

کتاب

م مثل مریم

روایت شکست‌ها، پیروزی‌ها
و تجربیات من از پيله تا پروانگی

مریم پیری

گرمور و طراح چهره،

مربی و مدرس حال خوب و رشد فردی

نشر مانیان

سرشناسه	:	پیری، مریم،
عنوان و نام پدیدآور	:	م مثل مریم: روایت شکست‌ها، پیروزی‌ها و تجربیات من از پيله تا پروانگی / مریم پیری؛ ویراستار علی‌رضا بخشی‌ره خلیل.
مشخصات نشر	:	تهران: مانیان، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری	:	۱۹۸ ص: ۱۴x۵/۲۱/۵س.م.
شابک	:	978-622-310-123-6
وضعیت فهرست‌نویسی	:	فیبا
عنوان دیگر	:	روایت شکست‌ها، پیروزی‌ها و تجربیات من از پيله تا پروانگی.
موضوع	:	پیری، مریم، --- خاطرات
موضوع	:	خاطرات ایرانی --- قرن ۱۴ Iranian diaries -- 20th century
رده بندی کنگره	:	۱۸۸۸۲
رده بندی دیویی	:	۵۵/۹۲۰
شماره کتابشناسی ملی	:	۸۸۶۳۵۲۵



www.Maniyan.ir

021-55138991

0910-431785

تهران

عنوان کتاب:	م مثل مریم
نویسنده:	مریم پیری
صفحه‌آرایی و ویراستاری:	علی‌رضا بخشی‌ره خلیل
نوبت و سال چاپ:	اول/۱۴۰۱
شابک:	۹۷۸-۶۲۲-۳۱۰-۱۲۳-۶
شمارگان:	۵۰۰ نسخه
قیمت:	۱۴۹/۰۰۰ تومان

فهرست

- ۸ ----- مقدمه
- ۱۴ ----- بخش اول | دوران خوش کودکی
- ۲۴ ----- بخش دوم | ازدواج
- ۴۸ ----- بخش سوم | حس خوب مادر بودن
- ۶۲ ----- بخش چهارم | تلنگر
- ۷۲ ----- بخش پنجم | داستان یک قتل
- ۹۲ ----- بخش ششم | استقلال مالی
- ۱۲۲ ----- بخش هفتم | جدایی
- ۱۳۲ ----- بخش هشتم | تهیه ملزومات زندگی
- ۱۵۶ ----- بخش نهم | مشکلات مالی
- ۱۷۲ ----- بخش دهم | تولد دوباره
- ۱۹۳ ----- سخن پایانی
- ۱۹۴ ----- سپاسگزاری

مقدمه

زنانی که خود را باور دارند، می‌دانند که اگر تصمیم بگیرند، قادر به انجام هر کاری خواهند بود. این زنان دارای یک زیبایی درونی هستند. در توانایی و عزم یک زن که مسیرش را بدون تسلیم شدن در برابر موانع طی می‌کند، شکوه و زیبایی وجود دارد. در زنی که اعتمادبه‌نفسش از تجربه‌ها نشئت می‌گیرد و می‌داند که می‌تواند به زمین بخورد، خود را بلند کند و ادامه دهد، یک زیبایی وجود دارد وصف‌نشدنی...



تا حالا از خودت پرسیدی زندگیت دقیقاً همون چیزیه که می‌خواستی؟ و اینکه چقدر از خواسته‌هات محقق شدن؟ یاد بگیر توی زندگیت هدف و خواسته‌های واضح و مشخصی داشته باشی.

همیشه سعی کن خودت رو تو آینده، یعنی وقتی که به خواسته‌ها و اهدافت رسیدی، ببینی. هرروز و هرشب انقدر اینکار رو تکرار کن تا باور کنی که به خواسته‌هات می‌رسی.

برای رسیدن به اهداف، نیاز نیست کارای عجیب و غریب انجام بدی، فقط کافیه قدم‌های کوچیکه ولی متوالی برداری. یادت باشه که باید بزرگ فکر کنی، ولی کوچیک شروع کنی. قدم‌های کوچیک تو رو به همه‌ی خواسته‌هات

می‌رسونه. تنها کسی که می‌تونه جلوی تو رو بگیره، خودتی! هیچ دشمنی بیرون از تو وجود نداره. تنها کسی که می‌تونه بهت کمک کنه هم خودتی! هیچ دوستی بیرون از تو وجود نداره.

همه چیزایی که تو برای رسیدن به هدفت می‌خوای، همین الان پیشته. پس منتظر نباش تا همه شرایط مهیا بشه که بعدش حرکت کنی؛ چون هیچ وقت این اتفاق نمیفته. اگه حرکت کنی، همه چیز خوب و عالی می‌شه. اگه حرکت کنی، شرایط فراهم می‌شه. باور کن و از همین امروز شروع کن. روزی به صفحه کتاب بخون. روزی سی دقیقه پیاده‌روی کن. روزی بیست دقیقه با حضور قلب مباحث کن. یادت باشه هیچ کس کامل نیست. تو همین الانم فوق‌العاده‌ای. تو همین الانم بهترینی. خودتم می‌دونی که اگه تا به حال با ایمان حرکت می‌کردی، چیزی بیشتری رو به دست می‌آوردی؛ ولی همیشه دنبال بهونه و توجیه هستی. اگه حرکت می‌کردی، اگه گام‌های کوچیک ولی متوالی برمی‌داشتی تا الآن شاید به کتاب خوب نوشته بودی، به آهنگ خوب ساخته بودی و یا به تخصص خوب به دست آورده بودی.

خیلی از افراد ایمانشون رو از دست دادن؛ اونا حرکت نمی‌کنن، اونا خودشون رو باور ندارن، اونا خدا رو باور ندارن، اونا به دنبال رشد و پیشرفت نیستن، اونا شغلی دارن که اصلاً دوستش ندارن. اونا با کسانی ارتباط دارن که همیشه باعث ضعفشون می‌شه، ولی بازم ارتباطشون رو حفظ می‌کنن.