

یک فنجان آسایش

برای زندگی بهتر و شادابی بیشتر

کالین سل

محمد رضا حبیبی



سرشناسنامه : سل، کالین : *Sell, Colleen*
 عنوان و نام پدیدآور : یک فنجان آسایش برای زندگی بهتر و شادابی بیشتر
 مؤلف کالین سل، مترجم محمدرضا حبیبی
 مشخصات نشر : تهران: پل، ۱۳۹۱
 مشخصات ظاهری : ۳۶۸ ص
 شابک : ۹۷۸۹۶۴-۲۳۳-۱۵۶-۷
 وضعیت فهرستویی : فیبا
 یادداشت : عنوان اصلی: *A cup of comfort for a better word: stories that celebrate those who give, care, and volunteer c2010*
 موضوع : راه و رسم زندگی
 شناسنامه افزوده : سل، کالین، ویراستار
 شناسنامه افزوده : *Sell, Colleen*
 شناسنامه افزوده : حبیبی، محمدرضا، مترجم
 ده بن کنگ : BJ۱۵۹۷/۸۴ ۱۳۹۱
 رده بندی بربر : ۱۵۸/۱۲۸
 شماره کتابشناسی ملی : ۲۸۴۳۱



www.polbook.ir

انتشارات پل

یک فنجان آسایش برای زندگی بهتر و شادابی بیشتر

نویسنده: کالین سل

مترجم: محمدرضا حبیبی

ویراستار: مینو تهمتن زاده

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۳۳-۱۵۶-۷

شمارگان: ۵۰۰ نسخه نوبت چاپ: اول ۱۳۹۴

مرکز پخش: انقلاب، خیابان لبافی نژاد، بین خیابان دانشگاه و فخررازی

پلاک ۱۷۴، طبقه دوم، واحد ۴

تلفن: ۶۶۴۶۹۶۰۸ - ۶۶۹۷۲۸۱۸ - ۶۶۴۷۶۵۸۳

قیمت: ۱۸/۵۰۰ تومان

«کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر برای ناشر محفوظ می باشد»

فهرست مطالب

۷	سخنی با خوانندگان
۱۱	سپاس و قدردانی
۱۵	تو برایم خواب خریدی
۲۵	همان گونه که می توانی
۳۱	من همیشه برای تو وقت دارم
۳۷	فراوانی فرشتگان
۴۳	درمان با جوجه پلاستیکی
۴۹	اگر ما کم بخوریم آنها بیشتر خواهند خورد
۵۹	شیرین ترین هدیه
۶۵	محل زندگی جادو
۷۳	قلب گشاده
۸۱	آمرزش و بخشش
۸۹	آن سوی درس و مدرسه
۹۵	تعمیر شیر آب و درمان روح و روان
۱۰۱	امروز، اندکی تغییر، فردا انسان دوستی
۱۰۹	میراث

۱۱۹	دندان
۱۲۷	اندیشه بشر دوستی
۱۳۳	گشاده دستی دوست و دشمن نمی شناسد
۱۳۹	چهره‌ای در پشت روسری
۱۴۵	گدگویی زبانه‌دان
۱۵۱	درد سنگریزه
۱۵۷	بچه به بچه
۱۶۵	قهرمانان
۱۷۱	دو صد گفته نیم کردار نیست
۱۸۱	تن پوش
۱۸۷	واحه‌ای از امید در آشفته آزار دهنده
۱۹۳	سپاسگزاری
۱۹۹	اعانه
۲۰۷	بخشش نابخشودنی
۲۱۳	دنیایی بهتر با پنجاه دلار یا کمتر
۲۱۹	کفش‌های لیلا
۲۲۹	فرشته نگهبان
۲۳۵	قطره قطره جمع گردد
۲۴۱	شمارش
۲۵۱	منطقه آسودگی
۲۵۷	پایان شب سیه سفید است
۲۶۵	صرفه جویی، خساست نیست
۲۷۵	نیازی به دارو نیست
۲۸۱	بابائونل واقعی

- ۲۸۹ مهربانی بادکنکی
- ۲۹۷ هدایای تغذیه و پناهگاه
- ۳۰۵ شیرجه در آب
- ۳۱۳ سعادت بیشتر در بخشیدن است
- ۳۲۱ نگهبان همسایه
- ۳۲۷ رحمت بر حیوانات
- ۳۳۵ جاده نیکوکاری
- ۳۴۳ بی لافگی
- ۳۴۹ دهکده‌ای ساخته شده از رنگ و رويا
- ۳۵۹ انجام کارهای کوچک با عشقی عظیم

■ سخنی با خوانندگان

«کالی سل» دوازه بر این باور بوده است که قدرت داستان می‌تواند با روح ما پیوندی ناگسسته داشته و الهام بخش همگان گردد.

عشق او به قصه و رایت در دوران کودکی، توسط مادرش به او الهام شد و به این دختر جوان کمک کرد تا بعدها بتواند با فراهم آوردن گلچینی از قصه‌های معنوی انسان‌های گمنام ولی عاشق، از سرار جهان، به ویرایش کتاب‌هایی اهتمام ورزد که همچون بافته‌ای زیبارازشمنند، تار و پود و روح و قلب خوانندگان را در نوردد و برای همگان نوید، عشق آرامش و آسایش باشد.

مجموعه داستان‌هایی که در کتاب‌های «یک نفر را آسایش» ویرایش یافته است، او را به عنوان باغبانی می‌نمایاند که در فراز و نشیب زندگی با پرورش درختان زیبا و شکوهمند و گل و گیاهان خوشبو و معطر، زندگی سرشار از شادی و غم انسان‌ها را به گونه‌ای دیگر ورق می‌زند. اینگونه کتاب‌ها برده از اسراری عمیق و احساساتی گرانبه‌ر می‌دارند که همچون رازی مقدس بین افراد خانواده ریشه دوانده است. اسراری زیبا و ارزشمند که همچون رمزگشایی از پیام‌های معنوی در زندگی انسان‌ها باعث غنا و سرشاری آن می‌شود و بر استحکام رابطه‌ها و پیوندها می‌افزاید.

در اینجا میل دارم به بازگشایی یکی از این پیام‌ها به صورت خلاصه اشاره کنم:

هنگامی که برای نخستین بار دست به جمع‌آوری داستان‌های پیاپی در کتاب‌های دنباله دار «یک فنجان آسایش» زدم، منظور و هدفی جز انجام کاری زیاده و غیرخواهانه نداشتم.

در نزد خویش در این اندیشه بودم که گردآوری مجموعه‌ای پیوسته از داستان‌های سرگرم‌کننده و آموزنده می‌تواند نور امیدی را در قلوب خوانندگان برافروزد و روح آنها را به پرواز درآورد.

بر این باور بوده‌ام که در میان گذاشتن داستان خویش با دیگران نه تنها برای خواننده مفید است، بلکه قصه‌گو نیز از آن بهره‌مند خواهد شد و در این اندیشه‌ام که کارهایی از این دست، هم رزنده است و هم شایسته تحسین. چیزی که درک آن برایم کمی مشکل بود، این مسئله بود که این کارها در رابطه با مردم تا چه اندازه می‌توانست ارزشمند باشد و به مقدار آرامش و لذت برای همگان و خودم به ارمغان بیاورد.

در حقیقت هنگامی که سلسله داستان‌های «یک فنجان آسایش» برای نخستین بار راهی بازار شد، احساس ناامیدی و اندوه دلم به طوری که هیچ چیز نمی‌توانست آرامش را به من بازگرداند. ولی چیزی نگذشت که توجه شدم از طریق همین داستان‌های کوتاه واقعی که هر کدام تجربه‌ای از زندگی دیگران و خود ماست می‌توان به زندگی انسان‌ها عمق و بُعد جدیدی بخشید. قصه‌هایی که روح مرا در بر گرفتند و الهام‌بخش شدند. قصه‌هایی که در آن پدرها، مادرها، فرزندان و همه و همه حرف دل خود را بازگو نموده و تلخ و شیرین زندگی خود را در آنها به تصویر می‌کشند.

کتاب‌هایی که در آن پند و اندرزهای سودمند پدران و مادران به

فرزندان‌شان هدیه می‌شود و پدران و مادران به تکیه‌گاهی قابل اعتماد برای دختران و پسران تبدیل می‌شوند. داستان‌هایی که پرده از اسراری عمیق و احساساتی زیبا در رابطه با انسان‌ها برمی‌دارد و روابط ساده و عشق بی‌چون و چرای مردمان را به تصویر می‌کشد.

www.ketab.ir