



راز سایه

توان سرزندگی با تعبیری نو از داستان زندگی

نویسنده: دبی فورده

بازگردان: فرناز فرود

چاپ نخست: بهار ۱۳۸۴

چاپ هجدهم: تابستان ۱۴۰۰

شمارگان تاکنون: ۴۲۲۰۰ نسخه

Ford, Debbie.

فورد، دبی؛ ۱۹۵۵ - ۲۰۱۳م.

راز سایه: توان سرزندگی با تعبیری نو از داستان زندگی / نویسنده: دبی فورد؛ بازگردان: فرناز فرود؛
ویراستار: ریحانه فرهنگي. تهران: حميدا، ۱۳۸۲، کتک آزادگان، حميدا؛ ۱۳۹۵.
۱۶۰ ص.

ISBN: 978-600-7996-06-5

وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا.

The Secret of the Shadow:

عنوان اصلی:

The Power of Owning Your Whole Story, c2002.

چاپ هجدهم: ۱۴۰۰.

موضوع: خودسازی.

فرد، فرناز، ۱۳۳۳ -

بازگردان فرهنگي، ریحانه، ۱۳۴۱ -

رده‌بندی دیویی: ۱۵۸/۱

رده‌بندی کنگره: الف ۱۳۹۵ ۸۶۹ BF۶۳۷

شماره کتابشناسی ملی: ۲۵۹۲۴۹۲



کتاب آزادگان

راز سایه

توان سرزندگی با تعبیری نو از داستان زندگی

ناشر همکار: انتشارات حميدا

نویسنده: دبی فورد

بازگردان: فرناز فرود

ویراستار: ریحانه فرهنگي

حروف‌نگار: هدی توکل‌نژاد

لیتوگرافی: صدف

چاپ: الوان

صفحات: لاری

بخش: گسترش فرهنگ و مطالعات

چاپ هجدهم: ۱۴۰۰

شمارگان: ۱۱۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۹۹۶-۰۶-۵

قیمت: ۲۵۰۰۰۰ ریال

فهرست

بخش یکم

۹ شعا و داستانان

بخش دوم

۳۱ ترکیب بی‌همتای شعا

بخش سوم

۴۳ کاوش داستان عالی و اسرارآمیز شعا

بخش چهارم

۶۱ چرا به داستان خود می‌چسبید؟

بخش پنجم

۷۷ نیروی خود را بی‌ی بگیرد

بخش ششم

۹۲ نیروی فرابند

بخش هفتم

۱۰۷ داستان خود آشتی کنید

بخش هشتم

۱۲۳ زندگی بی‌همتای خود را دریابید

بخش نهم

۱۳۳ خارج از داستان خود زندگی کنید

بخش دهم

۱۴۷ راز سایه