

به نام خدا

نور خورشید در سرتاسر سال

تایما کسرت

منیثره نصیری

سرشناسه : کونرت، تانیا Konnerth, Tania

عنوان و نام پدیدآور : نور خورشید در سرتاسر سال / تانیا کونرت؛ مترجم منیژه نصیری.

مشخصات نشر : تهران: اشجع، ۱۳۹۲.

مشخصات ظاهری : ۲۰۸ ص

شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۲۶۱۳-۶۵-۶

وضعیت فهرست نویسی: فیا

پادداشت : عنوان اصلی : Sonnenschein ein ganzes jahr

موضوع : پادداشت‌ها، طرح‌ها و غیره.

موضوع : راه و رسم زندگی — کلمات قصار

شناسه افزوده : نصیری، منیژه، ۱۳۵۸ - مترجم

رده بندی دیویی : ۸۰۸/۸۸۲

رده بندی کنگره : ۱۳۹۰ / ۳۲ / ۶۰۹۵ PN۶۰۹۵

شماره کتابشناسی ملی : ۲۴۷۹۶۴۳



انتشاران اشجع

نور خورشید در سرتاسر سال

نویسنده: تانیا کونرت

مترجم: منیژه نصیری

ناشر: اشجع

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

چاپ: اول ۱۳۹۲

قیمت: ۲۵۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۶۱۳-۶۵-۶

تهران، مجیدیه شمالی، خیابان برادران محمودی، کوچه امید، پلاک ۱

تلفن: ۲۲۵۲۰۷۰۲ / دورنگار: ۲۶۳۰۰۶۶۸

مقدمه

هر صبح یک روز تازه به ما هدیه می‌شود. اما اغلب اوقات متوجه موقعیتی که داریم نمی‌شویم، حتی به‌ندرت به آن اهمیت می‌دهیم. واقعا تا چه اندازه مایلیم با زندگی روزانه‌مان روبه‌رو شویم؟ و تا چه حد می‌خواهیم در زندگی روزانه‌مان تمرکز داشته باشیم؟

زندگی فراز و نشیب زیادی دارد. هر روز با یک مبارزه طلبی جدید روبه‌رو می‌شویم، هر روز اتفاقات تازه زیبا و گاه ناخوشایندی برای‌مان پیش می‌آید که موجب شگفتی ما می‌شود. بهترین حالت این است که خود را در جریان زندگی قرار دهیم. وقتی اتفاقاتی که برای‌مان پیش می‌آید را بپذیریم، نه تنها بهترین کار را انجام داده‌ایم، بلکه مثل این است که با آگاهی کامل از وقوع آن، مسئله را پذیرفته‌ایم. سال‌هاست که صبح‌هایم را با برنامه‌ای کوچک شروع می‌کنم. ابتدا چند لحظه به اتفاقات روز قبل

فکر کرده، سپس شروع به نوشتن می‌کنم. مثلاً یک شعر یا جمله‌ای کوتاه می‌نویسم. سعی می‌کنم در نوشته‌هایم حال و هوای آن لحظه را که سپری می‌کنم یا چیزی که مرا به هیجان آورده است، نشان دهم.

همه مطالب این کتاب، همان دست‌نوشته‌های برنامه صبحگاهی‌ام هستند. آرزو دارم افکارم شما را در طول سال همراهی کند و برای‌تان هیجان‌آور و الهام‌بخش باشد.

شاید هوس کنید و خودتان دست به کار شوید و روزتان را با نوشتن چند خط شروع کنید. مطمئن هستم که در آن زمان از زیادی حرف‌هایی که برای گفتن دارید، متعجب خواهید شد.

تایا کثرت

