سبک ارتباط

مرور مهارت‌هایی برای جلوگیری از سردی روابط زناشویی

قبل از مرگ رابطه به فکر نوشدارو باشیم

■ میناسادات حسینی*

به عقیده برخی کارشناسان انتخاب‌های نادرست و عدم مهارت‌های درک متقابل بیشترین علل به وجود آمدن اختلافات، دلزدگی زناشویی، طلاق عاطفی و درنهایت طلاق قانونی است. اگر افراد قبل از ازدواج از انتظارات و نیازهای هم مطلع نباشند، وقتی ازدواج می‌کنند، نمی‌توانند خواسته طرف مقابل را تأمین کنند؛ خواه نیاز مالی، عاطفی و... باشد. برای جلوگیری از بالا رفتن نرخ طلاق باید ازدواجی مناسب داشته باشیم و طرفین با آگاهی وارد موضوع ازدواج شوند و با کمک همان آگاهی اگر ضعف و کمبودی هم در زندگی ظاهر شد، با مهارت حل مسئله، همدلی و همراهی یکدیگر به دنبال راه چاره باشند. پرسش این است که در این زمینه چه لوازم و اقداماتی مورد نیاز و چه رفتارهایی در میان زوجین ضروری است. در این نوشتار ابتدا مثال‌هایی عینی را ذکر می‌کنیم و سپس به راه‌حل‌ها می‌پردازیم.

■■■

■ **به این مثال‌ها توجه کنید**

۱- «زنی ۲۸ ساله هستم. به خاطر مسائلی که در خانواده برایم پیش آمد، مجبور به ازدواج شدم. اوایل هیچ احساسی به همسرم نداشتم و اعتقادم بر این بود که با گذر زمان علاقه پیش می‌آید. الان با گذشت چند سال و با وجود علاقه شدید همسرم، من همان احساس گذشته را دارم؛ تنفر ندارم، عاشق هم نیستم... به نظر شما ادامه این زندگی و مادر شدن ایرادی ندارد؟»

در پاسخ باید گفت بچه‌دار شدن هرچند کمک‌کننده است اما الزاماً تضمینی برای ایجاد عشق و انگیزه بین شما و همسرتان نیست. فرزندپروری در محیطی عاری از صمیمیت و عشق کار دشواری است. قبل از فرزنددار شدن خودتان به صورت فردی به مشاور مراجعه کنید و پس از آن به همراه همسرتان وارد صحبت شوید تا بتوانید بهترین تصمیم را بگیرید.

۲- «زنی ۳۵ ساله هستم. دو فرزند دارم و از اوایل زندگی مشاجره‌هایم با همسرم شروع شد، تا حدی که چند بار تا پای طلاق هم رفتیم اما به خاطر دخترم کوتاه آمدم و اکنون با گذشت ۱۲ سال همسرم آرام‌تر شده اما احساس می‌کنم دور از چشم من با فرد دیگری صمیمیت دارد. چه کار باید کنم؟»

در پاسخ باید گفت به یاد داشته باشیم هرکدام از زوجین باید سهم تقصیر خودشان را بپذیرند. بهترین پیشنهاد این است که موضوع را با یک روان‌شناس مطرح کنید. آنها به شما کمک می‌کنند تا به هیجانات خودتان مسلط شوید و بعد از آن بتوانید با همسرتان وارد صحبت شوید و ایشان را از ناراحتی و دلخوری‌تان آگاه کنید. چگونگی ادامه این زندگی وابسته به شما و همسرتان است.

۳- «دختری ۲۷ ساله هستم. عاشق پسری شدم که چند سال از من کوچک‌تر است و با وجود اینکه او کوچک‌تر است اما با نحوه رفتارهایش احساس می‌کنم ۱۰ سال از من بزرگ‌تر است و قابل تکیه کردن... آیا این اختلاف سن در آینده مشکل ساز نمی‌شود؟»

در پاسخ باید گفت ابتدا باید ببینیم شما چند سال بزرگ‌تر هستید. طی تحقیقات انجام شده بین صفر تا دو سال اختلاف سنی در زنان بزرگ‌تر ریسک رابطه زیاد بالا نبوده اما بیشتر از آن می‌تواند آسیب‌زا باشد. درست است که سن عقلی با سن تقویمی متفاوت است اما به غیر از تناسب سنی موارد مهم دیگری نیز در مشاوره پیش از ازدواج وجود دارد که باید بین شما و ایشان سنجیده شود. مواردی همچون شرایط مالی، خانوادگی، مذهبی و فرهنگی. معمولاً به دلیل رشد و بلوغ زودتر در دختران پیشنهاد می‌شود آنها با پسرانی بزرگ‌تر از خودشان در یک محدوده سه تا پنج سال ازدواج کنند. زن در گذر زمان دچار تغییر و تحولات هورمونی بسیاری مانند زایمان و یائسگی خواهد شد و این مسائل ممکن است برای طرفین مخاطرات و تنش‌هایی ایجاد کند.

■ **چگونه با دلزدگی در زناشویی مقابله کنیم؟**

سؤال مشترک و مهم در بین اکثر زوجین این است که برای جلوگیری و مقابله با دلزدگی زناشویی چه کار باید کرد؟ زمانی را در روز به فعالیت مشترک اختصاص دهید. لیستی از فعالیت‌های مشترک درست کرده و برای انجامشان با هم به توافق برسید. روزی را در هفته به روز مشترک اختصاص دهید. روزی حداقل یک بار از همسر خود قدردانی و به او ابراز احساسات کنید. وقتی سر کار هستید حداقل بین یک تا سه بار حتی کوتاه با وی صحبت کنید. در زندگی‌تان تغییر و تحول بدهید. مسائل و مشاجرات و تنش‌ها را نیمه‌تمام رها نکنید و آنها را حل و فصل کنید.

■ **رفتارهای مؤثر در ارتباطات زوجین**

در ارتباطات زناشویی برخی رفتارها مؤثر هستند؛ رفتارهایی همچون گوش سپردن، حمایت کردن، تشویق کردن، احترام گذاشتن، اعتماد داشتن، پذیرش داشتن و گفت‌وگوی همیشگی بر سر اختلافات.

احترام به معنای حفظ حریم دیگری و نگه داشتن حرمت همسر است. احترام به نظر، سلیقه، جسم، خانواده و ارزش‌های دیگری. بهترین مصداق آن دوستی صمیمانه است. دوستان در عین حال که صمیمی هستند، به یکدیگر احترام می‌گذارند. دوستان نه به هم بی‌احترامی می‌کنند نه پر احترامی.

یک‌سری باورها در ارتباط زناشویی مخرب هستند و بهتر است نسبت به آن آگاهی داشته باشیم. باورهایی همچون انتقاد، سرزنش، گلایه، قهر کردن، تهدید و دادن حق حساب یا باج برای تحت کنترل درآوردن دیگری.

■ **قبل از مرگ رابطه به فکر نوشدارو باشیم**

ما برخلاف بسیاری از جوامع که هر خانواده در کنار خودش یک مشاور روان‌شناس دارد تا مسیر مناسبی را انتخاب کند و به بیراهه نرود و درواقع به دنبال حمل کردن نوشدارو هستند تا مبادا مرگی اتفاق بیفتد، این روزها شاهد افرادی هستیم که به دنبال نوشدارو هستند اما پس از مرگ سهراب و پس از مرگ رابطه! آمار افراد مراجعه‌کننده قبل از آسیب دیدن و در شرایط عادی به تعداد قابل توجهی کمتر از افرادی است که پس از مواجه شدن با مشکل در زندگی‌شان به سراغ روان‌شناس می‌آیند و این موضوع جای اطلاع‌رسانی و فرهنگ‌سازی بیش از پیش دارد.

سؤال مشترک و مهم در بین اکثر زوجین این است که برای جلوگیری و مقابله با دلزدگی زناشویی چه کار باید کرد؟ زمانی را در روز به فعالیت مشترک اختصاص دهید. لیستی از فعالیت‌های مشترک درست کرده و برای انجامشان با هم به توافق برسید. روزی را در هفته به روز مشترک اختصاص دهید. روزی حداقل یک بار از همسر خود قدردانی و به او ابراز احساسات کنید

* روانشناس

سبک انتخاب

ایفای نقش همسری تمام مناسبات را تغییر می‌دهد

دگرگونی نقش‌ها با ازدواج

■ بنفشه قاسمی زاده*

آقایی که در زمان تجرد بدون توجه به آینده تمام درآمد خود را صرف سفرهای مجردی، تفریحات و حضور در مهمانی‌های دوستانه می‌کند، بعد از ازدواج لازم است برای پذیرش مسئولیت‌های زندگی زناشویی جایی باز کند، بنابراین در نقش قبلی خود تجدید نظر کرده و بیشتر همسر می‌شود تا دوست و رفیق. این تغییر نقش‌ها در مورد تمام نقش‌هایی که افراد بر عهده دارند لازم است انجام شود، مانند نقش فرزند، دوست، همکار، همسایه، برادر، خواهر، خاله، دایی، عمو، عمه و... و درواقع با ایفای نقش همسری، انقلابی در سایر نقش‌ها و مناسبات او رخ می‌دهد.

این نقش‌ها گاهی نیاز است کمی اصلاح شود و نیاز به تغییرات اندک دارد و بعضی اوقات نیاز است به طور کامل بازتعریف شده و تغییر داده شود. برای انجام این فرآیند، روان‌شناس و مشاور می‌توانند کمک شایانی به زوجین ارائه دهند تا با شیوه درست، این بازتعریف انجام شود. بدون آنکه باعث بروز دلگیری‌ها، ناراحتی، منازعات و بحث بین افراد مهم زندگی شود.

بسیاری از جوانان در زمان قبل از ازدواج در ذهن خود یک زندگی آرام و عاشقانه، به دور از هر اختلاف و درگیری را تصور می‌کنند که در کنار کسی که دوستش دارند و با هم تفاهم کامل دارند عاشقانه زندگی می‌کنند، اما آنچه در واقعیت وجود دارد در اولین اختلاف نظر به‌شدت بروز پیدا می‌کند. این افراد با مشاهده اولین اختلافات و درگیری‌ها غافلگیر شده، آمال و آرزوهای خود را بربادرفته می‌بینند.

بنابراین بلافاصله خشمگین یا ناامید شده و تصمیم به جدایی می‌گیرند یا وارد روابط دیگر می‌شوند.

یکی از مهم‌ترین خدمات روان‌شناختی که می‌تواند در مرحله مشاوره پیش از ازدواج ارائه شود، جلب توجه افراد به این نکته است که هیچ دو انسانی شبیه هم نیستند. بنابراین در هر رابطه‌ای چالش‌هایی وجود دارد که می‌تواند زندگی واقعی را با زندگی ایده‌آل و رؤیایی متفاوت کند. آنچه در این شرایط می‌تواند به افراد کمک کند مسئولیت‌پذیری، توجه به تفاوت‌های جنسیتی، داشتن مهارت‌های مدیریت بحران، مدیریت خشم و حل تعارض و تصمیم‌گیری است که توسط روان‌شناسان در صورت نیاز افراد، آموزش داده خواهد شد.

نکته قابل توجه دیگر در این فرآیند توجه به سلامت روان افراد است و جلب توجه افراد به این نکته که لزوماً دو انسان سالم در جوار هم به خوشبختی نمی‌رسند، چون ازدواج مهم‌ترین رابطه زندگی هر شخص در طول مسیر عمر است و نزدیکی و صمیمتی که بعد از قرار گرفتن در این رابطه بین افراد شکل می‌گیرد، تقریباً در هیچ رابطه دیگری وجود ندارد. به دلیل وجود همین نزدیکی و صمیمیت زیاد و اینکه زوجین زمان بسیاری را با یکدیگر می‌گذرانند، مسائل و اختلافات بسیار کوچک نیز می‌تواند زمینه‌ساز بروز اختلافات شدید شود. به همین علت با وجودی که برخورداری از سلامت روان یکی از مهم‌ترین شرایط ازدواج است اما شرط کافی نیست. مسائل بسیار زیادی در طول جلسات انفرادی و زوجی بررسی می‌شود تا اطلاعات کافی در اختیار مراجعه‌کنندگان قرار گیرد و حتی یادآوری این نکته که به صرف برخورداری از سلامت نسبی روانی طرفین، شما نباید تصمیم به ازدواج بگیرید. چون دو انسان بالغ و سالم می‌توانند در کنار هم زندگی کنند اما لزوماً شاد و خوشبخت نخواهند بود، مانند مسافرانی که به مقاصد متفاوت می‌روند اما در کنار هم و در یک تاکسی سوار هستند، پس در انتخاب همسر معیارهای بسیار متنوع و ظریفی را باید مد نظر قرار داد.

*روانشناس

سبک مراقبت

زندگی مشترک نیاز به مراقبت دائمی دارد

این خانه تشنه همدلی من و توست

■ بهنام صدقی

زندگی مشترک نیز همانند بسیاری دیگر از مناسبات و پدیده‌ها در طول زمان دستخوش تغییراتی شده است. در گذشته عمده مسئولیت‌ها و تصمیم‌گیری‌ها بر عهده مرد خانواده بود، اما امروزه با توجه به مشکلات اقتصادی زنان نیز پابه‌پای مردان کار می‌کنند، به طوری که هر دو نان‌آور خانه شده‌اند. در چنین شرایطی زندگی بدون برنامه و مدیریت دوام چندانی نخواهد داشت، لذا تمام مشکلات و مسائل را تنها در یک کفه ترازو نگذارید. سعی کنید آنها را تقسیم کنید تا سنگینی زندگی تنها بر دوش یک نفر نباشد.

زمانی که فرد بدون داشتن آگاهی و علاقه تن به ازدواجی که تنها از سر رفع تکلیف باشد، بدهد، طولی نمی‌کشد که تاب حتی دغدغه‌های کوچک آن را هم نمی‌آورد. لذا پدر و مادرها هم بهتر است ابتدا مطمئن شوند فرزندشان به شناخت و درک درستی از ازدواج و مسائل مربوط به آن و همچنین خودآگاهی رسیده است و بعد برایش آستین بالا بزنند و هرگز فردی که در حال و هوای نوجوانی است را سر سفره عقد ننشانند.

با همه این اوصاف، ایده‌آل‌ترین ازدواج‌ها هم نیاز به مراقبت دارد. هرچقدر هم رابطه‌ای سرد باشد با گرمای عشق و محبت می‌توان تمام یخ‌ها را آب کرد. قطعاً خاطرات خوشی در بین زوج‌ها وجود دارد که با یادآوری‌شان لبخند بر لب‌های طرفین می‌نشیند. تنها اختلافات خود را مرور نکنید. گاهی روزهای خوش گذشته را نیز تکرار کنید. فیلم‌ها و عکس‌هایی که در کنار هم بوده‌اید را دوره کنید. نگذارید مسائل و مشکلات زندگی بینتان فاصله ایجاد کند. برای هم هدیه بخرید. بسیاری از زن و شوهران هستند که سال‌های سال است حتی یک شاخه گل هم به هم هدیه نداده‌اند. حتی اگر فرزندانی ۴۰ ساله هم داشته باشید یادتان نرود که عشق را به هم هدیه دهید. دادن حتی شاخه‌ای گل نشان از محبت و توجه بوده و در هر سنی که باشید لذتبخش است.

در روزهایی همچون تولد و سالگرد ازدواج، همسرتان بی‌صبرانه منتظر توجه و هدیه شماست.

خوش‌صحبت باشید و از کلمات و واژه‌هایی زیبا برای صدا کردن یکدیگر استفاده کنید. لحن مهربان داشتن باعث می‌شود هر شنونده‌ای جذب شخصیت و سخنانتان شود.

اگر شما هم از آن دست افرادی هستید که نمی‌توانید علت سردی همسرتان را تشخیص دهید بهتر است کمی در آینه نگاه کنید. برخی مردان آنقدر خود را سرگرم کار کرده‌اند که فرصت رسیدگی به خود را پیدا نمی‌کنند و برخی زنان هم آنقدر سرگرم خانه‌داری و بچه‌داری شده‌اند که حتی دستی هم به سر و روی خود نمی‌کشند.

به آراستگی خود اهمیت داده و سعی کنیم با ظاهری مرتب در محل کار و منزل خود حاضر شویم. بگذاریم مانند همان روزهای اول همسرمان از دیدنمان لذت ببرد.

فراموش نکنیم زندگی مشترک نیاز به مراقبت دائمی دارد و خانه و خانواده‌ای شاد است که همدلی در آن جاری باشد.

به هر حال گاهی مشکلات کمی پیچیده‌تر می‌شود و فرد احساس ناتوانی در حل آن می‌کند. زمانی که حس کردید رابطه‌تان رو به یخ‌زدگی است و توان حلش را هم ندارید، بهترین گزینه رجوع به مشاوران خانواده است. با در میان گذاشتن مسئله با مشاوران و متخصصان این حوزه راحت‌تر می‌توانید چاره‌ای اندیشیده و مشکلتان را حل کنید.

بی‌مقدمه بی‌تعارف

اندر حکایت چشم و همچشمی بعضی آدم‌ها

یکی زمین خورد، حالا میلیون‌ها نفر شلوار لی پاره می‌پوشند!

■ مجید محمد

خیلی‌ها کار و زندگی را ول کرده و چشم دوخته‌اند به زندگی دیگران تا ببینند چه می‌کنند، چه می‌پوشند، چه می‌خورند و کجا می‌روند تا آنها نیز چشم و همچشمی کرده و همان کار را، حتی پررنگ‌تر و دهان پرکن‌تر انجام دهند. روایت نمونه‌هایی از این آدم‌ها را در ادامه می‌خوانید.

■■■

۱- اصلاً فکر این را نمی‌کند که شوهر شمسی خانم ماهی ۱۰ میلیون تومان درآمد دارد. چشم ندارد ببیند بعد از مدت‌ها یخچال جدید خریده‌اند. الا بالله شوهرش را زور می‌کند ما هم باید بخریم و مدام می‌گوید: مگه ما چیمون از اینا کمتره؟ برو ببین مردای مردم چی کار می‌کنن برا زن‌هاشون.

۲- بعضی‌ها چشم و همچشمی‌شان مناسبتی فوران کرده و به طرز عجیب و غریبی رفتار می‌کنند. اینها قبل از عید حتماً و به بهانه‌های مختلف، هرطور شده تلفنی یا حضوری به خانه‌های دیگران سرک می‌کشند تا بدانند پرده‌ای، ماشین ظرفشویی، چیزی اگر جدیداً اضافه کرده باشند، آنها هم بخرند. روایت داریم خانم زنگ زده است به دخترخاله‌اش که سر در بیاورد برنامه عیدشان چیست، او هم دستش را خوانده و به دروغ گفته: ما عازم فرانسه هستیم. خانم هم کم نیاورده و گفته: چه جالب ما هم اونجاییم که... خلاصه شوهرش را وادار کرده با انبوهی از مشکلات قبلی، پول جور کند تا به فرانسه بروند.

طی تحقیقات دریافته‌ایم که بیشترین چشم و همچشمی‌ها و حسادت‌ها در عروسی‌هاست. از مادر عروس گرفته تا مادر داماد، همه اهل این وصلت درگیر هستند تا به همه بفهمانند ما از همه سر هستیم

۳- یک عده عادت دارند هرطور شده حتی به دروغ خودشان را از همه بالاتر جلوه دهند. ابتدا همسر خود را مأمور می‌کنند تا از خانم‌های فامیل بپرسد: شما تو عروسی کادو چی می‌دین؟ ماشین چی خریدین؟ چی می‌پوشین و... بعد از کسب اطلاعات، آقایان نیز در این امر مهم عملیات را آغاز می‌کنند، کت و شلوار از مایه‌دارترین دوست خود امانت گرفته، زنگ می‌زنند اتومبیل کرایه می‌کنند با راننده! و از نان شب خود می‌زنند تا از همه بیشتر کادو بدهند. این به اینجا ختم نمی‌شود؛ خانم‌ها نیز کلی انگشتر و گردنبند بدلیجات جور کرده و به همه می‌گویند طلاست.

۴- شما را به خدا این مدیران و رؤسای خود را بدعادت نکنید. روایت است در فلان اداره‌ای رئیس آنجا به کارمندی گفته سر راه برای من نان و پنیر بخر صبحانه بخورم و بیچاره پولش را هم داده است. از قضا آن کارمند برحسب عملکرد واقعاً خوبش تقدیر هم شده، همه هم فکر کردند نان و پنیرهایی که تقدیم می‌کرده کارساز بوده و پس از آن طی اقدامی جهادی همه دست‌به‌کار شده و آنقدر کله و پاچه در شکم رئیس کردند که بالاخره کلسترول بالا او را از کار برکنار کرد.

۵- کافی است یک بار پای درددل بزرگان فامیل بنشینید. اگر بزرگ‌تری، محبوب فامیل باشد اول بدبختی اوست، حرف‌ها و سخن‌ها آغاز می‌شود، حسادت‌ها و... که چرا خونه کمال می‌ری خونه من نمیای؟ چون ما نداریم سفره آنچنانی بندازیم خونه ما نمیای؟ آره آقاجون؟... خلاصه اینکه تصمیم می‌گیرند خانه همه بروند. و این به اینجا ختم نمی‌شود، بدون اینکه توجه کنند، بابا این بزرگوار قند دارد، هزار جور پرهیز دارد، ولی چون خاله اختر مرغ سوخاری درست کرده ما سه جور غذا درست کنیم... دستی دستی بزرگ‌تر فامیل را راهی بیمارستان می‌کنند.

۶- طی تحقیقات دریافته‌ایم که بیشترین چشم و همچشمی‌ها و حسادت‌ها در عروسی‌هاست. از مادر عروس گرفته تا مادر داماد، همه اهل این وصلت درگیر هستند تا به همه بفهمانند ما از همه سر هستیم... ابتدا مادر داماد: «هرجور شده باید برای امیر زنی بگیریم که از اون دختره بالاتر باشه، دختره نیومده دل همه رو برده، ۱۱۰ تا هم مهرش بوده تازه با اون همه جهیزیه! عروسی هم حتماً باید تو کاخ بگیریم. نشینن بگن اینا نداشتن و گدا بودن...» و حالا مادر عروس: «امسال که دیگه سکه از مد افتاده همه رو دلار مهر می‌بندن، دختر جاری من مهریه‌اش یک میلیون یورو بوده، ما باید از اونا بالاتر باشیم، آرایشگاه و آتلیه هم حتماً باید معروف و بالای شهر باشه. شمسی جون هم که می‌گفت چهار تا تکه از جهیزیه را انداخته گردن داماد. ما باید حداقل ۱۰ تا تکه بگذاریم به عهده خودشون. عروسی هم باید هتل بگیرن. ۱۱ جور غذا که تا حالا کسی تو هیچ عروسی ندیده باشه...»

حالا عروس خانم و آقا داماد بمانند که چه حسادت‌ها و چشم و همچشمی‌هایی دارند... امیدواریم به خوشبختی هم کمی فکر کنند.

۷- مورد داشته‌ایم مادری نگران ازدواج دخترش بوده و چون دختر خواهرش ازدواج کرده، چشم و همچشمی کرده و به اولین خواستگار، دختر خود را شوهر داده، سرانجام این ازدواج بدون تحقیق هم، دادگاه و طلاق بوده است.

۸- برخی از این چشم و همچشمی‌ها جالب و البته تأسف‌بار هم است؛ مورد داشته‌ایم مادرشوهری فوت کرده و پنج عروس داشته است؛ در مراسم ختم ایشان کافی بود یکی از عروس‌ها گریه کند، عروس‌ها یکی پس از دیگری غش کرده‌اند تا به مردم بفهمانند چقدر ایشان را دوست داشتند. یا پیشی می‌گیرند در اینکه فردای شب تدفین آن مرحومه، به طرق مختلف خواب او را دیده‌اند؛ اولی مادر جان را شبیه یک کفتر چایی پشت پنجره دیده، دومی دیده است که نزد قدیسانی بوده و او را غسل می‌دادند، که ناگهان عروس سومی از راه می‌رسد با طبقی از نارنگی که خواب مادر را دیدم گفته من هوس نارنگی کردم! از عروس چهارمی خبری نیست! پس از پرس‌وجو متوجه می‌شوند رفته است قبرستان و غافل از اینکه عروس آخری خواب‌به‌خواب غش کرده و او را برده‌اند بیمارستان، به هوش که آمده فقط تکرار کرده: مادر را در خواب دیدم گفته: فقط تو محرم اسرار منی!

۹- پسر آبجی اعظم دانشگاه آزاد قبول شده است و فامیل به وی تبریک گفته‌اند. بیچاره حسام را به میز تحریرش بسته‌اند و او را در اتاق محبوس کرده‌اند تا سال بعد کنکور با رتبه بالا آن هم رشته پزشکی، نه آنچه خودش علاقه دارد، قبول و چشم همه را کور کند!

۱۰- بعضی‌ها هم انگار مرض دارند؛ فلانی تصادف کرده بینی‌اش شکسته، پزشک وی خواسته در کنار رسالتش بیزینسی هم کرده باشد، بینی او را عمل زیبایی می‌کند، حالا یک عده برای عید، بینی و گونه که هیچ، کلاً پوست صورت خود را عوض کرده‌اند، تا کسی جرئت عرض اندام نکند.

۱۱- بنده خدایی راه می‌رفت، افتاد و سر زانوی شلوار لی ایشان پاره شد، تا کنون میلیون‌ها نفر به‌خاطر چشم و همچشمی لباس‌های خود را تکه تکه کرده‌اند تا بگویند تو در مدگرایی عددی نیستی!

۱۲- کاش این چشم و همچشمی‌ها، حسادت‌ها، حسرت خوردن‌ها، در دیانت و عبادت آدم‌ها بود، در اینکه چه کسی حسن خلق بیشتری دارد، در اینکه همه رشک ببرند به خوب بودنمان.

یک عده عادت دارند هرطور شده حتی به دروغ خودشان را از همه بالاتر جلوه دهند. ابتدا همسر خود را مأمور می‌کنند تا از خانم‌های فامیل بپرسد: شما تو عروسی کادو چی می‌دین؟ ماشین چی خریدین؟ چی می‌پوشین و... بعد از کسب اطلاعات، آقایان نیز در این امر مهم عملیات را آغاز می‌کنند