



سرشناسه :	بہاور، مینا، ۱۳۷۷ -
عنوان و نام پدیدآور:	یکی داره نگات می کنه/ نویسنده مینا بہاور.
مشخصات نشر:	تہران: نشر بارسا
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۸۶۳۷-۱۲-۷
وضعیت فهرست نویسی:	فیپا
موضوع:	راہ و رسم زندگی
موضوع:	Conduct of life
موضوع:	موفقیت
موضوع:	Success
موضوع:	راہ و رسم زندگی - شوخی‌ها و بذلہ‌گویی‌ها
موضوع:	Conduct of life - Humor
ردہ بندی کنگرہ:	BF۶۳۷ / ر۲ ب۹ ۱۳۹۶
ردہ بندی دیویی:	۱۵۸/۱
شماره کتابشناسی ملی:	۴۸۶۹۶۹۸



انتشارات بارسا
مینا بہاور
حامد شہبازخان
hamed shahbazkhan.com

نگار خسروی
۱۰۰۰ نسخه
اول/ بہار ۱۳۹۸
۲۵۰۰۰۰ ریال

ناشر
نویسنده
طراح جلد و صفحہ آرا
مدیر اجرایی
تیراژ
نوبت چاپ
قیمت





...فهرست...

- ۶..... "يك مقدمه خودمانی"
- ۱۰..... "اگه شرایط رو دوست نداری"
- ۱۲..... "اگه راه موفقیت رو بلد نیستی ۱"
- ۱۳..... "اگه راه موفقیت رو بلد نیستی ۲"
- ۱۵..... "اگه روزهای زندگیت تکراریه"
- ۱۸..... "اگه نیاز به شروع دوباره داری"
- ۲۰..... "اگه انگیزه برای زندگی نداری"
- ۲۲..... "اگه با هدف ت فاصله داری"
- ۲۴..... "اگه به نتیجه گرفتن امید نداری"
- ۲۶..... "اگه از حرف زدن توی جمع میترسی"
- ۲۹..... "اگه خیلی میخوابی"
- ۳۱..... "اگه بهت گفتن کارهات بچه گونه هست"
- ۳۳..... "اگه مدام منتظر معجزه هستی"
- ۳۴..... "اگه درگیر انتخاب کردی"
- ۳۶..... "اگه فکر میکنی اراده معنا نداره"
- ۳۸..... "اگه دیگران قدر تو رو نمی دونن"
- ۳۹..... "اگه آدم های دیگه برات بی ارزشند"
- ۴۱..... "اگه مشکلات زندگیت زیاد شده"
- ۴۲..... "اگه با احساسات بازی شده"
- ۴۴..... "اگه حوصله تلاش کردن نداری"
- ۴۶..... "اگه کسی ایرادات رو بهت گفت"
- ۴۸..... "اگه دختری"
- ۵۰..... "اگه زمان زیادی بیرون از خونه ای"
- ۵۲..... "اگه امکانات به درد نخوره"
- ۵۴..... "اگه با خودت دعوا داری"
- ۵۶..... "اگه ناراحتی که به آرزوهات میخندن"
- ۵۹..... "اگه آدم مغروری هستی"
- ۶۱..... "اگه آدم ترسویی هستی"
- ۶۳..... "اگه از همه جا بریدی"





"يك مقدمه خودمانی"

نمی دونم ایرانی هستی یا خارجی، نمی دونم ثروتمندی یا فقیر، نمی دونم خانمی یا آقا اما می دونم آدم ویژه ای هستی، بهتره بگم هر کسی که يك كتاب رو بر میداره تا وقتش رو با اون پر کنه يك آدم ویژه هست؛ پس حالا تو که انقدر ویژه هستی به حرف های من گوش کن!

من درست توی زمانی که روزهای زندگیم شب می شد و شب های زندگیم روز شروع کردم به نوشتن کتابی که از ته قلبم ایمان داشتم یه روزی این كتاب دنیا رو میتركونه، كتابی که میتونه با آدم ها حرف بزنه، باهاشون درد و دل کنه و به حرف های اونا هم گوش بده، هنوز شروع به نوشتن این كتاب نکرده بودم که عاشقش شدم روزایی رو میدیدم که یه پسر بچه توی یه روستای دور افتاده، ناامید از همه جا زانوی غم بغل کرده و بعد كتاب من مثل یه سوپرمن میاد و نجاتش میده؛ بارها و بارها به این فکر کردم که شاید خواننده كتاب من یه دختر توی يك خونه ی خیلی بزرگ و زیبا باشه که از راحتی زیاد دیگه همه چیز براش تکراری شده و فکر میکنه زندگی پوچه،



Notes



اون وقت لازمه که پستی کتاب من رو تو صندوق پست خونه اونا بندازه تا این کتاب مثل یه شاهزاده ی رشید با یه اسب سفید اون دختر رو از دست دیو پلید نا امیدی نجات بده. 🐎 این وسط یه چیزی بد جور قلقلکم میداد، اونم دنیایی بود که ما جوون ها بدجوری بهش وابسته شدیم، همون دنیایی که بهش میگویند دنیای مجازی 🖥️، خیلی از ماها صبح قبل از اینکه چشممون رو باز کنیم صفحه موبایل رو روشن میکنیم و شب آخرین چیزی که میبینیم همون صفحه ی دوست داشتنی هستش؛ وقتی دیدم تو انقدر بهش وابسته هستی و هر روز باهاش سر و کله میزنی، پس منم صفحه های این کتاب رو شکلی طراحی کردم که تو دوست داری. 😊 از طرف دیگه هیچ وقت یادت نره که اون خدایی که بالا سر ماست داره بهمون نگاه میکنه تا ببینه ما با هدیه ای که بهمون داده و به اسم وقت می شناسیمش چی کار میکنیم، پس حواست رو خوب جمع کن که هدیه اش رو هدر ندی و یادت باشه "یکی داره نگات میکنه" اینم از اسم کتاب 📖 شاید حق هر جوونی این باشه که شاد زندگی کنه اما شادی واقعی وقتی به دست میاد که آدم حس مفید بودن بهش دست بده. 🌟





حالا وقتشه ویژگی‌هایی که این کتاب رو از بقیه کتاب‌ها متفاوت کرده، برات بگم:

● اول این که این کتاب مدل پرسش و پاسخ طراحی شده، یعنی تو می‌تونی از توی فهرست اون سوالی که ذهنت رو مشغول کرده رو پیدا کنی بعد بری صفحه مربوط بهش رو بخونی. 😊

● دوم این که توی خیلی از صفحه‌های این کتاب تلاش کردم یه داستان یا ماجرا یا موضوع جدیدی رو که تا حالا توی ذهن هیچ بشری جز من نیومده رو پیدا کنم و بنویسم آخه برای ما آدم‌ها شنیدن یا خوندن قصه خیلی جذابه. 😊

● سومین ویژگی که شاید بشه گفت مهمترین ویژگی هم هست، اینکه منم یکی هستم درست مثل خودت پس خیلی راحت می‌تونی با من و نوشته‌های من عجین بشی، من درکت میکنم می‌دونم خوندن کتاب‌های روانشناسی قدیمی خیلی حوصله سر بره، میدونم توی اون کتابا پر از جمله‌های قلمبه سلمبه است که ممکنه تو نتونی باهاش



Notes



ارتباط برقرار کنی. پس من به زبون خودت اونا
رو ساده توضیح میدم اصلاً نگران نباش. 🤔

● چهارم هم کوتاه بودن متن های این کتابه
که به تو اجازه میده توی وقت های سوخته ات
ازش استفاده کنی؛ این ویژگی توی دنیای
امروزی یکی از بهترین کاربردهاست. 🕒

● پنجمین ویژگی هم اینه که تو اگه هزار بار این
کتاب رو خونده باشی برای بار هزار و یکمی هم که
بخونی باز به تویه ایده ی جدید میده، اگه باورت
نمیشه خُب امتحان کن. 🤖 راستی شما
می تونید سوال ها و دغدغه های خودتون رو به من
بگید، خدا رو چه دیدی شاید جلد دوم این کتاب
رو از روی مشکلات شما به صورت مستقیم نوشتم
اینم آدرس ایمیل من ➡ Bahavarmina@gmail.
com و در آخر ازت ممنونم که از من حمایت کردی و
کتابم رو خریدی، امیدوارم منم با نوشته هام بتونم از
تو دوست خوبم حمایت کنم. 🌹🌹🌹

"مینا بهاور"

