

انشادات لطیفه

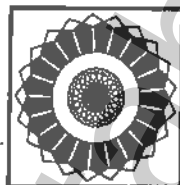
تو بی نظیری!

نوشته‌ی دکتر وین دایر
گریستینا تریسی

ترجمه‌ی اکرم سادات مبرم
سعید امیدوار

ده روشن
برای بروز قابلیت‌ها
و توانایی‌ها





انتشارات امیرکبیر

سرشناسه: دایر، وین دبلیو ۱۹۴۰-م

سرشناسه: Dyer, wayne w.

عنوان و پدید آورنده: توبی نظیری: ده روش برای بروز قابلیت ها و توانایی ها /

نوشته ی وین دایر، کریستینا تریسی؛ ترجمه ی اکرم سادات میرم، سعید امیدوار

مشخصات نشر: تهران؛ لحظه، ۱۳۸۷

مشخصات ظاهری: ۳۶ ص: مصور (رنگی)

شابک: ۲۰۰۰۰ ریال: ۹-۳-۲۹۰۰-۹۶۴-۹۷۸

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی Incredible you ! 10 ways to let your greatness shine through, c 2005

یادداشت: گروه سنی ج

موضوع: آرامش ذهنی

شناسه افزوده: تریسی کریستینا Tracy, Kristina

شناسه افزوده: سیگل ملانی ۱۹۶۱ siegle Melanie تصویر گر

شناسه افزوده: اکرم سادات میرم مترجم

شناسه افزوده: سعید امیدوار مترجم

رده بندی دیویی: ۱۳۸۷/۱۵۸۸د۳۳۷

شماره کتابشناسی ملی: ۱۲۰۳۶۴۷



بی تردید روزی خواهد آمد که آسمان آبی، دنیا در صلح
و همه مهربان و برابر خواهند بود.

نشر لحظه





توبی نظیری!

نوشته‌ی دکتر وین دایر - کریستینا تریسی
ترجمه‌ی اکرم سادات میرم - سعید امیدوار
صلیحه‌ی آرایبی مسعود کتابفروشان
چاپ: صاحب کوثر
صنایعی مومن
شماره‌گان ۳۰۰۰
چاپ اول ۱۳۸۷
قیمت ۲۰۰۰ تومان



شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۹۰۰۰۰۳-۹

دفتر فروش: چهارراه تهرانپارس، ترمینال شرق، شهر کتاب، تلفن: ۷۷۷۰۴۴۳۶ - ۷۷۸۸۸۹۷۲

شرکت انتشارات لحظه، صندوق پستی: ۱۱۶۷۶۵ - ۳۳۷۷

www.lahze-pub.com

تمامی حقوق چاپ و نشر این اثر، در انحصار
شرکت انتشارات لحظه است.

فهرست

- مقدمه ۹
۱. فوبی ها رو تقسیم کن ۱۰
۲. ببین دوست داری چه کاری رو انجام بدی ۱۲
۳. وجودت پر از عشقه ۱۴
۴. با خودت فلوت کن ۱۶
۵. امروزت رو به یه روز بی نظیر تبدیل کن ۱۸
۶. همه ی فکرهات رو با فکرهای فوب عوض کن ۲۰
۷. از خودت مراقبت کن ۲۲
۸. چیزهای رو که می خواهی، توی فکرت شکل بده ۲۴
۹. همه ی آدم هایی نظیر هستند، مخصوصاً تو ۲۶
۱۰. فکرهای فوب، انرژی زا هستند ۲۸
- تو چی فکر می کنی؟ چند سوال برای تو ۳۰

مقدمه

مردت ۳۵ سال هست که برای مردم، کتاب می نویسم تا آنان با غلبه بر همه ی مملودیت هایی که خودشان برای خود به وجود می آورند، به بزرگی ی خودشان پی ببرند. با این که مفاطب های بیش تر کتاب هایم، بزرگ سالان هستند، اما پیام اصلی ی آن از نوزادی به بعد مربوط می شود.

چند سال قبل، کتابی به اسم "ره رمز موفقیت و آرامش درونی" برای بچه های نوجوان خودم نوشتم تا با انجام آن ها زنده گی شاد و رضایت بخشی داشته باشند. در این کتاب، همان ده ایده را برای کوچولو ترها آورده ام. من بر این باورم که مردم، باید آموزش درس های اساسی را برای داشتن یک زنده گی موفق و آرام، از سن و سال پایین شروع کنند؛ در حقیقت، احساس من این است که با خواندن این مطلب ها، هتا برای برای کودکی که هنوز متولد نشده است، دوست داشتی را در او به وجود می آوریم.

تا جایی که به یاد دارم، همواره برای کودکان و نوجوانان کتاب خوانده ام. بزرگ ترین دفترم در سال ۱۹۶۷ و کوچک ترین فرزندم در سال ۱۹۸۹ متولد شده اند، من هشت فرزند و چهار نوه دارم و خواندن کتاب برای آنان در هنگام خواب، موهبتی بزرگ برای من بوده است. دوست دارم همه ی کودکان دنیا با آگاهی به این حقیقت که موهبدهایی مقدس و باور نکردنی هستند، بزرگ شوند؛ این کتاب با همین نگرش نوشته و طراحی شد. در پایان کتاب، چند صفحه را به طرح سوال هایی به هم راه نقاشی اختصاص داده ام. هنگامی که کتاب را برای کودکان خود می خواندم و داستان را با تصویرها و نقاشی ها مطابقت می دادیم، آنان بسیار لذت می بردند شما می توانید فرشته ی کوچک خود را در پاسخ به سوال ها و بیان دیدگاه های خود در رابطه با تصویرهای رنگی و خیالی تر غیب کنید.

دوست دارم این روح های ارزشمند و کوچک که بسیاری از آنان با گوش سپردن به داستان هایم، شادم می کنند، چشم هایشان را ببندند و در مورد خودشان به این حس خوش آیند برسند که هیچ چیز غیر ممکن برای آنان وجود ندارد ناگفته نماند بیش تر فرسند می شوم که کودکان، خودشان این کتاب را برای خواندن برگزینند تا فردی خاص، مثلاً شما، آن را بارها و بارها برای آنان بخواند.

یک دنیا عشق تقدیم به شما
وین دایر