

۱۴۰۱/۱۱/۱۸

دانشگاه آزاد

۳۴۴

تصمیم گرفتم خودم باشم

نویسنده: کیم سو هیون

www.ketab.ir

مترجم: فریماه بیابانی



سرشناسه	: کیم، سو هیون Kim, Soo-Hyun
عنوان و نام پدیدآور	: تصمیم گرفتم خودم باشم/ نویسنده کیم سو هیون : مترجم فریماه بیابانی : ویراستار و نمونه خوان فریناز بیابانی.
مشخصات نشر	: تهران: دانش آفرین، ۱۳۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۲۰۰ ص.: صورت: ۱۲/۵ × ۲۱/۵ سم.
شابک	: 978-622-98530-6-1
وضعیت فهرست نویسی	: قیفا
یادداشت	: عنوان اصلی: I decided to live as me.
موضوع	: خودشناسی
موضوع	: Self-perception
موضوع	: راه و رسم زندگی -- جنبه های روانشناسی
موضوع	: Conduct of life -- Psychological aspects
موضوع	: نگرش (روانشناسی)
موضوع	: (Attitude) (Psychology)
شماره افروده	: بیابانی، فریماه، ۰۱۳۷۰ مترجم
رده بندی کنگره	: BF۶۳۷
رده بندی دیویی	: ۱۵۵/۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۵۰۳۶۸
اطلاعات رکورد کتابشناسی	: قیفا

۶۶۹۱۲۱۲۰ - ۶۶۹۱۲۱۲۱ (۰۲۱)
۸۸۹۹۵۱۸۱ - ۸۸۹۹۵۱۸۲ (۰۲۱)
۰۹۱۲۴۷۰۰۲۳۹ - ۰۹۱۲۴۷۰۰۲۳۹

انتشارات
دانش آفرین



تهران، ابتدای آزادی، ابتدای جمالزاده جنوبی، کوچه دانش، پلاک ۲، واحد ۲

عنوان: تصمیم گرفتم خودم باشم

ناشر: دانش آفرین

نویسنده: کیم سو هیون

مترجم: فریماه بیابانی

ویراستار و نمونه خوان: فریناز بیابانی

طراحی و صفحه آرایی: غزاله بنه ئی

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۰

نوبت ویرایش: اول

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۶۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۸۵۳۰-۶-۱ ISBN: 978-622-98530-6-1

مقدمه

وقتی فکرش را می‌کنم، همیشه آدم کنجکاوی بوده‌ام. حتی وقتی مدرسه می‌رفتم، هر بار معلم از من کاری می‌خواست، دلیلش را می‌پرسیدم. دیگران فکر می‌کردند قصد نافرمانی دارم اما واقعا می‌خواستم علت را جویا شوم. سوال نپرسیدن و جواب ندادن، برای من کار بسیار سختی بود.

وقتی بزرگتر شدم، ناگهان خود را بی ارزش و درمانده یافتم. سن مبهمی بود و اعتبار و مهارت‌هایم همه درهم و نامعلوم بودند. آدم آشفته‌ای بودم که چیزی برای خود و تضمین آینده‌ام نداشتم. چه چیزی مرا تا این حد درهم و آشفته کرده بود؟

آن زمان فکر می‌کردم عمل اشتباهی را مرتکب شده‌ام. رشته اشتباهی را انتخاب کرده بودم؟ در سال‌های تحصیلم در دانشگاه، به اندازه کافی درس نخوانده بودم؟ شغلم را به اندازه کافی تحمل نکرده بودم؟ اما هرچه فکر کردم، یادم نمی‌آمد کار اشتباهی کرده باشم. البته من هم به سهم خودم، اشتباهاتی داشتم و احساس سردرگمی کرده‌ام اما مگر آزمون و خطا، بخش طبیعی

زندگی ما نیست؟

درست همان طور که در حرف‌های معلم کنجکاوی می‌کردم و به دنبال دلیل و علت می‌گشتم، دلم می‌خواست بدانم چرا کسی که کار اشتباهی انجام نداده است، تا این حد حس بی‌ارزشی می‌کند.

طی آن دوره، کتاب‌های زیادی خواندم - نه به خاطر اینکه به خواندن علاقه داشتم - چون می‌خواستم بدانم چرا حس بی‌ارزشی می‌کنم، چرا کافی نیستم و احساس پوچی دارم.

در نهایت به این نتیجه رسیدم که حتی اگر جهان برای وجود من ارزشی قائل نیست، من به خود احترام می‌گذارم و این برای زندگی با عزت نفس کافی است. این کتاب هم دلیل حس بی‌ارزشی من است و هم پاسخی است به چیزهایی که این حس را در من به وجود آوردند. دوست دارم فکر کنم با نوشتن این کتاب، به خوانندگانم حس راحتی و گرما می‌دهم حتی اگر خیلی دوام نیاورد. اما از ته قلبم آرزو می‌کنم این حس کمی بیشتر با آن‌ها بماند.

می‌خواهم به کسانی که در این دنیای بی‌تفاوت، مثل من خودشان را به خاطر هیچ و پوچ سرزنش می‌کنند، بگویم که ما هیچ کار اشتباهی انجام نداده ایم. عیبی ندارد اگر خودمان باشیم و اعتماد به نفس داشته باشیم.