

سیزده کاری که افراد دارای ذهن قوی انجام نمی دهند

قدرتتان را پس بگیرید، تغییر را بپذیرید، با ترسهایتان
روبرو شوید و مغزتان را برای شادی و موفقیت آموزش دهید

نویسنده: ایمی مورین

مترجم: منصور بیگدلی

سیزده کاری که افراد دارای ذهن قوی انجام نمی دهند

قدرتتان را پس بگیرید، تغییر را بپذیرید، با ترس هایتان روبرو شوید و مزتان را برای شادی و موفقیت آموزش دهید

نویسنده: امی مورین

مترجم: منصور بیگدلی

ویراستار: آناز خجسته

طراحی داخلی کتاب: استودیو زاغ - پاسرخزآباد

طراح جلد: کارگاه گرافیک آمار

لیتوگرافی: فرانتش

چاپ و صحافی: کیمیا

چاپ سوم، تابستان ۱۴۰۰

نوبت چاپ: چهارم، زمستان ۱۴۰۰

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۶۵۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۲۹-۷۲-۸

حق چاپ محفوظ است.

سرشناسه: مورین، امی

Morin, Amy

عنوان و نام پدیدآور: سیزده کاری که افراد دارای ذهن قوی انجام نمی دهند، قدرتتان را پس بگیرید، تغییر را بپذیرید، با ترس هایتان روبرو شوید و مزتان را برای شادی و موفقیت آموزش دهید، نویسنده امی مورین، مترجم منصور بیگدلی، ویراستار آناز خجسته.

مشخصات نشر: تهران: تهران، بهار سن ۱۳۹۹.

مشخصات فیزیکی: ۲۲۶

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۲۹-۷۲-۸

قیمت فهرس: نویسنده: امی

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۲۹-۷۲-۸
13 things mentally strong people don't do: take back your power, embrace change, face your fears, and train your brain for happiness and success

سرشناسه: کاتباند

عنوان دیگر: قدرتتان را پس بگیرید، تغییر را بپذیرید، با ترس هایتان روبرو شوید و مزتان را برای شادی و موفقیت آموزش دهید.

عنوان دیگر: ۱۳ کاری که افراد موفقند انجام نمی دهند.

موضوع: خودسازی

Self-actualization (Psychology)

موضوع: پرورش ذهن

Mental discipline

شابک افزوده: بیگدلی، منصور، ۱۳۵۶ - مترجم

بده بندی کنگره: BF۶۴۷

بده بندی دهوی: ۱۵۸/۱

شماره کتابشناسی ملی: ۷۲۲۲۱۷



تهران، خیابان انقلاب،
خیابان ۱۲ فروردین، کوچه
بهشت‌آیین، پلاک ۱۰
تلفن: ۰۳-۲۲۶۲۹۰۱
کدپستی: ۱۳۱۶۹۶۳۹۹۳
پست الکترونیک:
info@baharesabz.ir
@baharesabzpub

این کتاب ترجمه‌ای است از

13 things mentally
strong people don't
do:

take back your power,
embrace change,
face your fears, and
train your brain for
happiness and success

۷
۸
۱۰
۱۹
۲۵
۲۲
۶۲
۸۲
۱۰۰
۱۲۰
۱۳۹
۱۵۶
۱۷۲
۱۹۲
۲۰۸
۲۲۷
۲۴۱
۲۵۹
۲۶۲

تمجیدهایی از این کتاب

پیش‌گفتار مترجم

پیش‌گفتار

_____ قدرت ذهنی چیست؟

_____ با تأسف خوردن برای خودشان زمان را هدر نمی‌دهند

_____ از قدرتشان دست نمی‌کشند

_____ از تغییر پرهیز نمی‌کنند

_____ روی چیزهای خارج از کنترلشان، تمرکز نمی‌کنند

_____ نگران راضی کردن همه نیستند

_____ از خطرپذیری‌های حساب‌شده نمی‌ترسند

_____ در گذشته نمی‌مانند

_____ یک اشتباه را بارها تکرار نمی‌کنند

_____ از موفقیت دیگران نمی‌رنجند

_____ پس از اولین شکست، تسلیم نمی‌شوند

_____ از زمان تنهایی نمی‌ترسند

_____ احساس نمی‌کنند که دنیا چیزی به آن‌ها بدهکار است

_____ انتظار نتایج فوری ندارند

_____ نتیجه‌گیری | حفظ قدرت ذهنی

_____ درباره‌ی نویسنده

پیش‌گفتار مترجم

وقتی کتاب سیزده کاری که زنان دارای ذهن قوی انجام نمی‌دهند با استقبال شما عزیزان روبه‌رو شد، تصمیم گرفتیم کتاب قبلی ایمی مورین را هم بررسی کنیم و به‌راستی این عنوان نیز بسیار آموزنده است؛ چنان‌که هنگام ترجمه اثر پیش‌رو، بخش‌هایی از آن را در صفحه اینستاگرام @mansbigdeli منتشر کردم. به‌گمان من کتاب‌های روان‌شناسی، که براساس تجربیات شخصی نویسنده و مراجعین وی نوشته می‌شوند، بسیار کاربردی و تأثیرگذار هستند و سیزده کاری که افراد دارای ذهن قوی انجام نمی‌دهند هم از این قاعده مستثنا نیست. بنابراین هر کس می‌خواهد زندگی مطمئن‌تر، اعتماد‌به‌نفس‌بیشتر، ناراحتی و اضطراب کمتر داشته باشد، باید آن را بخواند.

عنوان این دو کتاب بسیار شبیه به هم است. به همین دلیل، مقایسه‌ای بین این دو اثر انجام دادم. از این‌رو، در عین حال که می‌تواند مکمل هم باشند، فصل مشترک یا تکراری ندارند.

امیدوارم از خواندن این کتاب هم لذت ببرید. به‌امید روزهای بهتر و روشن‌تر

و به امید این‌که فرهنگ غنی‌مان را بازسازی و کتابخوانی را هم در آن نهادینه کنیم.

ارادتمند همه عزیزان

منصور بیگدلی

آبان ۹۹

برای ارتباط مستقیم، دسترسی به مطالب بیشتر، بریده کتاب‌ها و همچنین سفارش مستقیم کتاب، از طریق اینستاگرام، تلگرام و ایمیل یا هو در ارتباط باشید:

@mansbigdelli

minivanam.com