

زنانِ تنها

هنر تنها زندگی کردن

فلورنس فالک

مهدی قراچه‌داغی

www.ketab.ir



انتشارات شباهنگ

■ **سرشناسه:** فالک، فلورنس آرلین. Falk, Florence Arlene. ■ **عنوان و نام پدیدآور:** زنان تنها: هنر تنها زندگی کردن / فلورنس فالک؛ ترجمه مهدی قراچه‌داغی. ■ **مشخصات نشر:** تهران، شباهنگ، ۱۴۰۰. ■ **مشخصات ظاهری:** ۱۸۸ ص؛ ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م. ■ **شابک:** ۴ - ۲۶۶ - ۱۳۰ - ۶۰۰ - ۹۷۸ ■ **وضعیت فهرست‌نویسی:** فیبا ■ **یادداشت:** عنوان اصلی: *On My Own: The Art of Being a Woman Alone*, © 2007 ■ **عنوان دیگر:** هنر تنها زندگی کردن. ■ **موضوع:** زنان مجرد -- روان‌شناسی ■ **موضوع:** Single Woman -- Psychology ■ **موضوع:** زنان مجرد -- نگرش‌ها ■ **موضوع:** Single Women -- Attitudes ■ **موضوع:** روابط زن و مرد ■ **موضوع:** Man-Women Relationships ■ **شناسه افزوده:** قراچه‌داغی، مهدی، ۱۳۲۶. -، مترجم. ■ **رده‌بندی کنگره:** HQ ۸۰۰/۲ ■ **رده‌بندی دیویی:** ۸۴۷۶۱۸۸ ■ **شماره کتابشناسی ملی:** ۳۰۶/۸۱۵۳

This is a Persian Translation of

ON MY OWN

The Art of Being
a Woman Alone

Florence Falk

Translated to Persian By
Mehdi Gharāchedāghi

زنان تنها

هنر تنها زندگی کردن

فلورنس فالک

ترجمه: مهدی قراچه‌داغی

حروف‌نگاری و صفحه‌آرایی فاطمه حبیبی

ویراستار: حمیدرضا بلوچ

گرافیک روی جلد جواد آتشباری

لیتوگرافی زیتون، چاپ نقش ایران، صحافی آذین

چاپ یکم ۱۴۰۰، شمارگان ۱۰۰۰ جلد

شابک ۹۷۸-۶۰۰-۱۳۰-۲۶۶-۴

ISBN 978 - 600 - 130 - 266 - 4

همه‌ی حقوق چاپ و نشر این اثر محفوظ است.



انتشارات شبا‌هنگ

مرکز پخش: خیابان انقلاب، خیابان شهدای ژاندارمری، پلاک ۶۰، تلفن ۶۶۹۶۴۲۳۵-۶

فروشگاه ۱: خیابان انقلاب، روبه‌روی دانشگاه تهران، پلاک ۱۱۹۴، تلفن ۶۶۴۹۱۰۹۸

فروشگاه ۲: خیابان انقلاب، خیابان فروردین، ساختمان ناسران، پلاک ۲۷۳، تلفن ۶۶۹۵۳۶۰۹-۱۰

فهرست



بخش اول	چهره‌های مختلف تنهایی	۹
	فصل اول اگر من یک زن تنها باشم	۱۱
	فصل دوم تنهایی چیست؟	۳۱
	فصل سوم احساس شرم: میراث فرهنگی زنان	۵۱
بخش دوم	تغییر کردن	۷۱
	فصل چهارم بیداری: دوران کودکی	۷۳
	فصل پنجم تالار آینه‌ها: نوجوانی و دوران بلوغ	۱۰۳
بخش سوم	خود اختیاری	۱۳۵
	فصل ششم کنار آمدن با تنهایی	۱۳۷
	فصل هفتم پا به بیرون گذاشتن	۱۵۳
	فصل هشتم برداشت محصول: تنهایی، تقدس و یافتن خویشتن	۱۷۵