

دست نگه دارید

به زندگی خود ادویه نزنید

دستور طبخش را عوض کنید

فاطمه جم راد



انتشارات عابدی

۱۳۹۴

شابک ۹۷۸-۶۰۰-۵۷۲۱-۵۵-۳

شابک

۳۵۸۶۰۴۱

شماره کتابشناسی ملی

دست نگه دارید، به زندگی خود ادویه نزنید!!
دستور طبخش را عوض کنید!! / فاطمه جم راد.

عنوان و نام پدیدآور

رشت: عبدی، ۱۳۹۳.

مشخصات نشر

۱۹۸ ص: ۹/۵ × ۱۹ س م.

مشخصات ظاهری

راه و رسم زندگی

موضوع

خودسازی

موضوع

۱۵۸/۱

رده ملی دیویی

BF ۶۳۷/۲ ج ۸ ۱۳۹۳

ده بندی سکره

جم راد، فاطمه، ۱۳۵۰ -

سرشناسی

فیفا

وضعیت مهر ثبت نویسی



انتشارات عبدی

عنوان کتاب: به زندگی خود ادویه نزنید!!

نویسنده: فاطمه جم راد

ناشر: انتشارات عبدی

چاپ و صحافی: توکل

طرح جلد: مهدی کاس نژاد

نوبت چاپ: اول

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۵۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۷۲۱-۵۵-۳

مرکز نشر و پخش: رشت، صندوق پستی ۱۶۷۴-۴۱۶۳۵ انتشارات عبدی

تلفن: ۲۲۳۳۱۵۹ نمابر: ۲۲۴۴۲۹۶ همراه: ۰۹۱۱۳۳۲۶۲۴۱

www.abdipublishing.com

abdipub@gmail.com

مقدمه

سال‌هاست در بین مردم زندگی می‌کنم و چون هر انسان، زادگاهم و مردم را دوست دارم. همیشه به ارتباط انسان‌ها، با همه‌ی شادی‌ها و رنج‌هایش اندیشیده‌ام.

سال‌ها به لحاظ اهل قلم بودنم، به مطالعه‌ی ادبیات، تاریخ، داستانی و حقیقی پرداختم و مدت‌های طولانی شاد و غمگین ۲۰ سال در کلاس‌های درس و کارگاه‌های ادبی داستان نویسی با زبان مخاطب با آنها به گفتگو نشسته‌ام و در ده سال اخیر چند جلد کتاب شعر و داستان نوشتم.

شعر و داستان، توصیف قسمتی از زندگی یا بیان یک حس انسانی به زبانی ادبی و خیال‌انگیز است.

امروز، دلم می‌خواهد با یکایک شما بخوانم عزیزم به زبانی ساده از تجربیاتم حرف بزنم. پس با هر چه دارم و با همه‌ی عشقم به شعر زیستن، این کتاب را می‌نویسم.

اما بهتر زیستن به تنهایی، امکان‌پذیر نیست و آرامش من به طرز معجزه آسایی با شادی شما عزیزانم پیوند خورده است.

شاید برایتان اتفاق افتاده باشد، گاهی می‌خواهید
دوستان از پشت پنجره‌ی چشمان شما به زندگی
نگاه کند و او نیز چون شما از زیباییِ باغچه‌ی زندگی
اتان لذت ببرد.

این کتاب را برای آن دسته از فراگیران و هنر
جویانم که دوست دارند در کارگاهی راجع به زندگی
با آنها حرف بزنم و برای شما که می‌خواهید
همیشه در دلتان آرامش و شادی داشته باشید
می‌نویسم.

من فاصمه جم‌رادی با تخلص رها، افتخار می‌کنم
که هم وطن ایرانی شما هستم.
این اثر، دریچه‌ی نگاه من به زندگیست، امیدوارم
وقتی از پنجره‌ی چشمان من به دشت‌ها چشم
می‌دوزید، هم نفس اقاکیا و رازی شود.

چشم و دلتان روشن.

ف. جم‌رادی (رها)