

تقدیم به تمام دخترانی که رویای بهترین بودن
را در سر می پرورانند
و تقدیم به تمام زنانی که به من کمک کردند تا
به این کتاب برسم. که به شما کمک کند تا بهترین
نسخه خودتان باشید.

بهترین خودت باش

ایلین ولش
سوسن موسوی



سرشناسه	راترو، ایلین، ۱۹۸۶- م.
عنوان و نام پدیدآور	بهترین خودت باش / ایلین ولتروت ؛ برگردان سوسن موسوی ؛ ویراستار افسانه رشیدیان.
مشخصات نشر	مشهد: نشر شباناد، ۱۳۹۰.
مشخصات ظاهری	۳۷۵ ص؛ ۱۳/۵ × ۲۱/۵ س.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۸۳۹۲۷۵-۰
وضعیت فهرست‌نویسی	فیبا
یادداشت	عنوان اصلی: More than enough : claiming culture for who you are (no matter what they say), [2019]
موضوع	روزنامه‌نگاران -- ایالات متحده -- سده بیستم
موضوع	Journalists -- United States -- Biography
موضوع	زنان روزنامه‌نگار سیاه‌پوست آمریکایی -- سده بیستم
موضوع	African American women journalists -- Biography
موضوع	راه و رسم زندگی
موضوع	Conduct of life
شناسه‌ی افزوده	موسوی، سوسن، ۱۳۷۵-، مترجم
رده‌بندی کنگره	PN۴۸۷۴
رده‌بندی دیویی	۰۷۰/۹۲
شماره‌ی کتابشناسی ملی	۶۱۰۳۹۷۷



بهترین خوت باش

ایلین ولتروت

سوسن موسوی

ویراستار: افسانه رشیدیان، سوده خوشدل

طراح جلد: عباس پرچی

چاپ اول، ۱۳۹۹

چاپ اول، سیمان

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰-۸۳۹۲۷۵-۰

حق هرگونه چاپ و انتشار محفوظ است.

۶۹۰۰۰ تومان

مشهد، میدان شریعتی، ابتدای خیابان دانشگاه، کتابخانه

۵۱۳۸۴۳۱۵۷

تهران، خیابان انقلاب، خیابان فخر رازی، گوی فاتحی داریان، پلاک ۲، واحد ۱۰، انتشارات آبان

تلفن: ۰۲۱۶۹۹۵۵۰۱۲ تمایم: ۰۲۱۶۹۴۰۱۶۴۳

@shemshadpub

@Abanbook_store

www.Shemshadpub.ir

کلام مترجم

رومن رولان می گوید: ما در میان صفحات کتاب‌ها در جست‌وجوی خودمان هستیم. کتابی که در دست دارید، یکی از همین کتاب‌های به‌خاطرش آمده؛ کتابی که در هر فصلش ممکن است خودتان را بیابید.

اولییر براتلین ولتروت، نویسنده‌ی خوش‌ذوقی که در سطر به سطر کتاب با زبانی شیوا و گاتاری، پیرین به بیان تجربیات زندگی خود پرداخته است، و برای شخصی که به گامی به خودش و ویژگی‌هایش شک می‌کند، مفاهیم و درس‌های ارزشمندی را به ما می‌کند. چیمایماندا انگوزی آدیچی، نویسنده‌ی توانای نیجریه‌ای در یکی از سبب‌هایش می‌گوید: فرهنگ، مردم را نمی‌سازد؛ بلکه مردم هستند که فرهنگ را می‌سازند. ایلین ولتروت با کار و نویسندگی در مجلات مد و زیبایی، این سخن را ثابت می‌کند. اهمیت بیان این نظرات در آگاهی و اعتماد به نفسی است که به جوانان کم‌سن سال و به‌خصوص افراد رنگین‌پوست در جامعه‌ی آمریکا هدیه می‌شود.

ایلین در هر برگ از این کتاب به ما یادآور می‌شود که ما همان شکلی که هستیم خوب و منحصر به فردیم، به ما یادآوری می‌کند که در مقابل بی‌عدالتی‌هایی که می‌بینیم بایستیم و نظرات خودمان را بیان کنیم. از مسخره‌شدن، عدم پذیرش و متفاوت بودن نترسیم و در نهایت، به ما یادآور می‌شود که متفاوت بودن اتفاق خوبی است، و این مفهوم را می‌رساند که می‌توانیم تغییری در جهان پیرامونمان ایجاد کنیم.