یادداشت

اسکیزوفرنی فرهنگی: زمانی که سنت و مدرنیته هم‌زمان می‌رقصند...

مائده راهب
مدرس دانشگاه و مشاور کسب‌وکار

امروز به پیشواز کریسمس می‌روند و فردا عید نوروز را جشن می‌گیرند. امروز سرگرم طراحی کدو برای هالووین هستند و فردا درحال قاچ‌کردن کدو و پختنش برای سفره یلدا.

چنین رفتارهایی، اسکیزوفرنی فرهنگی نام دارد.

اسکیزوفرنی فرهنگی یا چندپارگی فرهنگی چیست؟

عبارت «اسکیزوفرنی فرهنگی» برای اولین بار از سوی داریوش شایگان در کتاب «آسیا در برابر غرب» مطرح شد. اسکیزوفرنی فرهنگی به وضعیت دوگانگی عمیقی در رفتار، باورها و سبک زندگی مردم گفته می‌شود. به زبان ساده، یعنی اینکه افراد یک جامعه، هم‌زمان به دو یا چند مجموعه از فرهنگ‌ها و ارزش‌ها پایبند هستند بدون اینکه بتوانند مابین آنها تعادل ایجاد کنند. در حقیقت جامعه بین ارزش‌های سنتی و هویت مدرن، دچار بحران شده است.

این تضاد، نوعی بحران هویتی را در جامعه نشان می‌دهد که درعین‌حال که علاقه‌مند به حفظ سنت‌های ملی خویش‌اند، در تلاش برای اجرای فرهنگ دیگر کشورها (عموما غربی) هم هستند.

شاید شما طرفدار چنین ایده‌ای باشید که بهتر است هرکسی به شیوه مورد علاقه خود سنت‌ها و فرهنگ‌ها را جشن بگیرد. شخصا با این ایده موافقم، ولی بخش تأمل‌برانگیز در این موضوع این است که اساسا تفاوت بسیاری است بین کسی که با دانستن فرهنگ خود به دنبال آشنایی با دیگر فرهنگ‌ها می‌رود، با فردی که صرفا علاقه‌مند به همراهی و هم‌رنگی سطحی با فرهنگ کشوری دیگر است.

از این نظر علاقه‌مندم که تأثیرات اسکیزوفرنی فرهنگی را در جامعه، با مراجعه به کتاب «آسیا در برابر غرب» از داریوش شایگان و مقاله‌های مرتبط در Oxford academic بررسی کنیم؛ بلکه به تفکری غنی‌تر در این زمینه دست یابیم.

تأثیرات منفی اسکیزوفرنی فرهنگی بر جامعه

۱- بحران هویت فردی و جمعی: افراد و جامعه نمی‌توانند بین ارزش‌های متضاد (سنت و مدرنیته) تعادل برقرار کنند. این مسئله باعث سردرگمی در تعیین هویت و نقش اجتماعی آنها می‌شود.

۲- تضعیف انسجام اجتماعی: تضادهای فرهنگی موجب شکاف بین نسل‌ها و گروه‌های اجتماعی مختلف می‌شود.

۳- کاهش خلاقیت و نوآوری: جوامعی که درگیر تضادهای فرهنگی هستند، انرژی و منابع خود را صرف مدیریت این کشمکش‌ها می‌کنند که همین امر مانع پیشرفت و نوآوری آنها می‌شود.

۴- افزایش مشکلات روانی و اجتماعی: افرادی که درگیر چنین تضادهایی هستند، بیشتر دچار استرس، اضطراب و حتی افسردگی می‌شوند. این بحران می‌تواند به کاهش احساس رضایت از زندگی و افزایش ناهنجاری‌های اجتماعی منجر شود.

زمانی که مشکلی مطرح می‌شود، قطعا باید به دنبال راه چاره برای رفع آن گشت. در این بخش با بررسی تحقیقات انجام‌شده، راه‌حل‌های موجود را مرور می‌کنیم:

۱- تقویت هویت ملی و فرهنگی: بهترین کار برای ایجاد عادت جدید، نفی روال سابق نیست، بلکه تعریف‌کردن جایگزین مناسب برای آن است. تقویت آگاهی درباره تاریخ، هنر و میراث فرهنگی می‌تواند هویت بومی را تقویت کند و مانع از بی‌توجهی به سنت‌ها شود.

۲- تلفیق سنت و مدرنیته: تأکید بر استفاده خلاقانه از عناصر فرهنگی سنتی در قالب‌های مدرن و همراه‌کردن و میدان‌دادن به نسل جدید در چنین تجربه‌هایی مانند تلفیق موسیقی سنتی با سبک‌های معاصر.

۳- رسانه و تبلیغات هوشمندانه: استفاده از رسانه‌ها برای ترویج محتواهایی که به تعادل بین سنت و مدرنیته کمک کند و به‌جای تضاد، همزیستی را نشان دهد.

در انتها باید اذعان داشت که اسکیزوفرنی فرهنگی، به مرور زمان، هویت جامعه را دچار دوگانگی می‌کند و اضطراب جمعی را افزایش می‌دهد، ولی درصورتی‌که فرهنگ ملی احیا شود و در کنارش آگاهی‌بخشی مناسبی درباره دیگر فرهنگ‌ها انجام شود و افراد با تفکر و انتخاب، در کنار فرهنگ کهن خود، همراه‌شدن با فرهنگ‌های دیگر را انتخاب کنند، فرصت مناسبی برای آشنایی با دیگر فرهنگ‌ها و زمینه‌ای برای افزایش شادی و البته خلاقیت در جامعه ایجاد می‌شود.

گزارش «شرق» از مصائب زنان خانه‌دار

اعضای نامرئی خانواده

نسترن فرخه

زنانی که نشاط جوانی هنوز در صورت بسیاری از آنها دیده می‌شود، اما هنگام صحبت از کارِ خانه از خستگی و کرختی روانی حرف می‌زنند که شاید ماه‌ها یا سال‌هاست همراهشان مانده. بیش از ۱۵ مادر در گفت‌وگویی صمیمی با «شرق» به چند موضوع واحد اشاره می‌کنند: از اوقات شخصی که دیگر خودشان سهمی در آن ندارند، تا انجام کارهای تکراری روزانه که تمام‌شدنی نیست. آنها در بیشتر مناسبات اجتماعی به واسطه شغل خانه‌داری، حس طردشدگی دریافت کرده‌اند و حالا با اضطراب و کاهش شدید اعتمادبه‌نفس دست‌وپنجه نرم می‌کنند. یکی مدیر داخلی شرکتی خصوصی بوده، دیگری خیاط یا طراح داخلی ساختمان، یکی دیگر معلم پیش‌دبستانی بوده و یکی دیگر دانشجوی حقوق که همه بعد از ازدواج یا بارداری به اجبار شرایط، خانه‌دار شده‌اند. حالا بیشتر آنها به دلایل مختلف از جامعه‌ای که قبلا در آن حضور داشتند، کنار گذاشته شدند و این موضوع بر شدت افسردگی آنها اثر گذاشته است.

کار بدون دستمزد

زنان خانه‌دار به صورت متوسط بیش از ۷۷ ساعت در طول هفته کار می‌کنند، یعنی دو برابر ساعت کاری یک کارمند؛ با این تفاوت که در هیچ طبقه‌بندی شغلی قرار نمی‌گیرند و دستمزدی هم در برابر زحمات خود دریافت نمی‌کنند. طبق بررسی‌های مختلف، معمولا زنان خانه‌دار به دلیل یکنواختی زندگی و تنهایی زیاد داخل خانه، دچار افسردگی بیشتر و متفاوت‌تری نسبت به بقیه اقشار جامعه می‌شوند. این آمارها برای زنانی که قبل از ازدواج یا فرزندآوری شاغل بوده‌اند، بیشتر است.

یک کار تکراری و ملال‌آور

بیش از ۱۵ زن خانه‌دار در گفت‌وگو با «شرق» به یک موضوع واحد اشاره کرده‌اند: اینکه از نظر آنها کار خانگی تمام‌نشدنی است و آنها به صورت شبانه‌روزی کاری را انجام می‌دهند که نه‌تنها بابت آن دستمزدی دریافت نمی‌کنند، بلکه در مناسبات اجتماعی هم طردشدگی و عدم پیشرفت فردی را به خوبی در خود حس می‌کنند. این زنان که عمدتا مادران زیر ۴۰ سال بودند، از زندگی ملال‌آور خود گفتند که در تربیت و رسیدگی به کودکان‌شان خلاصه شده است. سیمین کاظمی، جامعه‌شناس سلامت، دقیقا به همین بُعد ماجرا اشاره می‌کند که یکی از مؤلفه‌های منزلت اجتماعی شغل فرد است که منظور کار دستمزدی است و خانه‌داری از شمول کار دستمزدی خارج است. درواقع چون خانه‌داری کار غیرمزدی است و در محیط خصوصی انجام می‌شود، دارای منزلت اجتماعی پایینی است. زحمتی که زنان در کار خانگی متحمل می‌شوند، کار واقعی به حساب نمی‌آید و حقیر و بی‌ارزش شمرده می‌شود؛ چون این نوع کار تولید برای مصرف است و نه مبادله. از طرفی، خانه به عنوان استراحتگاه و محل تن‌آسانی و فراغت شناخته می‌شود. برای همین زنان که در چنین مکانی کار می‌کنند، گویی پیوسته درحال استراحت‌اند و کارشان جدی گرفته نمی‌شود. حتی اگر برای کار خانگی مزد هم در نظر گرفته شود، باز هم از ماهیت ملال‌آور و تحقیرآمیز آن کاسته نمی‌شود. به همین دلایل که اشاره کردم، زنان خانه‌دار منزلت اجتماعی پایین‌تری دارند و در تجربه زیسته آنها تبعیض و تحقیر امری ملموس است. معمولا زنان فعال و شاغلی که یک‌باره بعد از ازدواج به دلیل اجبار شرایط خانه‌نشین می‌شوند، بیشتر نارضایتی خود را نشان می‌دهند که کاظمی به این بخش هم اشاره می‌کند که اشتغال، به زنان وسعت دید می‌دهد و به آنها کمک می‌کند که احساس کنند تسلط بیشتری بر زندگی‌شان دارند. به قول سیمون دوبووار، فقط و فقط کار می‌تواند آزادی واقعی را برای زن تأمین کند. زنی که کار بیرون از خانه، یعنی کار مزدی را تجربه کرده و هویت شغلی کسب کرده و طعم استقلال را چشیده است، وقتی به موقعیت خانه‌نشینی دچار می‌شود بیشتر متوجه تفاوت این دو موقعیت می‌شود و رنج بیشتری از خانه‌داری می‌برد. درواقع خانه‌داری در مقایسه با کار و اشتغال بیرون از خانه، زندگی بی‌حاصل و بیهوده‌ای به نظر می‌رسد که هیچ‌جای ارتقا و پیشرفت و تغییر ندارد. تعاملات اجتماعی مستقلانه در آن کمتر است و شخص تقریبا منزوی می‌شود. این جامعه‌شناس در گفت‌وگو با «شرق» به کار خانگی به عنوان کاری تکراری اشاره می‌کند که یک کار تکراری مداوم و بی‌پایان است که از نظر فرهنگی ابتر و عقیم است، ملال‌آور و کسالت‌بار است، امکان رشد وجود ندارد، بیهوده و بی‌هدف است و زن را وابسته می‌کند. هدف زندگی زن خانه‌دار و رابطه او با جهان از مسیر شوهر و فرزند تعریف شده است. هستی و موجودیت زن خانه‌دار به ناگزیر در شوهر و فرزند مضمحل و ذوب می‌شود. خانه‌داری هیچ آورده‌ای برای زن ندارد. تعالی و خودشکوفایی به واسطه خانه‌داری غیرممکن است؛ به همین دلیل شخص را فرسوده و افسرده می‌کند. زن به رعیت مرد تبدیل می‌شود و برای تأمین نیازهایش باید منتظر کرم و لطف مرد باشد و این وضعیت وابستگی تحقیرآمیز و برخلاف شأن و کرامت انسان است. با وجود این، اکثریت زنان ایرانی خانه‌دار هستند و هیچ اقدامی از سوی دولت‌ها برای تسهیل اشتغال زنان انجام نمی‌شود؛ در عوض سعی می‌شود خانه‌داری به عنوان نقش و وظیفه اصلی زنان ترویج شود. دولت از چنین وضعیتی سود می‌برد؛ چون با مشغول‌شدن زنان به خانه‌داری، از طرفی آنها را از جمعیت جویای کار حذف می‌کند و از طرف دیگر بار مسئولیت و تأمین معیشت و رفاه آنها را به دوش مردان می‌گذارد. با اتکای زنان به مردان، حقوق اجتماعی‌شان کمتر از مردان تعیین می‌شود و در فرودست‌ترین موقعیت در سلسله‌مراتب اجتماعی قرار می‌گیرند. کار خانگی و وضعیت زنان خانه‌دار با هیچ برنامه‌ریزی بهبود نمی‌یابد و منصفانه نمی‌شود غیر از این که اساس تقسیم کار جنسیتی ظالمانه لغو شود و کار خانگی اجتماعی شود یا دست‌کم وظایف خانگی به صورت اشتراکی توسط مرد و زن هردو انجام شود.

افسردگی همیشگی برای زنان خانه‌دار

خانه‌داری به طور کلی چون کار مداوم و بی‌هدفی است، منجر به بروز افسردگی بین زنان می‌شود؛ به‌طوری که در بسیاری از آمارها دو تا سه برابر ساعت کاری یک کارمند زمان زنان را می‌گیرد. بااین‌حال، افسردگی بین زنان شاغلی که بعد از ازدواج یا فرزندآوری، خانه‌دار شدند، بیشتر بروز می‌کند که محمدرضا ایمانی به این موضوع اشاره می‌کند که عمدتا زنان خانه‌دار چون درگیر کامل کار خانه می‌شوند، دیگر زمانی برای خودشان نخواهند داشت که همین منجر به بروز افسردگی آنها خواهد شد. در بین خانم‌هایی که معمولا شاغل بودند و از فضای ذهنی و فکری متفاوت در شرایط جدید با وظیفه صرف خانه‌داری قرار می‌گیرند، میزان افسردگی بیشتر دیده می‌شود. این درحالی است که مردها هم در امور خانه مسئولیت‌هایی دارند. بنابراین کارهای امور خانه صرفا کار خانم‌ها نخواهد بود و همه باید در آن دخالت داشته باشند. نپرداختن به این مهم، کم‌کم منجر به فشار روانی و بروز برخی مشکلات روحی در خانم‌های خانه‌دار خواهد شد. همه این مسائل در خانم‌هایی که پیش از این شاغل بودند، با بحران بیشتر وجود دارد؛ چون این خانم‌ها با فضای محدودتر و صرف‌نظر از درآمد شخصی روبه‌رو شدند.

زنان خانه‌دار را تنها نگذاریم

زنان خانه‌دار به صورت متوسط بیش از ۷۷ ساعت در طول هفته کار می‌کنند؛ یعنی دو برابر ساعت کاری یک کارمند، با این تفاوت که در هیچ طبقه‌بندی شغلی قرار نمی‌گیرند و دستمزدی هم در برابر زحمات‌شان دریافت نمی‌کنند. اما ما چه شناختی از مشکلات زنان خانه‌دار داریم؟

اول: زنان خانه‌دار را نادیده نگیریم

طبق بررسی‌های مختلف، معمولا زنان خانه‌دار به دلیل یکنواختی زندگی و تنهایی زیاد داخل خانه، دچار افسردگی بیشتری در مقایسه با بقیه اقشار جامعه می‌شوند؛ بنابراین باید اعضای خانه، به‌ویژه شریک عاطفی، در هر شرایطی متوجه زحمات این زنان باشند، چون بزرگ‌ترین رنج برای زنان خانه‌دار نادیده گرفته‌شدن هست.

دوم: تقسیم وظایف در خانه

اعضای خانه باید همراه‌های همیشگی زنان خانه‌دار باشند. یادمان باشد خانه‌داری مخصوص زنان خانه نیست، پس بهتر است تا حد ممکن برای کارهای خانه، بین اعضای خانواده تقسیم وظایف انجام شود.

سوم: شریک عاطفی باید همراه همیشگی باشد

کمک‌حال بودن مردان خانه، همیشه یک دلگرمی بزرگ برای زنان خانه‌دار محسوب می‌شود. این موضوع در ماه‌های اول زایمان و تولد فرزندان شکل جدی‌تری به خودش می‌گیرد. حتی طبق نظر متخصصان، این همراهی می‌تواند از بروز افسردگی‌های شدید بعد از زایمان هم جلوگیری کند.

چهارم: قدردان آنها باشیم

در همه جای دنیا زنان خانه‌دار در سنین و جایگاه‌های اجتماعی مختلف هستند و حتی برخی به اجبار مشغول خانه‌داری می‌شوند. بنابراین بهتر است به‌جای کوچک‌شمردن این نوع کار در خانه، قدردان تمام زنانی باشیم که بدون چشم‌داشت، درحال کاری شبانه‌روزی و بدون دستمزد هستند.

یادداشت

یادداشتی از خالق یک عکس: زباله‌ها نماد فراموشی

سجاد سجادی: در میان شلوغی بی‌روح شهر، جایی که زباله‌ها اغلب پایانی ناگزیرند، ناگهان شاعری سر برآورده بود. نه با کلمات، بلکه با چهره‌هایی که روی زباله‌ها نقش بسته بودند. دختر و پسر جوان، گویی صدای بی‌صدای جامعه‌ای بودند که رنج و فراموشی را در خود مدفون می‌کرد.

این تصاویر شاید نه تصادفی بودند و نه فقط یک پیام اعتراضی ساده. آنها مانند اشعار خاموشی بودند که بر تاریکی خیابان نوشته شده‌اند؛ در جایی که زباله، نماد فراموشی است، آنها تلاش می‌کردند بخشی از انسانیت گمشده را بازگو کنند.

«شاعر زباله‌ها» یعنی به جا آوردن حرمت چیزی که اغلب بی‌ارزش انگاشته می‌شود. زباله‌ها خود قصه‌هایی را در خود دارند. قصه؛ آنچه زمانی ارزشمند بود اما حالا به دور انداخته شده است. این چهره‌ها به نوعی استعاره‌ای از آدم‌ها بودند؛ آدم‌هایی که شاید روزی رؤیایی داشتند، عشقی، هدفی، اما در فرایند بی‌رحم زندگی، به حاشیه رانده شده‌اند.

این تصاویر، شعرهایی بودند که از دل زباله‌ها سر برآورده بودند تا به ما یادآوری کنند هرچیزی که دور انداخته می‌شود، لزوما پایان ندارد. شاید این شاعر می‌خواست بگوید حتی در نهایت فراموشی، زیبایی و معنا می‌تواند یافت شود.

«شاعر زباله‌ها» نامی است که ما را وادار می‌کند دوباره فکر کنیم: چه چیزهایی را فراموش کرده‌ایم؟ چه کسانی را؟

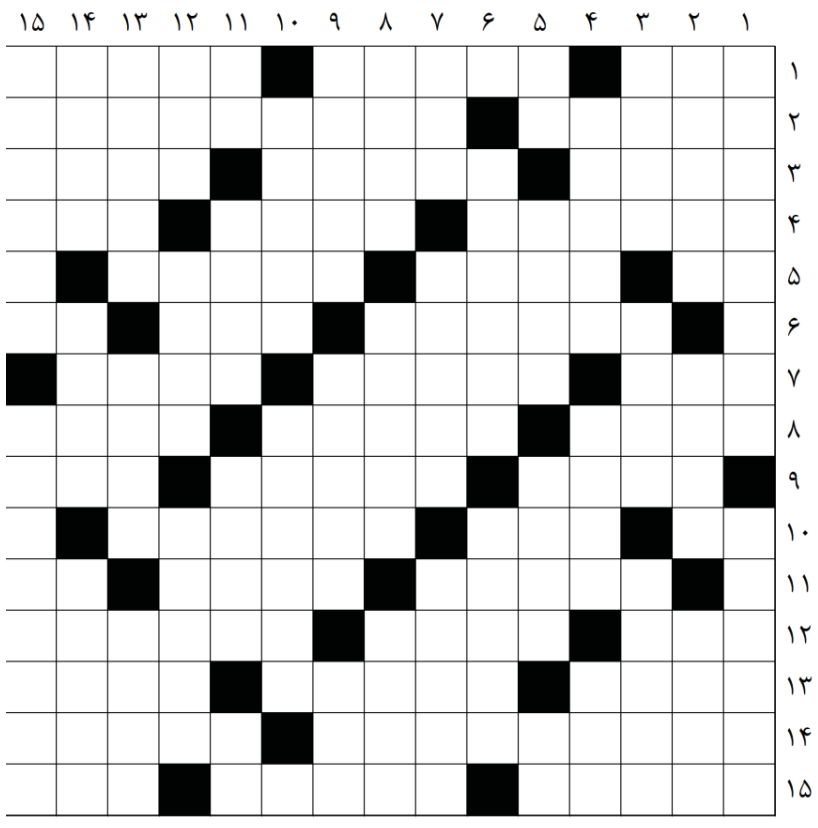
جدول ۴۹۵۱ طراح: بیژن گورانی

افقی:

۱- لگن لباسشویی- دشمنی- چین‌های منظم پرده ۲- پستانداری علفخوار با گوش‌های دراز- شبیه‌خوان گروه اولیا در تعزیه ۳- پارچه مشبک- کلاه بارانی- نان خردشده در آبگوشت ۴- اندامی در گیاهان بی‌گل- بیابان- خالص ۵- راز مگوی خانم‌ها- بشقاب‌پرنده- خطوط میله‌ای اطلاعات کالا ۶- صندوق بین‌المللی برای کمک به کودکان- آتش- فنی در کشتی ۷- خوردن- بالاترین درجه دانشگاهی- میوه‌ای تابستانی ۸- متفق- دستگاه ردگیری در هواپیما- هم‌راز ۹- سرگرد قدیم- صمغ برخی درختان- بلندترین نقطه ۱۰- نیمه‌دیوانه- صدا- عامل ایجاد بیماری ۱۱- تشخیص‌دادن- مقاوم‌ترین ماهیچه بدن- مخفف اگر ۱۲- گور- سرایت‌کردن- سنگ زینتی بنفش که از کانی‌های سیلیکاتی است ۱۳- مهربانی- ناشی- بیزاری ۱۴- یکی از چهار محله سنتی کشور موناکو است- هدایت‌کننده ۱۵- صفرا- پرجمعیت‌ترین شهر خاورمیانه- برکت سفره

عمودی:

۱- از ملزومات کلاس درس- حد فاصل امور ممنوع و مجاز ۲- ناحیه‌ای تاریخی در قفقاز- دعای شب جمعه- عقیده ۳- باران منجمد- شب چله- مکر و حیله ۴- دستگاه قدیمی نمایش فیلم- ملامت‌کننده- از حروف یونانی ۵- لانه پرنده- لوله باریک در ساقه گیاه- مشاهده‌کردن- درون دهان ۶- از باشگاه‌های فوتبال پرتغال- خبرگزاری دانشجویان ۷- لیکن- فضاپیمایی که نخستین انسان را به فضا برد- فویل نازک برای طلاکوبی روی جلد کتاب ۸- ورزشی رزمی- آماده- بدون آستر ۹- آبگیر- پیوسته- از فرماندهان سپاه کیخسرو کیانی ۱۰- ازدست‌دادن- آسوده و راحت ۱۱- مردن از غصه- زین و برگ اسب- پهناورترین اقیانوس کره زمین- راه شاعرانه ۱۲- لباس، جامه- بخشنده- نان کلفت ۱۳- تخت پادشاهی- ابر آسمان- سرگرمی ۱۴- ماندگار- تابع- نمایشنامه فدریکو گارسیا لورکا ۱۵- ورزش گروهی هفت‌نفره- از کشورهای متحدین در جنگ جهانی اول



حل سودوکو ۳۹۴۶

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

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

حل جدول ۴۹۵۰

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	م	غ	ی	ل	ا	ن	■	ز	ی	ک	و	ر	ا	ت	■
۲	م	ر	و	ا	■	ت	ر	ی	ل	ر	■	ک	ف	ا	ر
۳	ا	ی	ل	م	ک	■	ا	ب	ه	ا	م	■	ت	ر	ا
۴	ر	ب	■	س	ا	ن	د	ا	■	م	ب	ا	ر	ک	ه
۵	س	■	ر	ه	ن	م	ا	■	م	ی	ت	ر	ا	■	ش
۶	ت	ن	ش	■	ا	ک	ر	ا	ه	■	ن	س	ق	چ	ی
۷	■	م	ت	و	ل	د	■	ب	ر	د	ی	ا	■	ی	ر
۸	ط	ا	ی	ف	■	ا	ژ	د	ه	ا	■	ل	ا	ر	ی
۹	ر	ب	■	ا	غ	ن	ی	ا	■	م	و	ی	ر	ک	■
۱۰	ف	ر	ا	د	ا	■	ا	ل	ق	ی	ا	■	ش	ی	ر
۱۱	د	■	ک	ا	ش	ا	ن	■	ب	ا	ر	ق	ه	■	و
۱۲	ا	ک	ت	ر	ی	س	■	د	ی	ر	ی	ن	■	ک	پ
۱۳	ر	ی	ش	■	ه	ا	ب	ی	ل	■	س	ا	م	ر	ا
۱۴	ی	س	ا	ر	■	س	ی	ا	ه	ه	■	س	ر	د	ی
۱۵	■	ه	ف	ت	پ	ی	ک	ر	■	ر	ا	ه	ز	ن	ی

سودوکو سخت ۳۹۴۷

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.

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

سودوکو ساده ۳۹۴۷

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.

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