

۱۸۹۴۵۸۲
کامه شربت

به نام ایزد منان



جاسمین وارگا
آیلین آتیک

سرشناسه	وارگا، جاسمین
عنوان و نام پدیدآور	Werga, jasmine
مشخصات نشر: تهران	قلب من و دیگر سیاهچاله ها / تالیف: جاسمین وارگا؛ مترجم: آیلین آتیک؛ ویراستار: محسن چراغ پور
مشخصات ظاهری	تهران: آذرباد، ۱۳۹۷.
شابک	۲۵۰ ص.
وضعیت فهرست نویسی	۹۷۸-۶۰۰-۸۵۳۷-۵۶-۴
یادداشت: عنوان اصلی	فیپا
مبدرجات	my heart and other black holes
موضوع	داستان های نوجوانان آمریکایی - قرن ۲۱
شناسه افزوده	Young adult fiction, American - 21 st century
شناسه افزوده	آتیک، آیلین - مترجم
رده ی کنگره	چراغ پور، محسن - ویراستار
رده بندی دیویی	PZ ۷ / ۴ ق ۸۱۳۹۶
شماره کتاب ملی	۸۱۳ / ۶
	۴۹۴۸۸۲۱



انتشارات آذرباد

عنوان	قلب من و دیگر سیاهچاله ها
تالیف	جاسمین وارگا
مترجم	آیلین آتیک
ویراستار	محسن چراغ پور
ناشر	آذرباد
لیتوگرافی	کارا
چاپ و صحافی	گوهرا اندیشه - صالحانی
نوبت چاپ	اول - تابستان ۱۳۹۷
شمارگان	۵۰۰ نسخه
قیمت	۲۲۵۰۰ تومان
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۸۵۳۷-۵۶-۴

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به ناشر است و هر نوع استفاده بدون اجازه کتبی ناشر ممنوع و قابل پیگرد قانونی خواهد بود.

انتشارات آذرباد: تهران، میدان انقلاب، روبه روی دبیرخانه دانشگاه تهران، مابین خیابان دوازده فروردین و اردیبهشت

جنب انتشارات امیرکبیر، ساختمان ۱۳۲۰، طبقه سوم

تلفن ۶۶۴۹۶۱۲۳ - ۶۶۴۹۵۰۴۸

یادداشت نویسنده

این کتاب را در ژانویه سال ۲۰۱۳ بعد از مرگ یکی از نزدیک ترین دوستانم نوشتم. تاریخ نگارش روزهای زندگی ام بود و با کار کردن روی این کتاب به نوبه ی خود با آن احساسات دست و پنجه نرم کردم. برای من، قلب من و دیگر سیاهچاله ها همیشه داستانی در دهری ما می بوده که شما را درک می کنند. تمام وجودتان را درک می کنند. حتی ترسناک ترین و عجیب ترین جنبه های تان را.

این کتاب در دهری کشان است که وقتی اصلاً انتظارش را نداشتید به عجیب ترین شکل وارد زندگی تان می شوند؛ و همه چیز را عوض می کنند؛ درب روی اهمیت راه دادن این افراد به زندگی تان است تا به شما کمک کنند که دید متفاوتی از خودتان داشته باشید و به قدرت حقیقی، رتبه انسانی پی ببرید.

مسیر بهبودی، طولانی و ادامه دار است. در اکثر موارد، مبارزه علیه افسردگی تا آخر عمر ادامه دارد. می خواهم به آن دسته از شما که با احساساتی مشابه آژ: بومن دست و پنجه نرم می کنید بگویم که هرچقدر هم که احساس گم گشتگی کنید، هیچ وقت تنها نیستید، اگر به خودکشی فکر می کنید یا به آن مثل یک مورد اورژانسی پزشکی برخورد کنید، خواهش می کنم، خواهش می کنم در این مورد با کسی صحبت کنید. مراکز مشاوره ی بسیاری وجود دارند. امیدوارم بتوانید این قدرت را پیدا کنید تا در مورد آنچه در ذهن تان می گذرد حرف بزنید، هرچقدر هم که ترسناک به نظر برسد. صدای ما قدرتمندترین چیزی است که داریم.

آن دسته از شما که ممکن است دوستی داشته باشید که از افسردگی رنج می برد خواهش می کنم از صحبت با آن ها دریغ نکنید. می دانم که ممکن است کمی راحتی نباشد؛ اما حرف زدن در مورد این مسائل به ما کمک می کند تا بتوانیم خجالت و شرمی را که نسبت به داشتن افسردگی و افکار مربوط به خودکشی وجود دارد از بین ببریم. بهترین کاری که می توانید برای دوست تان کنید این است که با آن ها به یک

مشاور صحبت کنید. تشویق آن‌ها به حرف زدن باعث هموار شد مسیر بهبودی‌شان می‌شود.

و در آخر امیدوارم که این داستان شما را یاد کسانی در زندگی‌تان بیندازد که برای‌تان اهمیت دارند. قدرشان را بدانید. با آن‌ها مهربان باشید؛ و به یاد داشته باشید که زندگی، شکننده است. برای شما زندگی پراز اندرژی جنبشی و زیبایی را آرزو می‌کنم.

www.ketab.ir

فهرست

۵.....	یادداشت نویسنده
۷.....	فهرست
۱۱.....	سه شنبه، ۱۲ مارس
۲۱.....	چهارشنبه، ۱۳ مارس
۲۷.....	چهارشنبه، ۱۳ مارس
۳۵.....	چهارشنبه، ۱۳ مارس
۳۹.....	پنج شنبه، ۱۴ مارس
۵۷.....	پنج شنبه، ۱۴ مارس
۷۱.....	جمعه، ۱۵ مارس
۷۷.....	شنبه، ۱۶ مارس
۸۹.....	شنبه، ۱۶ مارس
۹۵.....	دوشنبه، ۱۸ مارس
۱۰۱.....	چهارشنبه، ۲۰ مارس
۱۰۷.....	پنج شنبه، ۲۱ مارس
۱۱۳.....	جمعه، ۲۲ مارس
۱۲۳.....	شنبه، ۲۳ مارس
۱۲۹.....	شنبه، ۲۳ مارس
۱۳۷.....	سه شنبه، ۲۶ مارس
۱۴۳.....	چهارشنبه، ۲۷ مارس
۱۵۱.....	چهارشنبه، ۲۷ مارس
۱۶۵.....	جمعه، ۲۹ مارس
۱۷۱.....	شنبه، ۳۰ مارس
۱۸۱.....	شنبه، ۳۰ مارس
۱۸۷.....	شنبه، ۳۰ مارس
۱۹۷.....	یکشنبه، ۳۱ مارس
۲۰۳.....	یکشنبه، ۳۱ مارس
۲۰۹.....	یکشنبه، ۳۱ مارس
۲۲۱.....	دوشنبه، اول آوریل
۲۲۳.....	دوشنبه، اول آوریل
۲۲۹.....	چهارشنبه، سوم آوریل
۲۳۳.....	پنج شنبه، چهارم آوریل
۲۳۹.....	جمعه، پنجم آوریل
۲۴۵.....	یکشنبه، هفتم آوریل