

حدود ۸۵ درصد از رانندگانی که باعث تصادفات مرتبط با خواب می‌شوند، مرد هستند و حدود یک سوم آنها حداکثر ۳۰ سال سن دارند.



رکورد ۲۶ ساله
دکتر شطرنج باز

می‌گویند شطرنج آنقدر روی عملکرد مغز تاثیر مثبت می‌گذارد که مسائل پیچیده را خیلی راحت تر می‌توان حل کرد. ۸ سرباز، ۲ فیل و ۲ اسب و یک وزیر مهرهای حافظ پادشاه شطرنج هستند که برای انجام ۴ حرکت اول از سوی دو بازیکن شطرنج، ۳۱۸۰۹۷۹۵۶۴۰۰۰ راه مختلف وجود دارد! با همه این‌ها در دنیای شطرنج که حالا در سطح جهانی مسابقات زیادی برایش برگزار می‌شود و قهرمانان و نوابغ زیادی دارد جالب است که بدانید «دکتر امانوئل لاسکر» اهل آلمان، بیش از همه قهرمانان به نام جهان نام رکورد دار را یک می‌کشد چون به مدت ۲۶ سال و ۳۳ روز هیچ شطرنج بازی نتوانست جای او را بگیرد.

«پرهام مقصدلو» نابغه جوان شطرنج جهان به «شهروند» از راز و رمزهای کیش و مات می‌گوید

همیشه یک اسب رانگه دار!



جوایز مسابقات ایران برای خارجی‌ها به صرفه نیست

ولی وقتی به صورت آزاد در مسابقات شرکت می‌کنم، خودم باید هزینه‌اش را بپردازم و این خیلی به امثال من فشار می‌آورد.
• از مسابقات بین‌المللی که در ایران انجام می‌شود، چقدر استقبال می‌شود؟
قبلا در مسابقات ایران بازیکنان خارجی زیاد شرکت می‌کردند، اما الان نه! چون به‌رحال پولی که آنها به ریال می‌گیرند، نسبت به دلاری که نیاز دارند، خیلی کمتر است. در واقع بالا رفتن قیمت دلار باعث شده به مسابقات شطرنج هم ضربه بخورد و این اتفاق خوبی نیست.

• جایزه مسابقات برای ایرانی‌ها خوب است یا این که نسبت به این گرانی‌ها مقدار جایزه هم چندان دندانگیر نیست؟
برای ایرانی‌ها هنوز خوب است. مثلا در یک مسابقه جایزه نفر اول ۱۰ میلیون تومان است. خوب این مقدار شاید برای ما هنوز پول خوبی باشد، اما برای یک خارجی این پول حدودا ۸۰۰ دلار می‌شود که برایش صرف نمی‌کند. اما قبلا این ۱۰ میلیون حدودا ۴۰۳ هزار دلار می‌شد، برای همین شطرنج‌بازان خارجی هم در مسابقات داخل ایران شرکت می‌کردند، ولی الان اگر همین شطرنج‌باز خارجی در مسابقات کشورهای دیگر شرکت کند، جایزه نفر اول ۱۰ هزار یورو یا ۱۵ هزار دلار است، به همین دلیل است که از مسابقات بین‌المللی داخل ایران خیلی کمتر استقبال می‌شود.

• از کشورهای خارجی پیشنهاد بازی در تیم‌هایشان را داری؟
بله، تا به حال در لیگ ترکیه بازی کرده‌ام، الان هم از لیگ فرانسه پیشنهاد بازی دارم. از لیگ آلمان نیز پیشنهاد دارم، اما پولی که بابتش می‌دادند خیلی کم بود، برای همین قرارداد نمی‌بستم.
• خودت دوست داری در کدام لیگ بازی کنی؟
طبیعتا دوست دارم در لیگ‌های حرفه‌ای مثل بوندس‌لیگا بازی کنم، ولی پیشنهادی که می‌دهند خیلی صرف نمی‌کند.
• مگر چقدر است؟
مثلا بازی‌ای ۱۵۰ دلار، ولی روالش این است که هفته‌ای دو بازی انجام می‌دهی و برای همین دو بازی باید یک هفته به آلمان سفر کنی که هزینه این سفر از پولی که در مسابقات به دست می‌آوری خیلی بیشتر می‌شود، برای همین به صرفه نیست.
• در ایران وضع شطرنج چطور است؟
راستش تا به حال که وضع شطرنج از لحاظ مربی خوب نبوده است، البته الان از کمیته المپیک و وزارت ورزش قولش را گرفته‌ایم که برای مربی اقدام کنند.
• تو در طول سال در مسابقات زیادی شرکت می‌کنی، هزینه سفرهایت را فدراسیون می‌پردازد یا به‌طور شخصی باید پرداخت کنی؟
هزینه سفرهای ملی به عهده فدراسیون است،

مثلا بازی‌ای ۱۵۰ دلار، ولی روالش این است که هفته‌ای دو بازی انجام می‌دهی و برای همین دو بازی باید یک هفته به آلمان سفر کنی که هزینه این سفر از پولی که در مسابقات به دست می‌آوری خیلی بیشتر می‌شود، برای همین به صرفه نیست.
• در ایران وضع شطرنج چطور است؟
راستش تا به حال که وضع شطرنج از لحاظ مربی خوب نبوده است، البته الان از کمیته المپیک و وزارت ورزش قولش را گرفته‌ایم که برای مربی اقدام کنند.
• تو در طول سال در مسابقات زیادی شرکت می‌کنی، هزینه سفرهایت را فدراسیون می‌پردازد یا به‌طور شخصی باید پرداخت کنی؟
هزینه سفرهای ملی به عهده فدراسیون است،

در بازی‌های سطح بالا، ۴ کیلو وزن از دست می‌دهم

می‌کنیم و اطراف ما جنگل است، به جنگل می‌رفتم و در هوای آزاد تمرین می‌کردم تا بتوانم در هر شرایطی تمرکز خودم را حفظ کنم.
• بعضی اوقات استاد بزرگان شطرنج به‌طور همزمان با چند بازیکن بازی می‌کنند. با این تلاشی که برای بالا بردن سطح تمرکز انجام دادی، با بیشترین تعداد بازیکنی که همزمان بازی کردی چند نفر بودند؟
به این نوع بازی‌ها «سیمو لتا نه» می‌گویند. من با یک‌سری از دانشجویهای یکی از دانشگاه‌های گرگان این بازی را انجام دادم. هم‌زمان با ۱۶۰ نفر بازی کردم و همه را بردم.
• بالاترین ریتینگ در مسابقات بین‌المللی چقدر است؟
بهترین رکورد من در مسابقات رسمی، رسیدن به ریتینگ ۲۸۵۹ بود.
• ریتینگی که باعث شد از گری کاسپارف قهرمان شطرنج جهان هم جلو بزنی و عده‌ای لقب کاسپارف ایرانی را هم به تو بدهند...
ریتینگ آقای کاسپارف ۲۸۵۲ است و ریتینگ من از او بالاتر بود، اما به‌رحال هنوز خیلی فرصت دارم تا در سطح شطرنج‌بازان بزرگسالان جهان به او برسیم. مطمئن هستم که یک روز به این درجه می‌رسیم و در نهایت به جای آن که من را با القاب دیگران بیوند بزنند، فقط لازم است بگویند: «پرهام مقصدلو».

• شنیده‌ام که چند بار با احسان قائم مقامی، نخستین استاد بزرگ شطرنج ایران بازی و کیش‌وماتش کرده‌ای. بردن استاد بزرگ شطرنج چه حسی برایت داشت؟
ما چندین بار با هم بازی کردیم و راستش فقط نخستین بار که بردم، احساس خوبی داشتم، چون آن موقع نسبت به الان سنم کمتر بود و باعث شد اعتماد به‌نفسم بالاتر برود.
• شطرنج بیشتر علم می‌خواهد یا هوش؟
به نظرم شطرنج بیشتر نبوغ لازم دارد و بعد تلاش.

• ظاهرا ورزش شطرنج در سطح بالا باعث می‌شود شطرنج‌باز فسفر زیادی بسوزاند و آب بدنش را از دست بدهد، به تعبیری به اندازه چندین ساعت ورزش کردن و دویدن باعث کاهش وزن می‌شود. بیشترین وزنی که در مسابقات از دست می‌دهی چقدر است؟
در مسابقاتی که خیلی طولانی باشد و مثلا بیشتر از ۵، ۶ ساعت طول بکشد، واقعا خیلی به ما فشار می‌آید. در مسابقاتی که در این سطح بالا برگزار می‌شوند، معمولا ۵، ۴ کیلو کم می‌کنم.
• برای این همه فسفر و آبی که بدنت در مسابقات می‌سوزاند، رژیم خاص غذایی داری؟
بله، خیلی باید مراقب غذا خوردن مان باشیم و در واقع به خودمان برسیم تا انرژی داشته باشیم.
• چه سبک غذایی داری؟
شیرینی و نشاسته باید در برنامه غذایی ام انرژی‌زا هستند. برای تامین فسفر هم ماهی زیاد می‌خورم.
• آرامش و تمرکز داشتن در محیط زندگی چقدر برای یک شطرنج‌باز مهم است؟
خیلی مهم است و اگر یک لحظه آرامش از دست برود، واقعا نمی‌شود نتیجه خوبی بگیریم.
• در محیط زندگی تو آرامش برقرار است؟
منظورم این است که در شرایط اجتماعی الان گاهی فرازونشیب وجود دارد. بر خورد تو با دنیای اطراف چگونه است؟
به‌رحال پدر و مادرم همیشه از من حمایت کرده‌اند و چون شرایط تمرین‌های من را می‌دانند، در محیط خانه‌مان همیشه آرامش نسبی برای من فراهم است. اما با همه اینها همیشه تلاش کردم در محیط‌ها و موقعیت‌های مختلف قرار بگیرم که اصطلاحا آبدیده شوم و خودم را به محیط‌های مختلف عادت دهم.
• مثلا چه شرایطی؟
مثلا در محیطی که سرور صدا زیاد است. در هوای گرم، هوای سرد، چون در گرگان زندگی

• ظاهرا ورزش شطرنج در سطح بالا باعث می‌شود شطرنج‌باز فسفر زیادی بسوزاند و آب بدنش را از دست بدهد، به تعبیری به اندازه چندین ساعت ورزش کردن و دویدن باعث کاهش وزن می‌شود. بیشترین وزنی که در مسابقات از دست می‌دهی چقدر است؟
در مسابقاتی که خیلی طولانی باشد و مثلا بیشتر از ۵، ۶ ساعت طول بکشد، واقعا خیلی به ما فشار می‌آید. در مسابقاتی که در این سطح بالا برگزار می‌شوند، معمولا ۵، ۴ کیلو کم می‌کنم.
• برای این همه فسفر و آبی که بدنت در مسابقات می‌سوزاند، رژیم خاص غذایی داری؟
بله، خیلی باید مراقب غذا خوردن مان باشیم و در واقع به خودمان برسیم تا انرژی داشته باشیم.
• چه سبک غذایی داری؟
شیرینی و نشاسته باید در برنامه غذایی ام انرژی‌زا هستند. برای تامین فسفر هم ماهی زیاد می‌خورم.
• آرامش و تمرکز داشتن در محیط زندگی چقدر برای یک شطرنج‌باز مهم است؟
خیلی مهم است و اگر یک لحظه آرامش از دست برود، واقعا نمی‌شود نتیجه خوبی بگیریم.
• در محیط زندگی تو آرامش برقرار است؟
منظورم این است که در شرایط اجتماعی الان گاهی فرازونشیب وجود دارد. بر خورد تو با دنیای اطراف چگونه است؟
به‌رحال پدر و مادرم همیشه از من حمایت کرده‌اند و چون شرایط تمرین‌های من را می‌دانند، در محیط خانه‌مان همیشه آرامش نسبی برای من فراهم است. اما با همه اینها همیشه تلاش کردم در محیط‌ها و موقعیت‌های مختلف قرار بگیرم که اصطلاحا آبدیده شوم و خودم را به محیط‌های مختلف عادت دهم.
• مثلا چه شرایطی؟
مثلا در محیطی که سرور صدا زیاد است. در هوای گرم، هوای سرد، چون در گرگان زندگی

او گوش داده. اما واقعیت این است که نبوغ و تمرین‌های منظم پرهام باعث رسیدنش به جایگاه نفر اول جهان در رده سنی خودش، شده. نام او در مسابقات قهرمانی جوانان جهان در ترکیه با ۹ پیروزی، یک تساوی و یک شکست به عنوان قهرمانان سر و صدای زیادی به پا کرد و باعث شد تا خیلی از قهرمانان جهان مثل گری کاسپارف هم زبان به تمجید عملکرد او بکشایند. این گفت و گو به بهانه راه طولانی و مسئولیت بزرگی است که حالا بعد از برده‌های پیاپی نگاه جهان را متوجه خودش کرده تا بدانیم روزگار یک شطرنج‌باز جهان چطور می‌گذرد.

شطرنج بیشتر دوستش داری؟
چون در نخستین مسابقات جهانی که شرکت کردم، یک آقای خارجی به من گفت هر موقع می‌خواهی ببری، باید یکی از اسب‌های رنگه داری. این باعث شد من ذهنیت خیلی مثبتی نسبت به این مهره داشته باشم.
• یعنی اگر اسب را در بازی شطرنج نگه داری، واقعا برد تاثیر گذار است؟
بله، واقعا مهره مهمی است و خیلی وقت‌ها در لحظات آخر بازی می‌توانیم با حرکت اسب حریف امانت کنیم.
• تو عنوان جوان‌ترین استاد بزرگ تاریخ شطرنج ایران را به خود اختصاص داده‌ای و در رده سنی خودت در جهان هم نفر اول هستی. نفر بعد از تو چه کسی است؟
بعد از من یک آمریکایی است که تقریبا هم‌سن و سال هم هستیم، اما درجه‌اش یک مقدار از من پایین‌تر است.
• تا به حال با هم بازی کرده‌اید؟
دو بار با هم بازی کردیم که هر دو بار هم من را برده است. البته نخستین باری که با هم بازی کردیم، برمی‌گردد به همان مسابقات جهانی اسلوانی که من در ۱۱ سالگی در آن شرکت کرده بودم و هنوز در این سطحی که الان به آن رسیده‌ام، نبودم.
• با دخترها هم شطرنج بازی می‌کنید؟
در مسابقات آزاد می‌شود با دخترها هم شطرنج بازی کرد.
• فکر می‌کنی بین بازی خانم‌های شطرنج‌باز با آقایان شطرنج‌باز فرقی وجود دارد؟
بله، سطح بازی شطرنج‌بازان آقایان بالاتر از خانم‌هاست. بالاترین ریتینگ مربوط به یک خانم شطرنج‌باز چینی است که فکر می‌کنم ریتینگش ۲۶۵۶ است، ولی بالاترین ریتینگ در آقایان ۲۸۴۰ است که خب این ریتینگ‌ها فاصله زیادی با هم دارند.

به ناز مقدسی | درخشش نوجوان ایرانی در مسابقات شطرنج جهان تمام نگاه‌ها را به سمت او جلب کرده است. «پرهام مقصدلو» با ۱۸ سال سن آنقدر در مسابقات جهانی شرکت کرده و مقام به دست آورده که تعداد شان از سن دورقمی اش بیشتر شده اند. او به خوبی می‌داند در چند ثانیه چطور مهره‌هایش را حرکت دهد تا حریفش روی صفحه شطرنج کیش و مات شود. مهره مورد علاقه پرهام در شطرنج اسب است و می‌گوید فوت و فن استفاده از اسب را در اولین مسابقه خارجی که شرکت کرده از یک خارجی شنیده است و از همان موقع هم به نصیحت

• از چه سنی شطرنج‌باز شدی؟
حدودا ۹ سالم بود که نخستین بار با پدرم در خانه شطرنج بازی کردیم. نخستین بازی که پدرم حرکت مهره‌های شطرنج را به من یاد داد، از این بازی خوشم آمد و بعد از چند بازی کردن احساس کردم که این ورزش را خیلی دوست دارم، به همین علت همان موقع در کلاس‌های شطرنج ثبت‌نام کردم.
• شنیده‌ام از همان ابتدا آن قدر خودت را خوب نشان دادی که کارت به مقام آوردن در مسابقات کشید. درست است؟
بله. نخستین بار تقریبا ۳ ماه گذشته بود که در مسابقات شهرستان مقام نخست را کسب و بعد به مسابقات استانی راه پیدا کردم که در آن هم اول شدم و به مسابقات کشوری رسیدم.
• نخستین مسابقه جهانی که در آن شرکت کردی چه مسابقه‌ای بود؟
مسابقات شطرنج نوجوانان در اسلوانی بود. آن موقع من ۱۱ سالم بود.
• تعداد مسابقاتی که در آنها شرکت کردی و مقام آوردی از تعداد سال‌های سنت خیلی بیشتر است، بنابراین تو بیشتر وقت زندگی‌ات را صرف شطرنج کردی. با این همه شلوغی چطور مدرسه می‌رفتی و درس می‌خواندی؟
من مجبور بودم بیشتر در خانه درس بخوانم و کمتر به مدرسه می‌رفتم. در واقع چون سالی چند بار به مسابقات اعزام می‌شدم، وقتی برمی‌گشتم معلم به خانه‌مان می‌آمد و خصوصی درس می‌خواندم، تا خودم را به درس‌های مدرسه‌ام هم برسانم.
• روزی چند ساعت برای شطرنج وقت می‌گذاری؟
بستگی به شرایط دارد، بعضی وقت‌ها ممکن است روزی ۱۵ ساعت هم شطرنج بازی کنم و تمرین‌هایم مرتب باشد. کمترین حد آن که باید برای شطرنج وقت بگذارم، روزی ۸ ساعت است.
• تنهایی درس خواندن سخت نبود؟
منظورم دور بودن از حال و هوای مدرسه و

هم‌کلاسی‌هایت است.

سخت بود، اما معلم‌های خوبی داشتم و من را به کلاس و درس می‌رساندند. البته در همه دوران تحصیل با هم‌کلاسی‌هایم هم در ارتباط بودم و از آنها برای درس‌ها کمک می‌گرفتم.

• امسال در کنکور شرکت کردی؟ نه شرکت نکردم.

• چرا؟

مسابقه داشتم و نتوانستم در کنکور شرکت کنم.

• یک شطرنج‌باز می‌خواهد در چه رشته دانشگاهی درس بخواند؟

من در دبیرستان تجربی خواندم، ولی هنوز تصمیم نگرفتم که چه رشته‌ای را برای دانشگاهم انتخاب کنم.

• یک مهارت مهمی که تو در کنار شطرنج و درس خواندن در این سن و سال کسب کردی، تسلط به زبان انگلیسی است. با این همه درگیری چطور به فکر زبان آموزی افتادی؟

وقتی به مسابقات جهانی اعزام می‌شدم، به‌خصوص کشورهای اروپایی یا جاهایی که انگلیسی‌زبان بودند، خودبه‌خود زبانم تقویت می‌شد. من از همان کودکی کلاس‌های کانون زبان می‌رفتم، چون می‌دانستم برای شرکت در مسابقات جهانی، هم برای مکاتبات و هم برای مصاحبه‌ها نیاز است به زبان انگلیسی تسلط داشته باشم.

• در شطرنج به تو لقب «فیل بزرگ» را داده‌اند؟

راستش من نمی‌دانم این لقب از کجا آمده و اصلا هم برام خوشایند نیست.

• شاید با مهره فیل در شطرنج بهتر بازی می‌کنی و به این علت این لقب را به تو داده‌اند.

اتفاقا مهره مورد علاقه من در شطرنج اسب است.

• مهره اسب چه ویژگی دارد که بین همه مهره‌های

