت در انتخاباتی با این کیفیت و با نظارت استصوابی، به نفع منافع ملی نیست؛ چون اصل نهاد انتخابات را منحل می‌کند! سلمنا! اما آیا منافع ملی فقط خلاصه در انتخابات و حضور چهره‌های شاخص احزاب در کرسی‌های قدرت است؟ و آیا اصل نهاد انتخابات، با بی‌تفاوت‌کردن و بی‌اثر نشان‌دادن آن در جامعه، رفته‌رفته بی‌اهمیت نمی‌شود و از بین نمی‌رود؟

هفته گذشته، در همایش دوروزه فرصت‌های ایران در عصر دیجیتال شرکت کردم. همایش کم‌نظیری بود. درباره آن باید بنویسم، ولی فعلا به همین بسنده می‌کنم: یکی از مضامینی که در فرمایشات چند سخنران مختلف شنیدم، این بود که «لازم نکرده برای ما کاری کنید، دست از سرمان بردارید و بگذارید کارمان را بکنیم! لطفا هیچ کاری نکنید! فقط بگذارید ما برای ایران کار کنیم!».

اصلاح‌طلبان اصرار دارند که حتما باید برای جامعه کاری کنند! درحالی‌که دست‌کم بخشی از جامعه از نجابت وافری که دارد، به زبان آمده و می‌گوید: «شما را به خدا! نمی‌خواهد کاری کنید! فقط مانع جدید برای ما نتراشید! اگر هنری دارید، بگذارید نفس بکشیم». آن‌وقت حرف ما این است: «چون نمی‌توانیم برایتان کاری کنیم، کنار می‌کشیم تا راه نفس‌تان نیز بسته شود!».

خبر

## اوضاع ۴۱۰ آبخوان بحرانی است

اوضاع ۴۱۰ آبخوان بحرانی است و ۸۶ درصد منابع آب تجدیدپذیر زیرزمینی تخلیه می‌شود. این موضوع را رامین احمدیان، کارشناس طرح تعادل‌بخشی آب‌های زیرزمینی شرکت آب منطقه‌ای تهران به ایلنا گفته و توضیح داده است: ۸۵ درصد از ۴۵ میلیارد مترمکعب آبی که به‌صورت سالانه از آبخوان‌ها (منابع آب زیرزمینی) برداشت می‌شود، توسط چاه‌های مجاز صورت می‌گیرد؛ چاه‌های مجازی که به لحاظ عددی ۵۵ درصد چاه‌های کشور را شامل می‌شوند.

او با بیان اینکه منابع آب زیرزمینی به‌عنوان منابعی استراتژیک هستند که در مواقع اضطراری می‌توانند آثار خشک‌سالی یا کم‌آبی را تقلیل داده و از اهمیت بسزایی برخوردارند،گفت: در ایران به دلیل قرارگیری در کمربند خشک جهان و میزان بارش کمتر نسبت به متوسط جهانی، میزان این وابستگی بیشتر است، به نحوی که آب زیرزمینی درحال‌حاضر یکی از منابع اصلی تأمین نیاز بخش‌های مختلف ازجمله مصارف کشاورزی، صنعت و شرب است.

این کارشناس افزود: در چند دهه گذشته به دلیل خشک‌سالی، پدیده تغییر اقلیم و نیز پیشرفت تکنولوژی در بهره‌گیری از فناوری حفر چاه و پمپاژ، میزان بهره‌برداری از آب‌های زیرزمینی در دشت‌های مختلف کشور روند صعودی به خود گرفته است؛ به نحوی که با توجه به آمار ثبت‌شده در وزارت نیرو از روند افت تراز آب زیرزمینی و برآورد کسری حجم آبخوان‌های کشور، از اوایل دهه ۵۰ شمسی مازاد برداشت از آبخوان‌های کشور شروع شده و این روند از اوایل دهه ۷۰ شمسی شدت یافته و تقریبا هر سال بیشتر شده که بر اثر این مازاد برداشت، میزان کسری تجمعی مخازن آب زیرزمینی کشور در سال ۱۴۰۰ به عدد ۱۴۳ میلیارد مترمکعب رسیده است.

احمدیان با اشاره به وضعیت وابستگی استان‌های کشور به آب‌های زیرزمینی گفت: بر اساس آمار و ارقام موجود هم‌اکنون ۵۵ درصد از ۹۸ میلیارد مترمکعب آبی که به‌صورت سالانه در کشور به مصرف می‌رسد، از طریق چاه‌ها و قنات‌ها (منابع آب زیرزمینی) تأمین می‌شود که ۸۵ درصد از آب استحصال‌یافته از سفره‌های آب زیرزمینی مربوط به چاه‌های مجاز فعال است؛ وضعیتی که تداوم آن خسارت‌های جبران‌ناپذیری را برای کشور در پی خواهد داشت.

کارشناس طرح تعادل‌بخشی آب‌های زیرزمینی شرکت آب منطقه‌ای تهران ادامه داد: برداشت‌های مکرر از چاه‌های بهره‌برداری مجاز و غیرمجاز موجب شده میزان تغذیه سفره آب‌های زیرزمینی از راه‌های مختلف نتواند با مقدار برداشت از آن به تعادل برسد و اثرات جبران‌ناپذیری ازجمله بیلان منفی آب زیرزمینی و کاهش غیرقابل‌برگشت حجم آبخوان را سبب شود که این کاهش منابع آب زیرزمینی به‌عنوان ارزشمندترین منابع آب‌های شیرین، ناشی از عوامل مختلف اقلیمی و انسانی تأثیرات مخربی را در یک منطقه بر جای می‌گذارد.

احمدیان کاهش مقاومت خاک را از دیگر اثرات افت منابع آب زیرزمینی دانست و افزود: حفر بی‌رویه چاه‌های عمیق، سبب افت سطح آب زیرزمینی می‌شود که یکی از مهم‌ترین مسائل ناشی از آن نابودی پوشش گیاهی دشت‌هاست که آب مورد نیاز خود را از رطوبت موجود در زمین می‌گیرند. بر اثر نابودی این پوشش گیاهی و ازبین‌رفتن رطوبت سطحی زمین، ذرات خاک نسبت به آستانه باد کمتری از سطح جدا شده و به‌صورت ذرات گردوغبار در هوا پخش خواهند شد.

همچنین در بسیاری از نقاط با توجه به نقش پوشش گیاهی در نفوذ آب ناشی از بارندگی‌ها، با ازبین‌رفتن این پوشش‌های گیاهی وقوع سیلاب امری اجتناب‌ناپذیر خواهد بود که این عامل نیز خود باعث جابه‌جایی بخش عظیمی از منابع خاک به‌صورت توده‌های گل‌ولای به بخش‌های دیگر بر اثر سیلاب خواهد بود.

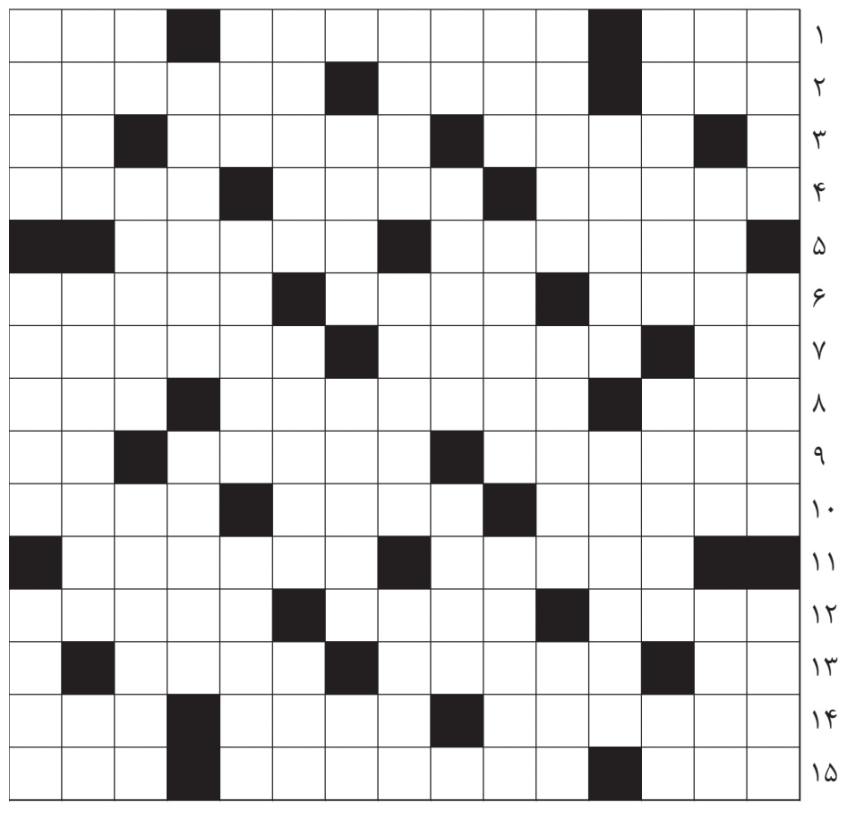
### جدول ۴۵۵۱ • طراح: بیژن گورانی

**افقی:**

۱- پاراگراف- باغ درخت خرما- موی بلند ۲- محرمانه- پرنده‌ای وحشی و حلال‌گوشت- گودال طبیعی پرشده از برف ۳- افسار- بداخلاق- مادر لر ۴- پشت سر امام جماعت نماز می‌گزارد- واهمه- تصور و خیال ۵- جوسازی- بانوی منتسب به یک خانواده سلطنتی ۶- کیسه حمل بار- دادوستد- پشت سر ۷- چاشنی غذایی- کفش‌دوز- سودآور ۸- پارچه صافکن- مفتولی که با ذوب‌کردن آن دو قطعه فلز را به هم جوش می‌دهند- خراب‌کردن ۹- خوش‌رفتاری- همسر اسکندر مقدونی- پول ژاپن ۱۰- رمان مشهور دافنه دوموریه- برج کج ایتالیا- ایستاده و بی‌حرکت ۱۱- متخصص در کارهای ساختمانی- از تیم‌های فوتبال باشگاهی ایتالیا ۱۲- پارسای دیرنشین- خسته و درمانده- کاروان ۱۳- حرف دهن‌کجی- از میوه‌های روغنی- مسابقه اتومبیل‌رانی ۱۴- معادل فارسی وبسایت- بی‌حیا- ماست چکیده ۱۵- طعم- آلبومی با آواز حسام‌الدین سراج- از انجیل‌های معتبر

**عمودی:**

۱- خوشحال و خندان- دستور زبان خارجی- ضرباهنگ ۲- مذکر- طرفدار هرج‌ومرج- نام غلام سلطان محمود ۳- منطقه‌ای در استان گیلان- ترس و بیم- راه شاعرانه ۴- اسبابی برای رسم خط عمود- ماهر در دعوا ۵- پشیمانی- اسباب و وسایل زندگی- خجستگی ۶- سرسبز و باطراوت- ستون‌بندی سخت جانوران- عمامه ۷- نفی عرب- انعکاس صدا- صندوق‌خانه ۸- پوشاننده- از رایج‌ترین قالب‌های ارائه آثار در خوشنویسی- الهه عشق و زیبایی ۹- تازه به راه افتاده- نام اصلی سلمان فارسی- شهر مدفن پروین اعتصامی ۱۰- هیدراته- خرده‌های چوب و کاغذ- نخ تابیده ۱۱- قیمت- نشان‌دادن- بی‌شرمی ۱۲- فوتبال سالنی- جنگ نادرشاه و شاه گورکانی ۱۳- از مصالح ساختمانی- تحریک شیطانی- از شبکه‌های تلویزیونی ما ۱۴- قوه حافظه- علامت جذر در ریاضی- پوستین ۱۵- سلامتی می‌آورد- حریص و طمع‌کار- مربوط به هنر



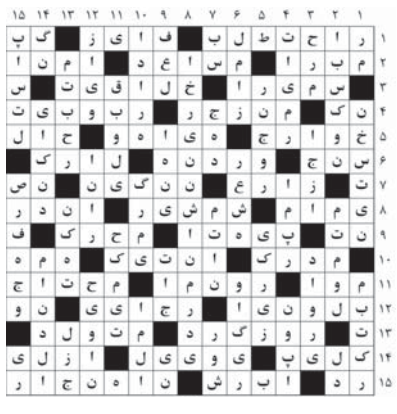
### حل سودوکو سخت

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

### حل سودوکو ۳۵۴۶

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

### حل جدول ۴۵۵۰



### سودوکو سخت ۳۵۴۷

زمان پیشنهادی: ۴۰ دقیقه

**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.

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

### سودوکو ساده ۳۵۴۷

زمان پیشنهادی: ۲۰ دقیقه

**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.

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