



یہ سب سے سہولت کے واقعے

شناسنامه

مترجم: محبوبه ساطع، یاشار موسوی

ناشر: نام آوران

شمارگان: ۱۰۰۰

طراح گرافیک: رحیم ثروت

چاپ: بعث

نوبت و سال چاپ: اول / ۱۳۹۰

قیمت: ۴۰۰۰ تومان

مركز پخش: خیابان م، پاساژ قدس، همکف پایین، پلاک ۷۵

تلفن: ۰۲۵-۳۷۷۴۷۴۱۲

تلفن: ۰۲۵-۳۷۷۴۱۴۶۱

هزینه ناشر (تاییدی): ۰۹۱۲۵۵۲۲۶۴۷

نوجوان، پیش به سوی زندگی واقعی

سروش شالان، برین، مارشال، ۱۹۶۱-م.

Brain, Marshall

دکتر واک و نام پانینا آرون، نوجوان پیش به سوی زندگی واقعی // تألیف مارشال، برین؛ ترجمه [محبوبه ساطع، یاشار موسوی.

مشخصات نشر: نام: آوران، ۱۳۹۲.

مشخصات ظاهری: ۱۴۴ ص.

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۹۲۷۳۲-۸-۰

وضعیت فهرست نویسی: فیا

پادکالت: عنوان اصلی: The Teenager's guide to the real world, c1997

موضوع: نوجوانان -- ایالات متحده -- راهنمایی و مهارت های زندگی

موضوع: نوجوانان -- ایالات متحده -- راه به سوی زندگی

موضوع: نوجوانان -- ایالات متحده

شابک افزوده: ساطع، محبوبه، ۱۳۴۲-، مترجم

شابک افزوده: موسوی، سیدفاطمه، ۱۳۶۷-، مترجم

رقم ثبتی: کنگره HQ ۷۹۶/ب ۴۵ ۱۳۹۲

رقم ثبتی: دیگری ۶۴۶/۷۰۰۸۳۵

شماره کتابشناسی ملی: ۳۳۲۸۶۱۱

فهرست

مقدمه | ۸

حقایق انکارناپذیر | بخش اول | ۱۱

شما می‌توانید زندگی‌تان را طراحی کنید | فصل یک | ۱۲

نوجوانان بی‌تجربه | فصل دو | ۱۷

بزرگسالان دنیا را کنترل می‌کنند | فصل سه | ۲۵

از دنیای بزرگسالان باخبر شوید | فصل چهار | ۲۸

با همسالان خود قطع رابطه کنید | فصل پنج | ۳۷

دیدگاه جدید به دست آورید | فصل شش | ۳۹

حقایق درباره‌ی شغل و درآمد | بخش دوم | ۳۹

شما باید شغلی را انتخاب کنید | فصل هفت | ۴۰

تحصیل مهارت یک راه حل برای به دست آوردن شغل خوب است | فصل هشت | ۴۴

کار مورد علاقه‌ی خود را پیدا کنید | فصل نه | ۴۸

با رزومه، مصاحبه‌ها و قواعد آشنا شوید | فصل ده | ۵۴

در نوجوانی مهارت شغلی خود را افزایش دهید | فصل یازدهم | ۵۸

حقایق درباره‌ی عشق و ازدواج | بخش سوم | ۶۲

مردان و زنان با یکدیگر متفاوت اند | فصل دوازدهم | ۶۳

ازدواج برای همیشه | فصل سیزدهم | ۶۶

(فهرست)

حقایق درباره ی موفقیت || بخش چهارم || ۷۴

شما می توانید به خودتان مطمئن باشید || فصل هفتم || ۷۵

شما می توانید یک تصور سطح بالا تولید کنید || فصل نهم || ۸۸

از سطح بالا به موفقیت ها نزدیک شوید || فصل شانزدهم || ۹۳

در سطح بالاتر صحبت کنید || فصل بیستم || ۹۹

حقایق درباره ی نگرش و ارزش || بخش پنجم || ۱۰۴

خیر بر شر پیروز می شود || فصل بیست و یکم || ۱۰۵

یک جراح خوب اخلاقی بسازد || فصل بیست و دو || ۱۱۲

حقایق درباره ی حقایق زندگی || بخش ششم || ۱۲۴

زندگی کوتاه است || فصل بیست و سه || ۱۲۵

چیزهای مادی برای شما شادی نخواهند آورد || فصل بیست و چهارم || ۱۳۴

معنای زندگی || فصل بیست و پنجم || ۱۳۹

■ مادرم با عشق، زندگی را ورق می زد. عکس گیاه
ریحان که از باغچه می چید و نانی خشک که به آب
نرم می شد و سفره ای مملو از دستانی پر اشتها. و من
در صحنه هایی چنین سرشار از زندگی بزرگ شدم. و
نوجوانی را در خانه ای پر از مهر به جوانی رسانیدم. پر
از بوهای نیک، پر از پندارهای خوب. من سرشار از
احساس های تازه و باورهای خام، نوجوانی را پشت
سر گذاشتم و جوانی را و در مانسالی فهمیدم که من
درباره ی زندگی و به واقعیت رسانیدن خود، هیچ
طرحی نداشته ام. مثل همه ی آدم های دور و برم به
خود اجازه دادم که زندگی مرا در آغوش گیرد. و فیه
ی چیزها به طور طبیعی پیش آمد. و درس هایی ساده
را با هشدارهایی سهمگین فرا گرفتم. و زندگی گاه مرا
به چارمیخ کشانید که قوانینش را بیاموزم. این کتاب آن
درس ها و قوانین را به سادگی نان و ریحان سفره ی
مادرم در اختیار تو قرار می دهد.

■ یادت باشد که آدم‌ها می‌آیند، زندگی می‌کنند و می‌روند. و کلمات آنان گاهی عریان هم چون چشم، سنگین چونان دست و درخشان همانند خورشید به سویت می‌آید. و من در کتابی خواندم: اگر شما قانون زندگی را زیر پا بگذارید با مجازات‌های سخت و خشونت‌آمیز روبرو می‌شوید. و در کتابی دیگر خواندم: اغلب ما مجبوریم با آن چه هست، روبرو شویم. با آن چه باید باشد. می‌خواهم این کتاب را بخوانی که بسیار بدانی و در هیاهوی زندگی وقتی با ستارگان در می‌آمیزی، سببی را می‌بینی، یا وقتی اندوهی گلویت را می‌نهد کلماتش را بخاطر آوری.