

ناخوانده

با عشق زندگی کنید زمانی که احساس
تمبور درماندگی و یا تنهایی می کنید

مؤلف

لیزا ترکورسن

مترجم

النا صابونی

سرشناسه	ترکیورست، لیزا، ۱۹۶۹ - م.
عنوان و نام پدیدآور	TerKeurst, Lysa ناخوانده: با عشق زندگی کنید زمانی که احساس کمبود، درماندگی و یا تنهایی می کنید/ مولف لیزا ترکورست؛ مترجم النا صابونی.
مشخصات نشر	تهران: آرنا، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	۲۷۶ ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۳۵۶-۵۹۱-۳
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	Uninvited : living loved when you feel less than, left out, and lonely, [
موضوع	تنهایی -- جنبه های مذهبی -- مسیحیت
موضوع	Loneliness -- Religious aspects -- Christianity
موضوع	طرد (روان شناسی) -- جنبه های مذهبی -- مسیحیت
موضوع	Rejection (Psychology) -- Religious aspects -- Christianity
موضوع	بان مسیحی -- زندگی مذهبی
موضوع	Christian women -- Religious life
شناسه افزوده	صابونی، النا، ۱۳۶۷ - مترجم
رده بندی کنگره	۹۷/۱۳۰۱۴۹۱: ۲۴/ت
رده بندی دیویی	۴۸
شماره کتابشناسی ملی	۶۱۱۸۱۷



نشر آرنا

عنوان	: ناخوانده
موضوع	: با عشق زندگی کنید زمانی که احساس کمبود، درماندگی و یا تنهایی می کنید
مؤلف	: لیزا ترکورست
مترجم	: النا صابونی
ناشر	: آرنا
طرح جلد	: مهرداد کنعانی
چاپ	: اول ۱۳۹۶
شمارگان	: ۱۰۰۰ نسخه قیمت: ۱۶۰۰۰ تومان
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۳۵۶-۵۹۱-۳

سخنی از مترجم

خواننده عزیز،

هنگامی که شروع به خواندن این کتاب کردم فکر ترجمه کردنش را در سر نداشتم، اما هرچه بیشتر در عمق متون آن پیش می رفتم احساس صمیمیتی وجودم را فرا می گرفت که قرار دادنش در اختیار شما هم زبانان عزیز را جزیی از وظیفه ام دانستم. همزمان با خواندن کتاب دائماً خودم را بجای نویسنده نمی می کردم تا منظورش را بهتر درک کنم. نویسنده این کتاب زیبا چنان قلربا و صمیمی دارد که براحتی توانستم با او و نوشته هایش ارتباط برقرار کنم.

مطمئناً همه ما لحظاتی برایمان پیش آمده که تجربه طرد شدن و نادیده گرفته شدن در اجتماع و یا کسی میار نزدیکترین افراد زندگیمان را داشته باشیم. در چنین مواقعی برخی افراد همان تحت تأثیر این جریان منفی قرار می گیرند که گاهاً ادامه زندگی برایشان غیر ممکن به نظر میرسد. به عقیده نویسنده چنین احساسات دردناکی عموماً ریشه در گذشته انسان ها دارد و بهترین شکل التیامش در وهله اول یافتن آن نقطه آسیب دیدن و قبول کردنش است. البته که اینگونه مسائل و اتفاقات در زندگی هر کسی اجتناب ناپذیرند اما به لطف نویسنده در قالب این کتاب خواهیم توانست از آسیب های احتمالی این احساس ناخوشایند ناخواندگی در طول زندگی تا حد ممکن ایمن باشیم و آن را به عنوان جزیی از تجربه شخصیمان در جهت بهبود سطح کیفی زندگی به کار ببریم.

نویسنده این کتاب از پیروان حقیقی حضرت مسیح بوده و منش مذهبی اش کاملاً در این کتاب مشهود است. اگرچه که بیشتر داستان هایی که در این اثر نقل شده برگرفته از کتاب الهی و مقدس مسیحیت می باشد اما چنان تأثیر شگرفی در مورد حقانیت خدا به خواننده القا می کند که این تفاوت مذهبی از نظر خواننده اصلاً به چشم نمی آید. جدا از مسائل معنوی هدف اصلی از خلق چنین اثری کمک به انسانیت است و بازسازی و ترمیم روح برادری که قربانی چنین احساسات منفی شده اند را در درجه اول اهمیت قرار داده.

مخاطب اصلی این کتاب را بیشتر زنانی از جنس خودم تشکیل می دهند؛ هرچند که این جنسیتی در این مورد را شخصاً بیهوده میبینم چرا که هر کسی در زندگی جدا از مرد با زن بودنش قطعاً با چنین مشکلاتی دست و پنجه نرم کرده و مورد آزار این تیر دردناک قرار گرفته است. از همین رو امیدوارم بتوانم در جهت این معنای نبودی سهمی هرچند کوچک داشته باشم.

از این طریق هم فرصتی پیدا می کنم تا از هر سه جانب بانم بابت تمام حمایت ها و کمک هایش در طول انجام این ترجمه تشکر ویژه کنم. همچنین از پدر و مادر دلسوزم که قطعاً بدون حضور آنها و زحماتی که در این مرحله برایم کشیده اند انجام این امر امکان پذیر نبود.

دوستدار شما

النا صابونی زمستان ۱۳۹۵

فهرست

- فصل اول: ترجیح میدهم صداقت را نادیده بگیرم..... ۹
- فصل دوم: پرسش هایی که باید در نظر بگیریم..... ۱۹
- فصل سوم: خانمی در باشگاه ورزشی هست که از من متنفر است..... ۳۷
- فصل چهارم: تنها در یک اتاق شلوغ..... ۵۴
- فصل پنجم: سلام، نام من مشکلات مربوط به اعتماد است..... ۶۷
- فصل ششم: فروپاشی ها در روابط دوستانه..... ۸۲
- فصل هفتم: زمانی که هنجارمان را از ما می دزدند..... ۹۰
- فصل هشتم: تجربه های اصلاحی..... ۱۰۶
- فصل نهم: چرا احساس طرد شدن اینقدر آزار دهنده است؟..... ۱۲۲
- فصل دهم: موفقیت او من را تهی نمی کند..... ۱۳۹
- فصل یازدهم: ده نکته که هنگام طرد شدن باید به یاد داشته باشید..... ۱۴۹
- فصل دوازدهم: نقشه دشمنان در تاسما..... ۱۷۱
- فصل سیزدهم: معجزه به هنگام آشفتگی..... ۱۸۷
- فصل چهاردهم: گذشتن از میان این یأس..... ۲۰۱
- فصل پانزدهم: می خواهم فرار کنم..... ۲۱۹
- فصل شانزدهم: چیزی که فکر می کردم درمان دردم است، نبود..... ۲۳۳
- فصل جمع بندی: زندگی کردن با من چگونه است؟..... ۲۴۱
- ارزیابی: زندگی کردن با من چگونه است؟..... ۲۵۲
- نکاتی که نمی خواهم فراموش کنید..... ۲۶۶