

آرامش

کارن کیسی

محمد ستایش مطلق

www.ketab.ir



سرشناسه: کیسی، کارن، ۱۹۲۹ - م
عنوان و نام پدیدآور: آرامش / کارن کیسی (ترجمه) محمد ستایش.
مشخصات نشر: تهران: ایوسا.
مشخصات ظاهری: ۹۶ ص.
پادداشت: عنوان اصلی:
موضوع(ارانش ذهنی - جنبه های مذهبی - مدی تیشن
شئیه افزوده ستایش، محمد مترجم
رده بندی کنگره: ۱۳۹۰ / ۹ / ک / ۶۳۷/۵۵ BL
رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱۳۸
شماره کتابشناسی ملی: ۲۳۶۱۵۰۲



نام کتاب: آرامش
نویسنده: کارن کیسی
مترجم: محمد ستایش مطلق
صفحه آرای و طرح جلد: مریم غفوری
چاپ: فرشویه
صحافی: منصوری
نوبت چاپ: اول: ۱۳۹۰
تیراژ: ۲۲۰۰ نسخه
بها: ۲۰۰۰ تومان
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۱۳۸-۴۹-۸

آدرس: تهران، خیابان انقلاب، جنب سینما سپیده، کوچه اسکو، پلاک ۱۲، طبقه همکف
تلفن: ۶۶۹۶۳۰۳۵ - ۶۶۴۶۴۵۷۷

liusa@nashreliusa.com
www.nashreliusa.com
www.dorsabook.com

پست الکترونیکی:
سایت اینترنت:
فروش الکترونیکی:

پیشگفتار

به نظر می‌رسد برای بسیاری از ما دستیابی به آرامش - به علت روبروشدن با چالش‌های بزرگ و رنج‌بردن از مشکلات روزانه، کاری غیرممکن باشد، اغلب اساسی‌ترین نگرانی ما به خاطر آن است که نمی‌توانیم اوضاع را کنترل کنیم یا تغییری ایجاد کنیم. این نگرانی می‌تواند به دلیل مسائل کاری، سلامت یا رفاه شخصی که دوستش داریم، باشد. پرورش حس آرامش امکان‌پذیر است، اگرچه، زمانی که تصمیم بگیریم جدا شویم بر آن کنترلی نخواهیم داشت. جدایی در حقیقت برای بسیاری از ما یک چالش عمیق روحی است، زیرا ما این تصور را داریم که در برابر مشکلات دیگران - که می‌تواند شامل اعضای خانواده، همکاران و همسایگان باشد، و برطرف کردن مشکل آن‌ها مشغول هستیم.

اگر فراموش نکنیم که خدا همراه ماست، می‌توانیم هر روزمان را با نگاه به چشم اندازی روشن آغاز کنیم. حس ترسی که ما در سال‌های گذشته همیشه با آن درگیر بودیم، به این دلیل بود که فکر می‌کردیم تنها هستیم، ما هراس داشتیم که نتوانیم با شرایط مقابله کنیم. اما حالا امید و آرامش داریم، ایمان داریم که همه چیز خوب است و همیشه خوب خواهد ماند؛ زیرا قدرتی برتر، از رگ گردن به ما نزدیک‌تر است.