

من عزیزم!

ببخش نادیده‌ات گرفتم

مر ضیبه بامبری
من عزیزم! ببخش که در تجربه لذت‌های بکر دنیا کوتاهی کردم و هر بار وعده خوشبختی و موفقیت را به آینده نیامده موکول کردم. مرا ببخش اگر مراقب آداب غذایی نبودم، زیاد خوردم و کمتر ورزش کردم. گذاشتم اندام زیبای تو ناقرم شود و هر بار که اراده کردم به حالت اول برت گردانم، نشد و شنبه لعنتی که هنوز نیامده اراده‌ام را سست کرد.

ببخش آن روز عصر هوس نوشیدن چسای با کیک گردویی کرده بسودی، ولی من روی تخت ولو بودم و قول دادم حتماً شنبه برایت کیک بپزم، ولی هرگز نیامد.

ببخش آن روز حوصله بیرون رفتن نداشستی. دلت می‌خواست با خودت خلوت کنی و از یک موسیقی من عزیزم! ببخش که در تجربه لذت ببری، ولی من احمق‌با وعده شنیده‌ای ساکت و همراه با موسیقی تو را به بازار خرید کشاندم.

ببخش دل‌تنگ مادر شدی. دلت پر می‌زدی او را در آغوش بگیرمی و کنارش یک ابدوغ خیار خنک بخوری و یاد بچگی‌هایت را زنده کنی، ولی من کار داشتم و تمام روز را شستم و پختم و تمیز کردم.

ببخش آن روز کودک درونت بیدار شده بود و می‌خواست با دخترکت گرگم به هوا بازی کنی، ولی من اجازه ندادم و شام پختن را به بازی ترجیح دادم.

ببخش گاهی تولدت را میان دغدغه‌های روزانه‌ام گم کردم و هر بار قول دادم برایت جبران کنم.

من عزیز! تو بهترین مونس من در تمام عمر بودی. ببخش که تو را نادیده گرفتم، گاهی ناشایسته صدای

شادی را در شاخص‌های سازمان ملل متحد خلاصه نکنیم

شادی برای تو یعنی هیجان، برای من یعنی آرامش

سبک‌نگرش



همه می‌دانند شادترین مردمان جهان کجا زندگی می‌کنند، چون سازمان ملل متحد سال به سال آن را به ما گوشزد می‌کند. در چند سال گذشته فنلاند رتبه یک‌بده و در جمع کشورهای اروپای شمالی در صدر قرار داشته است. از آنجا که کشورهای اروپای شمالی به‌راز شادی بی‌برده‌اند، بقیه ماها وسوسه می‌شویم از عادات آنها تقلید کنیم. اگر مانند فنلاندی‌ها زندگی کنیم – کمی در جنگل راه بروید، در آب یخ شنا کنید – همه چیز روبه‌راه می‌شود، اینطور نیست؟ به این‌سادگی‌ها هم نیست… آرتور بوکس (Arthur Brooks) یکی از نویسندگان آتلانتیک است که در دانشگاه هاروارد رهبری عمومی و مدیریت تدریس می‌کند، او به این موضوع از زاویه دیگری پرداخته است.

■ ■ ■

آیا همه شادی را یک‌چور تعریف می‌کنند

برای اینکه گزارش شادی جهانی و شاخص‌های شادی بین‌المللی دیگر بتوانند گزارش‌های افراد از شادی‌شان را باهم مقایسه کنند، باید فرض را بر این بگیرند که در سرتاسر جهان مردم به شیوایی تقریباً یکسان شادی را تعریف می‌کنند و به سوالات پیمایش‌های شادی پاسخ می‌دهند. اگر این فرض در نظر گرفته نشود، قابلیت اطمینان این شاخص‌های شادی تقریباً به اندازه رتبه‌بندی کیفیت موسیقی‌ای خواهد بود که در آن شهرتوان هر کشور بگویند آهنگ‌های محلی خود را چقدر دوست دارند. این رتبه‌بندی درباره علاقه افراد به سبک موسیقی کشور خود چیزهایی برای گفتن دارد اما با توجه به تفاوت‌های موجود در سنت‌ها و سلاقی افراد، درباره اینکه کدام موسیقی واقعاً «بهترین» است، اطلاعات کمی عرضه می‌کند.

مطالعه اینکه مردم در سرتاسر جهان چه درکی از رفاه دارند، در واقع تفاوت‌های اساسی بین کشورهای مختلف را نشان می‌دهد. درک این تفاوت‌ها در مقایسه با هر شاخص دیگری تصویر جامع‌تری از شادی جهانی فراهم می‌کند، ولی نکته مهم‌تر این است که مجموعه‌ای از مدل‌های رفاهی‌ای ارائه می‌دهد که هر کدام از ما می‌توانیم دنبال کنیم.

دستیابی به هماهنگی درونی

اول اینکه مردم در سرتاسر جهان شباهت آشکاری در شیوه تجربه شادی دارند. مطالعه‌ای که در سال ۲۰۱۶ روی ۲هزارو ۷۹۹ نفر بزرگسال از ۱۲کشور انجام گرفته نشان داده است در تمام کشورهای مسورد مطالعه تعاریف روان‌شناختی شادی یعنی «حالت، احساس یا نگرشی درونی» بر تعاریف دیگر مسلط است. مشخصاً مردم در سرتاسر دنیا گفته‌اند که شادی را در دستیابی به «هماهنگی

(توازن) درونی» یافته‌اند.

شاید هماهنگی درونی امری جهانی به نظر بیاید، ولی می‌تواند در جاهای مختلف معانی بسیار متفاوتی داشته باشد، مثلاً دو سال پیش وقتی داشتم در دانمارک فیلم مستندی درباره جست‌وجوی شادی می‌ساختم، دریافتم

■ ■ ■

در غرب شادی به شکل «حالت برانگیختگی بالا مانند هیجان و احساس موفقیت شخصی» تعریف می‌شود، در حالی که در آسیا، شادی به صورت «تجربه حالت برانگیختگی کم مانند آرامش تعریف می‌شود.»حتی مقایسه دقیق افراد در داخل مرزهای کشورهای بزرگ هم کار دشواری است، مثلاً تعریف شادی در بخش‌های شمالی هند با بخش‌های جنوبی آن تفاوت زیادی دارد و مطالعات نشان می‌دهد ویژگی‌های

و امریکای لاتین از شادی بیشتر متوجه خودشان بوده است. فقط ۲۲درصد بر تعالی‌ها، ۱۸درصد مکزیک‌ها و ۱۰درصد آرژانتینی‌ها در تعاریف شادی خود به خانواده‌های‌شان اشاره کرده‌اند.

شادی یعنی هیجان، یعنی آرامش!؟

دو محقق ژاپنی در سال ۲۰۱۲ در مجله بین‌المللی رفاه در بررسی تعاریف شادی در فرهنگ‌های غربی و آسیایی به یک تفاوت فرهنگی مهم پی بردند. آنها دریافتند در غرب شادی به شکل «حالت برانگیختگی بالا مانند هیجان و احساس موفقیت شخصی» تعریف می‌شود، در حالی که در آسیا «شادی به صورت تجربه حالت برانگیختگی کم مانند آرامش تعریف می‌شود.»حتی مقایسه دقیق افراد در داخل مرزهای کشورهای بزرگ هم کار دشواری است، مثلاً تعریف شادی در بخش‌های شمالی هند با بخش‌های جنوبی آن تفاوت زیادی دارد و مطالعات نشان می‌دهد ویژگی‌های



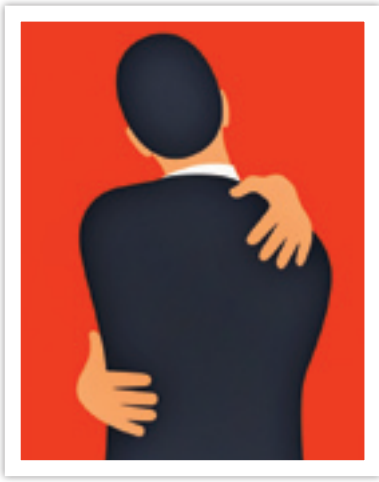
کندمارکی‌ها معمولاً هماهنگی درونی را با هوگه تعریف می‌کنند که به معنای چیزی مانند بودن و سرخوشی آسوده است. در حالی که در یافتم امریکایی‌ها این مفهوم را بیشتر با هماهنگی بین مهارت‌ها و علایق‌شان تعریف می‌کنند، آن هم اغلب در زمینه کاری، بنابراین تعاریف روانشناختی نمی‌توانند با دقت خوبی شادی را توضیح دهند. ورای آن هم تفاوت بین کشورها بیشتر و بیشتر می‌شود، مثلاً همان مطالعه سال ۲۰۱۶ که در بالا اشاره شد، نشان داده است ۴۹درصد امریکایی‌ها در تعاریف‌شان از شادی لزوماً به روابط خانوادگی اشاره کرده‌اند، در حالی که در ک اهالی اروپای جنوبی

سبک زندگی

سبک زندگی۸۸۹۸۴۷۱

می‌توانستم موفق باشم و نخواستم یا شاید تعلل کردم. ببخش وقتی می‌شد ببخشم، ولی افتادم روی دنده لجبازی و بازی احمقانه کم نیاوردن. ببخش اگر دوست خوبی برایت نبودم. اگر صدای همه را شنیدم جز تو، همه را درک کردم غیر از تو. با همه خندیدم مگر با تو.

تویی که خود منسی و من چه اندوهناک از خویش غافل شدم. دنبال خوشبختی فرسنگ‌ها و روزها و ماه‌ها دویدم، غافل از اینکه خوشبختی خود تویی و نفس‌های آرامی که از روی تکان بالش حس می‌کردم و عمری که یکی یکی بر بساد می‌رفت، برای لحظه‌ای آرامش که نمی‌دانستم چه شکلی بود. نمی‌دانستم برای هیچ می‌جنگم و دست آخر این تویی که برایم می‌مانی. ببخش اگر در آینده تحقیرت کردم یا تند حرف زدم، ببخش اگر موهای کوتاه و ابروهای ظریفم را مسخره کردم و برای داشتن خیلی از داشته‌هایم ابراز پشیمانی کردم، ببخش نامهربانی مرا دوست عزیزم. منِ عزیز! تو بهترین هدیه خداوندگارم هستی و من با همه عیب و نقص‌هایت دوستت دارم.



بغضت را نشنیدم، گاهی رنجاندمت و گاه دلت را بی‌رحمانه شکستم. ببخش اگر می‌شد باری بردارم و عذر تنبلی نگذاشتت بردارم، ببخش اگر جایی

د

فرهنگ‌ها در تعاریف شادی تفاوت زیادی باهم دارند، بنابراین نمی‌توان به‌طور صددرصدی گفت که یک کشور شادتر از بقیه کشورهاست و شاخص «شادترین کشورها در جهان» به تنهایی آموزنده نیست. شادی می‌تواند به شیوه‌های بسیار گوناگونی تعریف و اندازه‌گیری شود. شاید طبعی یک تعریف فنلاند شادترین کشور جهان باشد، ولی تقریباً با بقیین می‌توان گفت که بنا بر تعاریف دیگر چنین نیست. کشورها بیشتر از اینکه مقایسه شوند، باید طبقه‌بندی شوند.

می‌آید که در روم باستان نه تنها به شانس بلکه به رشد، برپاری و شگوفایی اطلاق می‌شد.

در مجموع فرهنگ‌ها در تعاریف شادی تفاوت زیادی دارند، بنابراین نمی‌توان به‌طور صددرصدی گفت که یک کشور شادتر از بقیه کشورهاست و شاخص «شادترین کشورها در جهان» به تنهایی آموزنده نیست. شادی می‌تواند به شیوه‌های بسیار گوناگونی تعریف و اندازه‌گیری شود. شاید طبعی یک تعریف فنلاند شادترین کشور جهان باشد، ولی تقریباً با بقیین می‌توان گفت که بنا بر تعاریف دیگر چنین نیست. کشورها بیشتر از اینکه مقایسه شوند، باید طبقه‌بندی شوند.

توجه به شادی، درونی است یا بیرونی؟

یک روش مفید برای شروع این کار تمایز قائل شدن بین دو شیوه توجه به شادی است: اول) توجه به شادی «درونی» است یا «بیرونی»، یعنی درون‌نگری در برابر تعامل با دیگران. دوم) توجه به «ابطه» است یا به «کار». یعنی مبتنی بر آدم‌هاست یا مبتنی بر انجام عمل. این تقسیم‌بندی چهار مدل اصلی را به وجود می‌آورد که بر اساس مطالعات پیمایشی از سرتاسر جهان است.

۱. شادی از رابطه خوب با افرادی که دوست‌شان دارید حاصل می‌شود: این مورد ترکیب دو حالت توجهی «بیرونی» و «رابطه‌ای» است. در این مدل، دوستان و خانواده بیشترین میزان شادی را به فرد می‌دهند. یک مثال خوب برای این مدل می‌تواند ایالات متحده امریکا باشد (بر اساس اینکه جمعیت یک کشور شادی را بیشتر به چه شکل تعریف می‌کنند). ۲. شادی از آگاهی بیشتر حاصل می‌شود: این مورد ترکیب دو حالت توجهی «درونی» و «رابطه‌ای» است و مدلی است برای مردمان معنوی، فلسفی و مذهبی، به‌خصوص آنهایی که اهمیت ویژه‌ای برای همبستگی اجتماعی قائل هستند. جنوب هند زاگه افزایش زیادی است که از این مدل پیروی می‌کنند. ۳. شادی از انجام کارهایی که دوست دارید حاصل می‌شود: این مورد ترکیب دو حالت توجهی «بیرونی» و «کاری» است، یعنی وقف کردن خود در فعالیت‌های کاری یا فرآتی که کاملاً رضایت‌بخش هستند. اگر غالباً می‌گویید که «زندگی من کار است» یا «دوستت دارم با دوستانم گلف بازی کنم» شما جزو این دسته‌اید. این مدل بیشتر در کشورهای اروپای شمالی و مرکزی پیدایمی‌شود.

۴. شادی صرفاً از حس خوب می‌آید: این مورد ترکیب دو حالت توجهی «درونی» و «کاری» است. این مدل مخصوص افرادی است که اولویت‌شان تجربیاتی است که حس‌های مثبت به آنها می‌دهد، چه تنها و چه با دیگران. زمانی این مدل روش خوبی برای ارزیابی رفاه خواهد بود که هر گاه به شادبودن فکر کنید، تماشا یا نقلیکس بانوشیدن به ذهن تان آید. این مدل در کشورهای امریکای لاتین، مدیترانه و جنوب افریقا رایج است، البته این طبقه‌بندی جامع نیست، بسیاری از مردم و کشورها نمی‌توانند کاملاً داخل این چارچوب‌بندی قرار گیرند. در واقع، درک شما از شادی می‌تواند ترکیبی از این مدل‌ها باشد، با وجود این آنها نقطه شروعی هستند برای فهم مفاهیم متعدد رفاه در سرتاسر جهان و مفاهیم داخل ذهن و قلب شما.

همانطور که جاهای مختلف تعاریف مختلفی از شادی دارند، افراد مختلف هم چنین هستند. درک این تنوع می‌تواند به شما کمک کند خودتان را درک کنید تا ببینید آیا در خانه خودتان مثل یک‌وصله ناچور هستید یا نه و اگر اینگونه است، علت آن چیست و چه کاری می‌توانید برای رفع آن انجام دهید، حالا می‌خواهد آن کار نکل زمان یا پیوستن به یک اجتماع جدید باشد یا صرفاً به صلح رسیدن با اطرافیان‌تان.
● نقل و تلخیص از:وب‌سایت ترجمان نوشته: آر نور پرکوس ترجمه:زهرا عاملی/مرجع: آتلانتیک

به پدربزرگ و مادربزرگ‌های خود و اطراف‌امان که نگاه می‌کنیم، می‌بینیم شاید نتوانند عشق و علاقه خود را مستقیماً بروز دهند اما حاضر نیستند لحظه‌ای از کنار یکدیگر جدا شوند. به نظر می‌رسد عشق‌هایی که قطر قطره برای رسیدن به دریا جمع شده‌اند، پایداری بیشتری نسبت به عشق‌های آتشین یک باره امروزی دارد.

نتیجه این بحث را می‌توانیم در آمار طلاق‌های سه‌سال‌های اخیر نیز ببابیم. آنچه یک باره به دل راه پیدا می‌کند، یک باره هم از دل می‌رود، چون دلیلی برای وجودش نداشتم. زود می‌آید زود هم می‌پرد، اما عشق‌های قطره‌ای در هر قطره‌اش سال‌ها تلاش و ایثار و از خودگذشتگی نهفته است. طرف مقابل می‌بیند که تک‌تک‌شان دارند کنار هم برای ساختن زندگی بهتر تلاش می‌کنند و قدر دان این تلاش هم خواهند بود، به گونه‌ای که اصلاً نمی‌توانند به جدا شدن از این زنجیره عشق هم فکر کنند. دقیقاً شبیه قدیم‌ترها که زن و شوهر بعد از اینکه باهم پیمان می‌بستند، پای این عهد و پیمان خود بودند و آیه شریفه «وفوا بالعقود» را یا جان خود پذیرفته بودند، مگر اینکه همان لباس سفید آخرت آنها را از هم جدا می‌کرد، اما جوان‌های امروزی خیلی زود پیمان‌ها را از یساد می‌برند و حرف مرد را یکی نمی‌دانند.

۷۰درصد آمارهای طلاق در کشور ما در هفت سال ابتدایی زندگی اتفاق می‌افتد، دقیقاً همان زمان که زوجین باید در کنار هم قلب‌های عاشق‌شان را به هم گره بزنند و با اعتمادسازی و گذشت و ایثار اتفاقات زیبایی را برای خود رقم بزنند اما دقیقاً مسیر عکس رقم می‌خورد. با عشق ابتدایی آتشین، زندگی خود را از آغاز می‌کنند اما در مسیر با شریک مشکلات، قطر قطره‌ها از آن کم می‌شود، چون مرد لحظه‌ای حاضر نبوده فرور خود را کنار بگذارد و به حرف‌های خاتم خود گوش سپارد و زن با نداشتن‌های همسر، از برخی تجملات غیر ضروری خود بکاهد و هر دو حاضر نبوده‌اند به خاطر داشتن حال خوب و کنار هم بودن از تعلقات‌شان بگذرند.

روزگاری بود که وقتی اسم طلاق می‌آمد کمتر کسی تن به آن می‌داد اما امروزه

بسیار مغفور‌ترین و مبعوض‌ترین عمل برای طلاق امروزه در بین زوجین جوان اولین اقدام در مشکلات زندگی مشترک تبدیل شده است. ما انسان‌ها راه‌های آسان‌تر و راحت‌تر برای رسیدن به هدف را دوست داریم. طبیعت ما انسان‌ها به دنبال راه‌حل‌های آسان‌تر است و جدایی و طلاق صورت‌مسئله، اما همیشه اولین و آسان‌ترین راهی که به ذهن ما می‌رسد، بهترین انتخاب نیست. جوان امروزی تا وقتی به توفی می‌خورد، طلاقش را می‌خواهد اما به معضلات بعد از آن فکر نمی‌کند؛ جامعه‌ای که آماده پذیرش این فرد نیست، فروپاشی‌های عصبی دو طرف تزلزل در هویت فردی و اجتماعی، انزوا و هزاران مسئله دیگر که هر کدام خود آغازگر یک مسیر هزار توی مشکلات است.

آنچه روشن است اینکه فرد با پذیرش طلاق دالالتی تاریک از مشکلات پیش‌ش روی گشوده است. او حالا باید با معضل تنهایی دست و پنجه نرم کند. دوستان خانوادگی او دیگر شاید در جمع‌های خانوادگی خود، او را نپذیرند. تزلزل در هویت فردی و حمایت‌های اجتماعی آشنایان و دوستان‌شان فکر کنند، باز خورد‌های منفی دیگران، پیشنهادهای نامتعارف اطرافیان به آنها، جست‌وجو به دنبال شغل مناسب‌شان برای گذران زندگی شخصی. ختم کلام اینکه از مهم‌ترین معضلات طلاق در جامعه، کاهش مسکن در اجتماع است، به طوری که فدر مسلفه به دنبال خانه‌ای تک‌نفره و تنها باید بگردد، بنابراین هر چه آمار طلاق جوامع بالاتر برود، نیاز به مسکن نیز به مرور بالاتر می‌رود و ده‌ها مشکل شخصی و اجتماعی دیگر بروز می‌کند که در جای خود قابل بررسی و تأمل است.

سبک‌رابطه



مغفور ترین حلال و مبعوض ترین عمل را جشن نمی‌گیرند!

پایان زندگی مشترک

با یک راه‌حل دم‌دستی

■ مطهره تنگستانی

در گذشته برای انجام آن باید هفت‌خان رستم را طی می‌کردی؛ اول کلی با خودت، دلت و ترس‌هایت کنار می‌آمدی، بعد نوبت راضی کردن اطرافیان بود که بسیار هم مقوله سختی بود و یک جورهایی نیاز به پوشیدن کفش‌های پولادین داشت. می‌گفتند با لباس عروس سفید که رفتی خانه بخت، باید با کفن سفید هم از آنجا بیرون بیایی. مرد هم همین بود. زنی که برایش پسندیده بودند باید تا آخر عمر به او عشق می‌ورزید. مردها هم مثل خانم‌ها با تمام کم‌وکاست‌های زندگی‌شان می‌ساختند و باهم آجر به آجر خانه را بدون غر و توقع بیجا در کنار هم می‌چیدند. کم‌کم مهر و علاقه در قلب‌شان نقش می‌بست؛ علاقه‌ای که شاید بدون عشق اولیه بود اما نتیجه‌اش عشق و وابستگی‌های خانوادگی بود و حالا متأسفانه کمرنگ‌تر شدن‌شان را می‌بینیم.

حلال زندگی‌های زوجین، جشن می‌گیرند و کیسک می‌خرند! چه اتفاقی افتاده که فراموش کرده‌ایم طلاق عرش کبریا بی را به لزه می‌افکند و فردی را که روزی عاشقانه می‌خواستیم و تمام زندگی‌مان را برای رسیدن به او بخشیدیم، حالا بعد از رسیدن دزده شده‌ایم و برای جدایی از او جشن می‌گیریم. حلقه مفقوده این زنجیره شاید شناخت باشد.

قدیمی‌ها هر گاه می‌کنیم، می‌بینیم برای رفتن از خواستگاری شاید با پرس‌وپایان اطرافیان و تحقیق و تفحص‌های فراوان اطرافیان و پدر و مادرها بالاخره یک مورد به پسر معرفی می‌شد، یعنی انتخاب‌های افراد با شناخت از خانواده‌ها آغاز می‌شد، اما امروزه با وجود معضل شهرنشینی و مهاجر پذیری بالای شهرها و احساس بی‌کلاس بودن انجام آن در ازدواج‌ها، این شناخت عملاً به امری سخت و غیرممکن تبدیل شده است، البته ما منکر طلاق در موارد ضروری نیستیم که همین است؛ راه‌حلی است که خداوند برای بن‌بست‌های زندگی قرار داده، اما راه‌حل پایانی، نه ابتدایی.

طلاق امروزه در بین زوجین جوان به دلیل کاهش ظرفیت آنان به اولین اقدام در مشکلات زندگی مشترک تبدیل شده است. ما انسان‌ها راه‌های آسان و راحت برای رسیدن به هدف را دوست داریم. غافل از اینکه هدف‌مان را درست انتخاب کرده‌ایم یا غلط؟! همگی حقوق خود می‌دانیم که تغییر یک خصوصیت یا اخلاق نا پسند در خودمان کار مشکلی است و حاضر نیستیم دست به تغییر آن بزنیم. طبیعت ما انسان‌ها به دنبال راه‌حل‌های دم‌دستی است و جدایی و طلاق دم‌دستی‌ترین راه‌حل است، مثل پاک کردن صورت‌مسئله، اما همیشه اولین و آسان‌ترین راهی که به ذهن ما می‌رسد، بهترین انتخاب نیست. جوان امروزی تا وقتی به توفی می‌خورد، طلاقش را می‌خواهد اما به معضلات بعد از آن فکر نمی‌کند؛ جامعه‌ای که آماده پذیرش این فرد نیست، فروپاشی‌های عصبی دو طرف تزلزل در هویت فردی و اجتماعی، انزوا و هزاران مسئله دیگر که هر کدام خود آغازگر یک مسیر هزار توی مشکلات است.

آنچه روشن است اینکه فرد با پذیرش طلاق دالالتی تاریک از مشکلات پیش‌ش روی گشوده است. او حالا باید با معضل تنهایی دست و پنجه نرم کند. دوستان خانوادگی او دیگر شاید در جمع‌های خانوادگی خود، او را نپذیرند. تزلزل در هویت فردی و حمایت‌های اجتماعی آشنایان و دوستان‌شان فکر کنند، باز خورد‌های منفی دیگران، پیشنهادهای نامتعارف اطرافیان به آنها، جست‌وجو به دنبال شغل مناسب‌شان برای گذران زندگی شخصی. ختم کلام اینکه از مهم‌ترین معضلات طلاق در جامعه، کاهش مسکن در اجتماع است، به طوری که فدر مسلفه به دنبال خانه‌ای تک‌نفره و تنها باید بگردد، بنابراین هر چه آمار طلاق جوامع بالاتر برود، نیاز به مسکن نیز به مرور بالاتر می‌رود و ده‌ها مشکل شخصی و اجتماعی دیگر بروز می‌کند که در جای خود قابل بررسی و تأمل است.