

من و ام‌اس

به مناسبت یک عمر بودن «ام‌اس»؛ کیستی؟



مریم پیمان

● درد در سمت راست پیشانی‌ام با هر تکان و حرکتی تشدید می‌شود. «کیستی که من/ این‌گونه به اعتماد/ نام خود را/ با تو می‌گویم ...» به دیوار بدون قاب نگاه می‌کنم. سال‌هاست که نامم را با نام او کنار هم تکرار کرده‌ام و کرده‌اند، از پزشکان گرفته تا دوستان و بستگان. بغضم را قورت می‌دهم. به صندلی خالی مقابلم نگاه می‌کنم. حتی نمی‌خواهم به چهره خیالی‌اش خیره شوم. حرفی برای گفتن با او ندارم. «کاش! هیچ‌وقت نبود.» صندلی خالی است. امروز «ام‌اس» روی‌روی من نشسته و من با او حرفی جز خشم و نفرت از بودنش ندارم. خسته شده‌ام از او و از همه خاطرات تلخ و شیرینش. چیزی جز خاطره وعده‌ها و وعیده‌ها نمانده است؛ آرزوهای بر باد رفته. چه روزها و شب‌ها که دوستش می‌داشتم و در پناهش آرام خوابیده بودم و چه لحظه‌ها که از درد و زجر آن را تحمل نکرده‌ام. سال‌ها با هم گذرانده‌ایم، شوخی نیست، یک عمر دوست و دشمن بوده‌ایم، هم‌درد و همراه. برای خیلی‌ها «ام‌اس» یک روز جهانی است، چند همایش و برنامه رسانه‌ای؛ اما برای من هزاران خاطره و داستان از زندگی بیماران را دارد. به صندلی خیره می‌شوم. صورت «او» را می‌بینم و با خود خیال می‌کنم که اگر این درد بی‌درمان نبود. آخ! که اگر این درد بی‌درمان نبود. آه! که اگر این درد بی‌درمان نبود. «دردا و حسرتا!» که جهان زیبا می‌شد و من زیباتر. زندگی رنگین می‌شد و من رنگین‌تر. محال، ممکن می‌شد و رؤیا، واقعیت. چشم‌هایم را می‌بندم. تاب دیدن او را ندارم. او همیشه در درون من بوده است. خاطره نبودن «ام‌اس» فقط به روزهای شاد کودکی برمی‌گردد و بس. در همه افت‌وخیزهای روزگار تنها او من را رها نکرده و همیشه بوده و با همه خون‌دل‌هایی که از او خورده‌ام، وفادارترین دوست است. این روزها که گویی قصد رفتن دارد و رخت بپوشه، هراس جای او را گرفته است، من از سلامتی ترسیده‌ام. به همین سادگی! زیستن بدون او را از یاد برده‌ام. قطره‌های اشک روی دستم می‌ریزند. کی گریسته‌ام؟! ترک عادت به رنج. از رنج دشوارتر است. «ام‌اس» باید بماند یا برود؟ آریا ماندگار است یا رفتنی؟ بعد از او به که و چه باید دل ببندم؟ زندگی بدون او چگونه ممکن خواهد شد؟ بدون پزشکان، بدون دارو، و بدون توجه و هم‌دردی. «کیستی که من/ جز او/ نمی‌بینم و نمی‌بایم؟!». سردرگم شده‌ام. صدایی در ذهنم می‌پیچد: «هرگونه ادعا برای درمان این بیماری از طرق مختلف غیرواقعی و تقلبی است». پزشکی به مناسبت روز «ام‌اس» نمک می‌پاشد بر زخم تازه هر روز زندگی‌ام. تلم آرام می‌گیرد از سویی. «ام‌اس» رفتنی نیست. چشم‌انم را باز می‌بندم. درد در چشم چپم بیباد می‌کند. بینی‌ام می‌سوزد و اشک به چشمانم هجوم می‌آورد. درد چند برابر می‌شود. «کاش! هیچ‌وقت نبود». چشم از هم باز می‌کنم. چراغ‌ها را کمتر می‌کنم و در برابر او می‌نشینم. باید از اینجا بپروم. در این خانه جایی برای او نیست، دیگر طاقت بودنش را ندارم؛ «هر لحظه تعبیری می‌گردد از/ فردایی بی‌پایان/ با عبور از تاریکی‌های سپری‌شده...».

معصومه اصغری: صدای بچه از فضایی محدود می‌آید و هر چند دقیقه یک بار، فارغ از جواب سؤال‌های من «مصطفی» را صدا می‌زند که بنشینند و آب را روی زمین نریزد. رقیه گرمه نفر دوم شورای روستای قلعه‌سیمون اسلامشهر مادر هفت فرزند دختر و پسر است و می‌گوید او و خانواده‌اش هم یکی از ۵۳ خانوار محروم این روستا هستند که در هر شرایطی به دنبال مطالباتشان رفته است.

صدای آهنگ پیشوازش بعد از چند بار تلاش می‌آید: «ای یار ناسامان من از من چرا رنجیده‌ای...» با صدای خسته‌ای جواب می‌دهد، از ادامه صحبت تردید می‌کنم و بلافاصله می‌پرسم که نکنند بدموقع تماس گرفته باشم. با اطلاعات کمی که در فضای مجازی است، سراغش رفته‌ام و تصورم این است که برای بار اول در شورا انتخاب شده اما او می‌گوید سابقه‌ای شورایی دارد و این بار سوم است که به درخواست مردم روستای قلعه‌سیمون برای شورا ثبت‌نام کرده و رای هم آورده است. رقیه برخلاف اخباری که منتشر شده بود، حاشیه‌نشین نیست و حداقل دو دهه است که برای کار به قلعه قدیمی روستای قلعه‌سیمون آمده‌اند و مثل همه خانوارهای آنجا شغلشان کشاورزی بوده و هست. رقیه در کودکی، یعنی وقتی ۱۲ساله بوده ازدواج کرده و حالا که ۴۲ سال دارد هفتمین فرزندش دوساله است و بزرگ‌ترین فرزندش ۳۰ساله؛ ایایی از بیان جزئیات زندگی خصوصی‌اش ندارد و می‌گوید همه مردم قلعه‌سیمون اوضاع زندگی او را می‌دانند و در خانه‌اش به روی آنها باز است. برعکس حرف‌هایی که درباره ترس او از مردان می‌گویند حامی و مشوقش برای حضور در شورای روستا یکی از قدیمی‌ها و شورایی‌های این روستا به نام حاج احمد بوده است. این مرد سال‌ها خودش عضو شورا بوده و حالا پسرش نفر اول شورای قلعه‌سیمون است.

رقیه اصالتا زابلی است اما در گنبد (استان گلستان) بزرگ شده و از سال ۷۱، وقتی که شوهرش برای کشاورزی مجبور به مهاجرت می‌شود، همراه می‌شوند و به قلعه‌سیمون (منطقه‌ای که کشاورزی داشته و هنوز هم تا حدی دارد) می‌آیند. رقیه خودش هم کشاورزی می‌کند، آنها به همراه زنان دیگر قلعه‌سیمون تابستان و زمستان کارگر فصلی زمین‌های کشاورزی اربابان و کارفرمایان این منطقه هستند. می‌گوید روند این مدل کار که به «نصفه‌کاری» معروف است این‌گونه است که چون ما زمین نداریم زمین و آب را کارفرما می‌دهد و ما روی زمین کار می‌کنیم و در محصول سهم داریم یا اینکه کارگر روزمزد می‌شویم. از میان جواب همه سؤال‌ها درنهایت حرف را به وضعیت زندگی مردم و نیازهایشان و نبود امکانات و شغل برای آنها می‌کشاند و نقبی هم به شرایط گذشته می‌زند. او در دو دوره‌ای که پیش‌ازاین عضو شورای قلعه‌سیمون بوده (دوره دوم و سوم) برای تغییر شرایط خانه‌های مردم و امکانات آنها (پس از خراب‌شدن قلعه) تلاش زیادی داشته و می‌گوید: قبلا که اینجا قلعه بود همه در داخل قلعه زندگی

جامعه



روایتی مستقیم از منتخب شورای روستای قلعه سیمون که بدون تبلیغات انتخاب شد

مردم او را می‌خواهند

می‌کردیم و شرایط خوبی نداشتیم، دیوار روی سر ما خراب می‌شد و موش همه جای زندگیمان بود، بعد هم بنیاد کوثر آمد و زمین‌ها را گرفت و همان قلعه را هم از دست دادیم. چند ماهی داخل چادر بودیم اما با پیگیری‌هایی که کردیم بالاخره به دادمان رسیدند و حالا چند ماهی شده که خانه‌ها را ساخته‌اند و داخل خانه‌های جدید هستیم. رقیه از اینکه خودش و باقی مردم داخل خانه‌های جدیدی که آب و برق و گاز دارند، زندگی می‌کنند خوشحال است اما چند بار با نگرانی از بی‌کاری و بی‌پولی زنان و مردان و جوانان می‌گوید که اگر کار و پول نباشد چطور باید پول آب و گاز و برق را بدهند و بعد هم قسط وام مسکن را بپردازند. می‌گوید آن‌قدر که در این سال‌ها دنبال کوبن نفت و دفترچه بیمه و دارو و درمان و جوب و چاله خیابان‌ها و پلاک و... مردم رفته، دیگر او را رها نمی‌کنند و برای این دوره از او خواسته‌اند دوباره بیاید و رای هم داده‌اند. می‌گوید در این سال‌ها توانسته پای برخی از خیран را به این روستا باز کند و یک‌جورهایی رابط مردم محروم روستا و خیран شده است و خودش هم یکی از همان محرومانی بوده که زندگی‌اش با این کمک‌ها به نحوی اداره شده است.

می‌پرسم چطور در دو دوره قبلی معروف نبوده و در این دوره یکباره خبر انتخابش در همه رسانه‌ها پیچیده که با سادگی قسمی می‌خورد و می‌گوید: من بی‌اطلاعم و خودم کاری نکردم. تبلیغی هم برای انتخابات نداشتم، چون خود مردم خواستند بیایم؛ اما فکر می‌کنم به خاطر کارهایی که برای خانه‌های مردم کردم و چند بار در روزنامه‌ها و تلویزیون و برنامه جشن رمضان منعکس شده، من را شناختند. بعد هم که فهمیدند من دوباره شرکت کردم و رای آوردم، خیرش را پخش کردند.

می‌گوید در این سال‌ها برای خانه‌های مردم قلعه‌سیمون به هر جایی که می‌شده نامه نوشته تا وضعیت آنها را ببیند و آنها را نجات بدهند وگرنه کسی نمی‌دانست زیر گوش تهران به آن بزرگی روستایی با این محرومیت وجود دارد. از خستگی‌ها و ناامیدی‌هایی که در جریان پیگیری‌های مختلف برای کار خانه‌های مردم داشته می‌گوید و اینکه تسلیم نشده تا بالاخره آنها همکاری کرده‌اند. منتخب شورای قلعه‌سیمون در پنجمین دوره شوراها برای دوره جدید به دنبال ساخت مسجد و مدرسه برای روستاست، مسجد و مدرسه‌ای که مدت‌هاست زمینش تعیین شده اما پولی برای ساختشان نیست. دغدغه او این است که بتواند ارگان یا خیری را برای ساخت مسجد یا مدرسه در مقاطع بعد از ابتدایی همراه کند تا کمک کنند. او به دنبال این است که در یکی از این دو مکان کارگاهی برای کار زنان بگذارند چراکه ایجاد شغل برای زنان روستا یکی دیگر از قول‌های اوست.

رقیه گرمه یکی از اتفاقات عجیب انتخابات دوره پنجم است. در شبکه‌های اجتماعی کنار عکس او نوشته بودند «او را سال‌ها ترسانده



کلوچهایی که رقیه گرمه برای قسب درآمد تولید می‌کند

بودند که پایش را تسوی کلیم مرده‌ها دراز نکنند» اما خودش روایت دیگری دارد. می‌گوید نمی‌داند چرا این جمله را درباره ترس او از مردان گفته‌اند. می‌گوید در این سال‌ها چند همکار مرد او در شورا تنها حامیان و همراهان او بوده‌اند و شوهرش هم با وجود غرغره‌های گاه‌وبی‌گاه همواره در این راه همراهش بوده است. رقیه نقل‌قولی را از چند همکار زن شورایی می‌گوید که خودش هم می‌داند صحت ندارد و اضافه می‌کند: «در این سال‌ها خیلی من را از اینکه اسمم توی تلویزیون و اینترنت و روزنامه‌ها برود ترسانده‌اند، می‌گفتند اسمت توی لیست سیاه می‌رود و برایت بد می‌شود اما هیچ‌وقت دچار مشکل نشدم و سازمان‌هایی که با آنها برای قلعه‌سیمون کار کردم همیشه به من کمک کردند».

اصرار زیادی دارد که قدردانی و تشکر خودش و اهالی قلعه‌سیمون را از سازمان بسیج سازندگی سیدالشهدای استان تهران، بنیاد مسکن، فرمانداری و بنیاد برکت و هر جای دیگری که برای ساخت خانه‌ها در مدت کوتاهی به آنها کمک کرده‌اند، اعلام کند و می‌گوید: وضعیت قلعه‌سیمون را اگر قبل از این اقدامات می‌دیدید می‌فهمیدید که چه کارهایی اینجا انجام شده و ما از این بابت خیلی خوشحالیم. امیدوارانه می‌گوید زندگی خانواده من و بقیه اهالی قلعه‌سیمون در سال‌های گذشته و حتی همین حالا بدون کمک و اقلامی که خی‌ران برای ما می‌آوردند نمی‌گذشت، اما می‌خواهیم با کمک همین خی‌ران و تلاش خودمان به روزی برسیم که مثل جشن خودکفایی گندم در کشور، خودکفایی در درآمد و روزی خودمان را جشن بگیریم.

رقیه از اینکه او را به خودنمایی و از خود بیرون‌شدن خطاب کنند ترس دارد و مدام می‌گوید: «نکنند این حرف‌هایم را مردم بخوانند بگویند می‌خواهد معروف شود» و در ادامه همین دل‌نگرانی‌هایش می‌گوید: «من در این سال‌ها برای مردم کار کردم و آنها تلاش‌های من را دیده‌اند و برای این دوره هم خودشان خواستند که من برایشان خدمت کنم، نمی‌خواهم از من ناامید شوند».

شماره‌اش را که برای فرستادن عکس در گوشی ذخیره می‌کنم، روی پروفایل تلگرامش تصویر کلوچه‌های سنتی را که خیلی خوب بلد است بیزد گذاشته و بعد هم عکس‌هایی که همراه فرزند کوچکش بوده؛ می‌گوید بارها برای فروش همین کلوچه‌ها، خشک‌کردن میوه و سبزی و خیاطی و کارهای دیگری که خانم‌ها می‌توانند در خانه داشته باشند و درآمد کسب کنند، تلاش کرده اما هیچ‌وقت به‌طور کامل موفق نشده است. او با همین تحصیلات ابتدایی که دارد برای سومین دوره نماینده مورد اعتماد مردم روستایی زیر گوش پایتخت است و به عکس بسیاری از مستثاقان خدمت در پایتخت و شهرهای دیگر که می‌خواهند خود به هر شکلی در شورا جای دهند، با اصرار و خواست خود مردم عضو شورای همان مردم شده است.

حل سودوکو سخت

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

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

جدول ۲۸۳۱

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱						۸	۳	۱	۵					۲
۲						۵	۳	۲	۱	۸				۴
۳						۲	۵	۱	۴					۷
۴						۱	۲	۸	۳					۵
۵										۵	۱			۳
۶										۲	۱			۴
۷												۲		۱
۸													۲	۱
۹														۲
۱۰														۲
۱۱														۲
۱۲														۲
۱۳														۲
۱۴														۲
۱۵														۲

سودوکو سخت ۱۸۲۸

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 ۱۸۲۸

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.

خبر

زوج‌های ناباور جهت «درمان» به این مراکز مراجعه کنند

● ایسنا: «بی‌پولی» و هزینه‌های گزاف درمان ناباورری، همواره یکی از دغدغه‌های زوج‌های ناباور بوده و هست، اما در سه‌ساله گذشته وزارت بهداشت تلاش کرد با راه‌اندازی مراکز درمان دولتی بتواند این دغدغه را کم‌رنگ‌تر کند و بر همین اساس چندین مرکز دولتی درمان ناباورری با پوشش ۸۵درصدی هزینه‌ها، در کشور فعال شدند. بعد از ابلاغ سیاست‌های جمعیتی از سوی مقام معظم رهبری، وزارت بهداشت نیز به‌عنوان متولی سلامت کشور سعی کرد در مسیر اجرای این سیاست‌ها گام بردارد. بر این اساس به دنبال اقداماتی مانند ترویج زامان طبیعی که در راستای همین سیاست‌ها انجام شد، نگاهی هم به بهبود وضعیت درمان ناباورری انداخت و سه میلیون زوج ناباور کشور را تحت پوشش قرار داد تا این زوج‌ها بتوانند از پوشش ۸۵درصدی برای خدمات درمان ناباورری در بخش دولتی بهره‌مند شوند. در همین راستا با اعتباری بالغ بر ۱۰۵ میلیارد تومان ۲۴ مرکز موجود درمان ناباورری تجهیز و بازسازی و هفت مرکز سطح سه و ۱۰ مرکز سطح دو نیز به مجموعه مراکز ناباورری کشور اضافه شد؛ به‌طوری‌که درحال‌حاضر پوششی پذیرفتنی را در حوزه ناباورری در همه استان‌های کشور شاهدیم. بر این اساس اکنون در حوزه درمان ناباورری در سراسر کشور مراکزی فعال‌اند که زوج‌های ناباور می‌توانند به آنها مراجعه کرده و از خدمات تشخیصی و درمانی با قیمت مناسب و با پوشش ۸۵درصدی هزینه‌ها از سوی دولت استفاده کنند که در این گزارش برخی از مراکز درمان ناباورری هراستان که خدمات دولتی ارائه می‌دهند، معرفی می‌شوند، مرکز شهید مطهری در استان ارومیه، مرکز درمان ناباورری دکتر بهشتی اصفهان، مرکز بیمارستان اسام خمینی اهواز واقع در خیابان آزادگان، مرکز شهید اکبرآبادی واقع در تهران خیابان مولوی، مرکز درمان ناباورری آرش واقع در بزرگراه شهید باقری، مرکز ناباورری میرزاکوچک‌خان واقع در خیابان کریم‌خان زند، مرکز ولیعصر واقع در اتوبان چمران، مرکز شریعتی واقع در خیابان کارگر شمالی، مرکز درمان ناباورری بیمارستان مهدیه واقع در میدان شوش، مرکز بیمارستان طالقانی واقع در بزرگراه چمران، ولنجک، مرکز درمان ناباورری بیمارستان کمالی کرج، مرکز فاطمه‌(س) بابل، مرکز حضرت فاطمه (زهراس) در تبریز، مرکز ام‌البنین درفول واقع در جاده درفول _ اندیمشک روبه‌روی تپ دو لشکر ۹۲ زهی، مرکز الزهرا در خیابان ناهجوی رشت، بیمارستان ایت‌الله موسوی زنجان، مرکز امام خمینی ساری در میدان امام، بیمارستان امیرالمؤمنین سمنان، بیمارستان بعثت ستنندج، بیمارستان شهید بهشتی کاشان، مرکز درمان ناباورری افضل‌پور کرمان، مرکز درمان ناباورری منتصریه مشهد، مرکز درمان ناباورری فاطمیه همدان، مرکز درمان ناباورری بزد واقع در میدان ابودر. بنابر اعلام معاونت درمان وزارت بهداشت، هر یک از زوج‌های ناباور می‌توانند با مراجعه به این مراکز از خدمات درمانی و تشخیصی ناباورری با پوشش ۸۵درصدی برخوردار شوند. مرکز فوق‌تخصصی ناباورری و سقط جنین ابن‌سینا نیز شش کلینیک در حوزه درمان ناباورری دارد که خدماتی مانند تشخیصی و درمان ناباورری، سقط مکرر، درمان‌های جایگزین یا اهدا، سلامت مادر، جنین و نوزاد، دردهای گتنی و لاپاروسکوپی پیشرفته و همچنین سلامت جنسی را با تعرفه بین تعرفه مراکز دولتی و خصوصی ارائه می‌کند. این مرکز در تهران – خیابان شریعتی- ابتدای خیابان یخچال – پلاک ۹۷ واقع شده است.