قصه‌ها

آسمان تیره‌وتار چشمانم

مریم پیمان

● دست به قنوت می‌شوم. «اللهم اشفع کل مریض»، بغض چنگ می‌زند. تکرار می‌کنم. «اللهم اشفع کل مریض»، اشک می‌ریزم. «اللهم اشفع کل مریض»، صورت زردرنگ خورشیدگونش در برابر چشمانم ظاهر می‌شود. چهارماهه بود که پدرش درگذشت. به چهره تلخ و خندان پسرک نگاه می‌کنم. هنوز مدرسه نمی‌رود. رنگ بی‌رنگی در صورتش موج می‌زند. سجاد به رویم می‌خندد، رنجِ چشمانش در دلم می‌نشیند. «خانه دلتنگ غروبی خفه بود/ مثل امروز که تنگ است دلم». عطر چوب خیس در و دیوار خانه در مشامم می‌پیچد. باران زده است و هوای سردتر از بهار تهران این شهر در تنم رخنه کرده. اینجا خوی است؛ حوالی تبریز؛ شهری در استان آذربایجان غربی؛ جایی برای دلتنگی برای یک پدر و غمی ماندگار از درد یک کودک. زینب و عسگر بزرگ‌تر از سجاد هستند. یکی، دوم دبستان است و دیگری، با کمک معلمان و خیرین تازه به درس و کتاب برگشته. گلویم می‌سوزد از شنیدن صدای سماور در این بهار سرد. هرچه می‌اندیشم، نمی‌توانم راهی برای پرسیدن از سردرگمی‌هایم بیابم. در پرونده بچه‌ها در خیریه، علت مرگ پدر را خفگی در آب ذکر کرده بودند. نه نشانی از ماجرا هست و نه دلیل روشنی برای این اتفاق، اما تصویر ترسناک «خفگی در آب» پدر برای خانواده هنوز زنده است. تمام، ۴۲ ساله است و این روزها، هم مادر است و هم پدر. «ماهانه چند روز باید به تبریز برویم». درد در شکم سجاد می‌پیچد. «ابری آهسته به چشمم لغزید». سرش را روی پای مادرش می‌گذارد. «دوا و درمان هزینه دارد، اما منبعی برای تأمین آن نیست». زردی صورتش آزارم می‌دهد. روزی دل‌درد و رنگ‌پریدگی امان سجاد را برید. یک سردی‌کردن ساده بیماری را جدی کرد. پزشک مشکوک شد. درد در استخوان‌هایم می‌پیچد. چشمانم را می‌بندم. موجی از غم سینه‌ام را سنگین کرده است. گویی لحد بر آن گذاشته‌اند. «برای رفت‌وآمد به تبریز هزینه زیاد است. درمان هم که جای خود دارد. وقت رفتن برای چند روز درمان، عسگر و زینب در خانه تنها می‌مانند. کسی نیست که مراقب باشد». نگرانی در چشمانش موج می‌زند. مادر است و یک غم ندارد. سجاد خوابش برده است. اصرار دارد که پسرش خوب می‌شود. خوبِ خوب. زودِ زود. باید برای خانه یخچال و تلویزیون بخرد و پیش از آن دستی به خانه چوبی‌اش بکشد. سرمای زمستان خوی استخوان‌سوز است. دیوارهای چوبی مقاومت آن را ندارند. هوا سرد است. «سرطان کبد دارد». سردتر می‌شود. آسمان چشمانم تیره‌وتار می‌شود. «که گمان داشت که هست این همه درد/ در کمین دل این کودک خرد». سرم را به دیوار نم‌دار چوبی تکیه می‌دهم. هیچ‌گاه این‌قدر ناتوان نبوده‌ام. صدای مردی در گوشم می‌پیچد؛ مسن و پخته؛ «من نمی‌دانستم/ معنی هرگز را/ تو چرا بازنگشتی دیگر؟/ آه! ای واژه شوم/ خو نکرده است دلم با تو هنوز/ من پس از این همه سال/ چشم دارم در راه/ که بیایند عزیزانم، آه!».

یک روز در مؤسسه‌ای که از ۲۵۰ دختر کم‌توان ذهنی نگهداری می‌کند

۱۴۰ روز زندگی

شرق: نرسیده به اتوبان کرج، جایی که متروی وردآورد می‌ایستد و بعد از حرکتش از ایستگاه مترو تا مرکز تعویض پلاک می‌لرزد، آدم‌هایی زندگی می‌کنند که قدمت ماندنشان در مؤسسه گاهی بیش از ۲۰ سال است. دخترانی که بینشان ۴۰ساله هم دیده می‌شود اما در دنیای کودکی مانده‌اند. اینجا مؤسسه خیریه فدک باغ رضوان، مرکز نگهداری معلولین بالای ۱۴ سال است.

ساختمان شبیه مدرسه‌های خیلی بزرگ ایام قدیم است. شاید هم بشود با یک پرورشگاه بزرگ مقایسه‌اش کرد. دلیل این نحوه ساخت هم به قدمت ساختمانی بازمی‌گردد که حالا سال‌هاست خانه افرادی است که سن‌وسال و ماه و زندگی‌شان را گم کرده‌اند. آدم‌هایی با چشمان مبهوت و خنده‌های بی‌دلیل و گریه‌های غم‌انگیز و ذهن الکنی که محبت را خوب می‌فهمند. آمنه، عقب‌مانده ذهنی است و با دیدن ما دوان‌دوان خودش را به ما می‌رساند و می‌خواهد بفهمد ما میهمان آقای رویانیان، مدیر مرکز هستیم یا نه، بعد که مطمئن می‌شود قرار است آقای رویانیان را ببینیم، عینکش را به چشم می‌زند و توی گوشمان می‌گوید قرار است با آقای رویانیان ازدواج کند. آمنه برایمان تعریف می‌کند: آقای رویانیان خیلی مهربونه، می‌خوام باهاش عروسی کنم. از این لباس سفید پف‌پفی‌ها تنم کنم، قشنگ بشم، با هم دیگه از اینجا مواظبت کنیم.

آمنه صورتش را به پنجره می‌چسباند و میان خنده‌هایش می‌گوید: خانم ساعتت رو از کجا خریدی؟ خیلی قشنگه، من اگر بهت یه دونه کاسه گلی بدم ساعتت رو بهم می‌دی؟

در مرکز خیریه فدک ۲۵۰ دختر کم‌توان ذهنی نگهداری می‌شوند. دخترانی که پیش از آمدن مدیریت جدید مرکز، هر ۳۵ روز یکی از آنها به دلیل عدم مراقبت‌های پزشکی از دنیا می‌رفت اما در سه ماه گذشته که مدیریت جدید آمده، هیچ‌کدام از دخترها از دست نرفته‌اند. آمنه ما را داخل اتاق سفال‌گری می‌برد، اینجا بچه‌هایی زندگی می‌کنند که آموزش‌پذیری پایینی دارند اما بازی با رنگ و گل آرامشان می‌کند. رویانیان، مدیر مؤسسه خیریه فدک باغ رضوان درباره مؤسسه می‌گوید: مؤسسه خیریه فدک باغ رضوان، مرکز نگهداری معلولین بالای ۱۴ سال از سال ۱۳۴۷ شروع به فعالیت کرد. قبل از انقلاب چند نفر از خیرین و فرح دیبا آن را ساختند و بعد انقلاب ساختمان آن تحویل بهزیستی شده. تا سال ۱۳۷۴ به صورت مختلط اداره می‌شد؛ یعنی دختران و پسران کم‌توان ذهنی در این مرکز نگهداری می‌شدند اما در آن سال جدا شدند و پسران از اینجا رفتند و اینجا به مرکز نگهداری دختران معلول ذهنی بالای ۱۴ سال در وردآورد تبدیل شد».

او ادامه می‌دهد: «ما از دی ماه سال گذشته مؤسسه خیریه فدک باغ رضوان را تحویل گرفتیم. به دلیل یک‌سری مشکلات از گذشته و اینکه سیستم اینجا دولتی بوده و توانایی استخدام نیروی جدید را نداشته و به دلیل عدم مدیریت واحد و عدم جذب نیرو، کارمندان تبعیدی به اینجا آمدند؛ پیش از آمدن ما اینجا مأمن نیروهای ناراضی سازمان در وردآورد شده بود. حقوق کارمندان را دولت پرداخت می‌کرد و خوراک و پوشاک از سوی خیران فراهم می‌شد و نگهداری مرکز تا حدودی برعهده بهزیستی بود. از دی ماه ۹۶، براساس اصل ۴۴ قانون اساسی که صراحتا می‌گوید مراکز تا جایی که امکان دارد، به بخش خصوصی واگذار شوند، این مرکز به مؤسسه خیریه فدک واگذار شد. ما در ۱۴۰ روز گذشته در حوزه‌های مختلفی فعالیت کردیم و توانستیم به یک امتیاز تحسین‌برانگیزی براساس گفته خیران دست پیدا کنیم. ما در حوزه‌های توانبخشی ورود پیدا کرده و ورزش را به برنامه روزانه بیماران خود اضافه کردیم. بخش توانبخشی بچه‌ها را در حوزه فیزیوتراپی انجام دادیم. کلاس‌های ورزشی مددجویان را در برنامه روزانه گنجاندیم، کلاس‌های آموزشی آنها را متنوع کردیم و در برنامه‌های آموزشی آنها گلدوزی و موسیقی و نقاشی اضافه کردیم. حدود ۱۴۰ پرسنل جدید اضافه کردیم و تمامی پرسنل دولتی را در اختیار بهزیستی شهر تهران قرار داریم. شاداب‌سازی محیط و نظافت محیط را به لحاظ بهداشتی و درمانی انجام دادیم».

از رویانیان درباره هزینه‌های ماهانه‌ای که از خانواده‌ها دریافت می‌کنند، سؤال می‌کنیم و او می‌گوید: «کل آورده خانواده‌ها برای ما در ماه و جمعا ۱۰میلیون و ۵۰۰ هزارتومان است؛ آنها ماهانه بین ۵۰ تا ۱۰۰هزارتومان واریز می‌کنند و درواقع نگهداری از این افراد به صورت رایگان انجام می‌شود. ما هنوز هیچ پذیرشی نداریم اما برنامه جدید برای نگهداری افراد داریم و مصوبه جدید سازمان بهزیستی می‌گوید نگهداری این افراد به صورت ماهانه ۹۳۰هزارتومان هزینه خواهد داشت. اما هزینه واقعی نگهداری بچه‌ها در این مرکز بین دومیلیون و نیم تا سه‌میلیون تومان در ماه است. ولی هنوز جذب خصوصی نداشتیم و همه به صورت رایگان نگهداری می‌شوند».به گفته رویانیان خیران، هیئت امنا و هیئت‌مدیره هزینه‌های کارهای جدید انجام‌شده در مؤسسه خیریه را می‌دهند. او می‌گوید: «به‌لحاظ خوراک آورده خیران خوب است، در تماس دوستان گوشت و برنج و مواد غذایی می‌آید. البته ما به سمت کیفی‌سازی غذای آنها رفته‌ایم، برنج خارجی را حذف کردیم و اگر کسی هم برنج خارجی هدیه دهد، آن را با برنج ایرانی تعویض می‌کنیم، گوشت مصرفی ما گوشت گرم گوسفندی است و روغن و ادویه‌جات و بقیه اقلام را بخشی خودمان خرید می‌کنیم و بخش عمده از سوی خیران تهیه می‌شود. اما عمده مشکل ما روی پرسنل است، ما ۱۴۰ پرسنل جدید داریم که تأمین حقوق آنها بسیار دشوار است و خیران تصور می‌کنند که اگر گوشت مرکز را تأمین کنند، مسائل نگهداری این بیماران رفع می‌شود. درصورتی‌که ۱۴۰ نفر پرسنل ما در اینجا پول نقد می‌خواهند و چیزی بالغ بر ماهانه ۳۸۰ تا ۳۹۰ میلیون پرداخت حقوق داریم که عموما با تأخیر مواجه می‌شود. اما سعی کرده‌ایم در این ۱۴۰ روز حداقل دوسوم حقوق‌ها را پرداخت کرده باشیم».

به گفته مدیریت مؤسسه باغ رضوان این مؤسسه ولی در حوزه‌های بهداشت و درمان کم‌وکسری نداشته و بیشترین اعزام پزشکی را در سال‌های گذشته به مراکز درمانی داشته‌اند و فوتی هم در این ۱۴۰ روز وجود نداشته است. او ادامه می‌دهد: «درحالی‌که پیش از این آمار فوتی‌ها در این مرکز بسیار بالا بود. هر ۳۵ روز یک فوتی آمار ارائه‌شده این مرکز پیش از تحویل‌گیری ما بود، درحالی‌که در این ۱۴۰ روز آمار فوتی ما صفر بوده است. ما هزینه درمان را بالا بردیم. دلیل فوت این بچه‌ها، این است که وقتی این افراد بالای ۳۵ سال می‌رسند یا سکته مغزی می‌کنند یا دچار بیماری‌های عفونی می‌شوند، یا عدم مراقبت درمانی درست بوده که یا دارو به بیمار اشتباه می‌دادند یا به علت کم‌دقتی مثلا سر بیمار به دیوار می‌خورده و فوت می‌کرده. هرچند هزینه درمان بالا رفته، اما خوشبختانه کسی آسیب ندیده. حتی بخشی از بیماران، در بخش‌های ایزوله بودند و شرایط خاص داشتند و کلکسیونی از بیماری‌ها بودند اما ما جلوی مرگشان را گرفته‌ایم. بیمار پایش قطع شده یا چشمش نابیناست، دیالیزی است و... اما توانستیم کنترلش کنیم».

او در پاسخ به این سؤال که خانواده این ۲۵۰ بیمار چه کسانی هستند، می‌گوید: «حدود ۴۰ بیمار مجهول‌الهویه داریم، بقیه یا بدسرپرست هستند یا خانواده آنها توانایی نگهداری از آنها را ندارند، بیشتر آنها حتی خانواده به دیدارشان نمی‌آیند و بقیه خانواده‌ها هم قدرت پرداخت شهریه ماهانه را ندارند». مدیریت جدید مرکز می‌گوید شاداب‌سازی محیط برای آرام نگه‌داشتن بیماران بسیار مهم است. او تأکید می‌کند: «ما هم سعی کردیم در این چند روز شاداب‌سازی محیط را انجام دهیم، کاغذدیواری را تمیز کردیم، دوربین مداربسته نو نصب و جانمایی جدید کردیم، اشراف بر بخش‌ها را به صد درصد رساندیم، آمفی‌تئاتر را بازسازی کردیم، اعیاد و جشن‌ها را بیشتر کردیم، بیماران را به سفرهای کوتاه فرستادیم. حتی آنها را به مشهد اعزام کردیم، تنوع در کیفیت غذا ایجاد کردیم، مسئول تغذیه گرفتیم، تعداد کارکنان آشپزخانه را زیاد کردیم. تعداد مادریارها را افزایش دادیم، پیش از این به‌ازای هر ۳۰ بچه یک مادریار داشتیم، حالا هر ۱۰ بچه یک مادریار دارند تا آسیب کمتری وجود داشته باشد. الان در هر پاویون حداقل پنج مادریار وجود دارد. نیروی نظافتی گرفتیم، در حوزه محیط پیرامونی سعی داریم تمیز باشد. روانشناس و روان‌پزشک به تیم اضافه کردیم. کلاس‌های آموزشی گذاشتیم، به‌لحاظ حقوقی و مددکاری پرونده‌ها را پالایش کردیم. ما افرادی داریم که ۲۵ سال پیش به حکم دادگاه برای یک سال به ما تحویل داده شده‌اند، اما هنوز اینجا هستند و تعیین تکلیف نشده‌اند. به‌لحاظ حقوقی به پرونده‌ها ورود کردیم و سه نیروی حقوقی استخدام کردیم که پیگیر مسائل پزشکی باشند. بدسرپرست‌ها را مجددا به دادگاه سرپرستی ارجاع دادیم. بعضی از این افراد اموالی دارند که در اختیار کسان دیگری است و ما پیگیر اموال آنها هستیم تا حقی از آنها ضایع نشود».

درخواست مدیریت این مؤسسه رفتن شما به باغ رضوان و کمک‌کردن به تأمین حقوق پرسنلی است که ارتباط مستقیم با این بیماران دارند. وقتی ما در حال گشت‌زنی در پاویون‌ها هستیم، وقت حمام‌رفتن بیماران است. دانه‌دانه بچه‌های هر پاویون به حمام برده می‌شوند و می‌شود صدای ناله‌ها و صداهای عصبی‌شان را شنید، پرسنل اما آرام و باصبر و حوصله هر ۲۵۰ دختر مرکز را حمام می‌کنند. توی بعضی از پاویون‌ها حمام تمام شده و بچه‌ها دور تا دور اتاقشان روی صندلی نشسته‌اند و با هم حرف می‌زنند؛ از گل‌های توی باغچه تا اینکه هرکدامشان چقدر دلشان می‌خواهد به خانه برگردند و با خواهر و برادرهایشان بازی کنند، اما واقعیت زندگی آنها در همین مؤسسه رقم می‌خورد؛ مؤسسه‌ای که می‌تواند جای مناسبی برای این بچه‌ها باشد. اگر دلتان خواست، می‌توانید سری به مؤسسه باغ رضوان در وردآورد، جنب مرکز تعویض پلاک خودرو بزنید یا کمک‌های نقدی‌تان را به حساب ۶۰۳۷۶۹۱۹۹۰۲۲۰۱۳۹ واریز کنید.

عکاس‌ها: فاطمه آسترکی

دریچه

جوانان و مصرف قلیان و دخانیات

● بی‌تردید دوران جوانی از آسیب‌پذیرترین مراحل زندگی است و این امر، از دو جهت قابل‌تأمل است؛ یکی محدودیت تجربه و دیگری غلبه احساسات بر فرد، از این روی احساسات، مالک وجود آدمی می‌شود و با قدرت او را مسخر خود می‌کند و جوانان حوادث و رویدادها را از دریچه عواطف می‌بینند و تفسیر می‌کنند و در ذهنگاه آنان جاذبه‌ها و کشش‌ها، جایگاه خاصی را اشغال می‌کنند، از سوی دیگر، فقدان تجربیات اجتماعی، موجب می‌شود این گروه سنی نتوانند معادلات پیچیده محیط ارتباطی خود را به دقت ارزیابی و تحلیل کنند، بنابراین در مواجهه با این‌گونه مسائل به ساده‌اندیشی و خوش‌بینی افراطی کشیده می‌شوند. یکی از این ساده‌اندیشی‌های جوانان درخصوص مصرف سیگار و استفاده از قلیان است.

حقایقی درباره مصرف سیگار: مصرف سیگار موجب مشکلات قلبی، سکته، آب‌مروارید، بیماری‌های مزمن ریوی، سرطان‌های ریه، خون، دهان، گلو، معده، لوزالمعده، کلیه، نای و مثانه می‌شود. نیکوتین قطران و مونوکسیدکربن خطرناک‌ترین مواد شناخته‌شده در سیگار و قلیان هستند. به‌طور متوسط ۹۰ درصد سرطان‌های ریه به دلیل مصرف سیگار است و مرگ‌ومیر ناشی از ابتلا به سرطان در میان افراد سیگاری تقریبا دوبرابر افراد غیرسیگاری است. مصرف سیگار توسط جوانان احتمال سوءمصرف مواد مخدر را بالاتر می‌برد. هر نخ سیگار حدود ۵/۵ دقیقه از عمر انسان می‌کاهد و افراد سیگاری زودتر از افراد غیرسیگاری فوت می‌کنند. صرف سیگار موجب تنفس بد، تغییر رنگ دندان‌ها، بوی بد دهان، کاهش ویتامین ث، چروک پوست، کاهش توانایی حرکات ورزشی، آسم، سرفه، زخم معده، فشار خون و ضربان قلب بالا می‌شود.

بیشتر جوانان براین باورند: ۱- دود قلیان به واسطه مخزن آب این وسیله تصفیه می‌شود، درحالی‌که دود حاصل از تنباکو حاوی مواد شیمیایی خطرناکی است که مسبب انواع سرطان است و این مواد توسط آب تصفیه نمی‌شوند.

۲- استنشاق دود قلیان مشکلات ریوی ایجاد نمی‌کند، درصورتی‌که دود قلیان با وجود سردشدن، همچنان حاوی مواد شیمیایی ایجادکننده سرطان و ناسالم است.

۳- قلیان‌کشیدن از سیگارکشیدن سالم‌تر است، درحالی‌که دود سیگار به دلیل سوختن تنباکو و دود قلیان به دلیل داغ‌شدن تنباکو در ظرف حاوی زغال ایجاد می‌شود بنابراین تولید نهایی یکی است.

۴- تنباکوهای میوه‌ای سالم‌تر از تنباکوهای معمولی‌اند، درصورتی‌که تنباکوهای میوه‌ای نیز حاوی نیکوتین (تار) و مواد مولد انواع سرطان‌اند - تنباکو، تنباکوست حتی اگر به عسل آغشته شده باشد.

بهتر است بدانید در مقایسه با یک نخ سیگار، دود قلیان مقدار بیشتری آرسنیک، سرب و نیکل دارد، ۳۶ بار بیشتر از سیگار، حاوی تار و ۱۵ بار بیشتر از سیگار حاوی مونوکسیدکربن است. هرچقدر طول مدت مصرف یک وعده قلیان بیشتر باشد، نیکوتین و توکسین بیشتری وارد بدن می‌شود. نشستن در فضایی که دیگران قلیان مصرف می‌کنند فرد را در معرض دود دست دوم قرار می‌دهد. هر وعده قلیان‌کشیدن (۴۵ تا ۶۰ دقیقه) به اندازه ۲۰ تا ۶۰ نخ سیگار، مونوکسیدکربن و به اندازه ۷۰ تا صد عدد سیگار، قطران وارد بدن می‌کند.

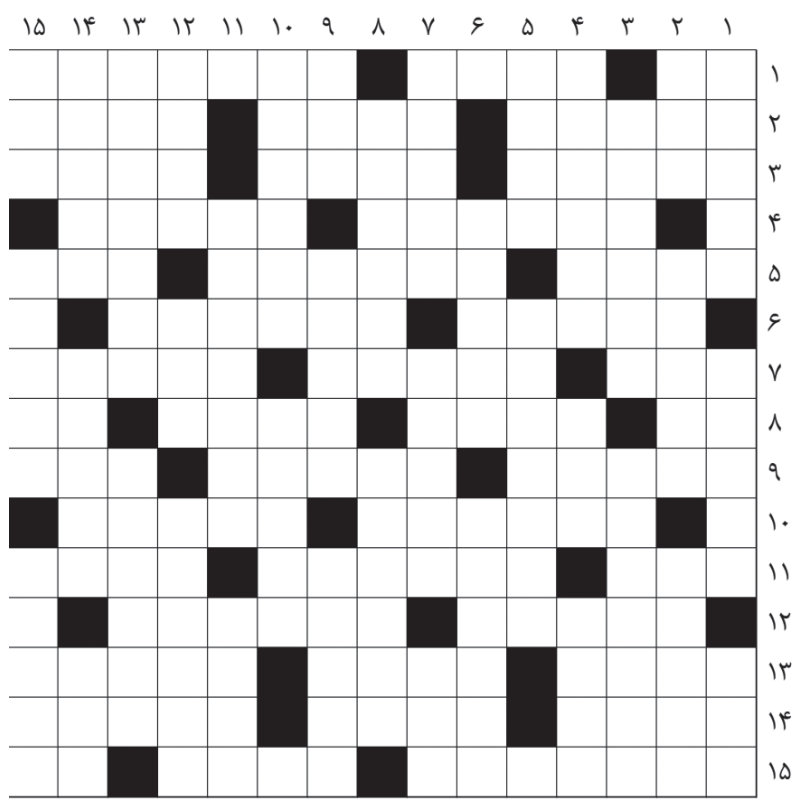
جدول ۳۱۰۹ ■ طراح: بیژن گورانی

افقی:

۱- خرس فلکی- شکیبا- تقویم ۲- دارای طراوت و تازگی- عروس به خانه بخت می‌برد- ظرف آزمایشگاهی ۳- مالک چیزی‌شدن- ستارگان- لقب امپراطوران روم بود ۴- دانه‌ای ریز و لعابدار با مصرف دارویی- پادشاه دادگر حبشه در زمان رسول اکرم(ص) ۵- نوعی پارچه براق و لطیف- فن دفاع بدون سلاح- یاری‌دهنده ۶- پایتخت مصر- فیلمی ساخته جان فورد که سینمای وسترن را به پختگی رساند ۷- پس غذا- آماده- هم‌اندازه ۸- پسوند شباهت- ظروف مسی می‌سازد- از سازهای زهی- خمیدگی کاغذ ۹- فرمانبرداری و اطاعت- خو گرفته- دستور ۱۰- عزیز و گرامی- ریزترین رگ‌خونی ۱۱- پیامبران- آب‌دادن به کشتزار- نشانی ۱۲- بندری در بلغارستان- از مهیج‌ترین تفریحات آبی در شهرهای ساحلی ۱۳- صاحب ارژنگ- گروه- خلوت گزیده را به... چه حاجت است ۱۴- نمایش‌نامه‌ای از فدریکو گارسیا لورکا- پارسای دیرنشین- از توابع مثلثاتی ۱۵- دچار توهم- منفذ- عید ویتنام.

عمودی:

۱- در نزدیکی- عمامه- از ملزومات نجاری ۲- نوعی بیماری پوستی- گونه‌ها- اتومبیل مسافربر عمومی ۳- مجموعه عناصر تشکیل‌دهنده یک اثر- کاتالوگ ۴ - مهم‌ترین وعده غذایی- فرمانده- واحد پول قطر ۵- طایفه‌ای از مغولان- شهر پسته در استان کرمان ۶- حبل‌الورید- اقدام به کاری ۷- رئیس‌جمهور شهید- اهل ارمنستان- شمشیر دفاعی ژاپنی ۸- آموزشگاه هنری- تطبیق داده‌شده ۹- تابه نان‌پزی- لبه تیز شمشیر- هدایت‌کننده ۱۰- حرص و طمع- مخترع سینما ۱۱- ورزشی برای دفاع از خود- سومین فرمانروای خوارزمشاهی ۱۲- سازمان فضانوردی آمریکا- دستگاهی برای پخش صدا- گلی زیبا ۱۳- نفیس- از طوایف کرد ایران ۱۴- فاقد شتاب- ظالم - دیرفهم ۱۵- راهروگر صد... دارد توکل بایدش- ساز خطه خراسان- شیوه اداره امور.



سودوکو سخت ۲۱۰۵

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.

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

سودوکو ساده ۲۱۰۵

زمان پیشنهادی: ۲۰ دقیقه

سودوکو

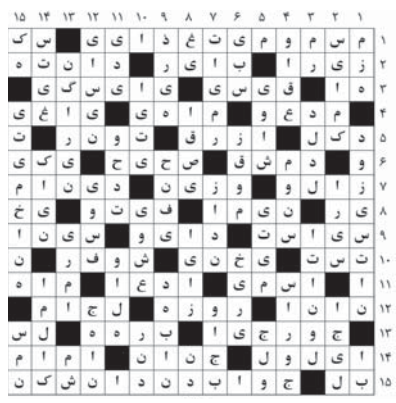
سودوکو Sudoku یک واژه ترکیبی ژاپنی به معنای عددهای بی‌تکرار است و امروزه به جدولی از اعداد گفته می‌شود که به عنوان یک سرگرمی رایج در نشریات کشورهای مختلف به چاپ می‌رسد.

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

حل سودوکو سخت

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

حل سودوکو ۲۱۰۴

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

جدول ۳۱۰۸