

معجزه

کار با آینه

www.ketab.ir

لوئیزی

نویسنده پرفروش ترین کتاب نیویورک تایمز شفای زندگی

۹۷۸-۹۶۲-۷۸۱۸-۱۷۸-۱۷۰۱۰
۹۷۸ ۹۶۲ ۷۸۱۸ ۱۷۸ ۱۷۰۱۰

فیبا

سرشناسه: هی، لوئیز ال، ۱۹۲۶ - ۲۰۱۷ م. Hay, Louise L.
عنوان و نام پدیدآور: معجزه کار با آینه/لوئیز هی؛ مترجم فاطمه اسماعیلی
مشخصات نشر: قم: بام سبز، ۱۴۰۱. مشخصات ظاهری: ۱۱۲ ص؛ ۵/۲۱×۵/۱۴ س.م.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۶۶۶۸-۹-۰

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: ۲۰۱۶، ۲۱ days to heal your life, Mirror work

موضوع: خودپذیری Self-acceptance عزت نفس Self-esteem

خودسازی Self-actualization (Psychology)

شناسه افزوده: اسماعیلی، فاطمه، ۱۳۷۴ - مترجم

رده بندی کنگره: BF۵۷۵ رده بندی دیویی: ۱۵۸ شماره کتابشناسی ملی: ۹۰۴۸۶۳۶

شناسنامه

نام کتاب: معجزه کار با آینه

نویسنده: لوئیز هی

مترجم: فاطمه اسماعیلی

ویراستار: علی پابوسی پاپکیاده

ناشر: بام سبز

صفحه آرا: زرین گراف

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۱

تیراژ: ۲۰۰ نسخه

چاپخانه: آریا

قیمت: ۸۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۶۶۶۸-۹-۰

مرکز پخش

آدرس: قم - بلوار سمیه - کوچه ۲۶ - پلاک ۸

۸۷ ۷۱ ۵۱۵ ۹۳۹ / ۸۷ ۷۱ ۵۱۵ ۹۱۲

هفته اول..... ۸

- روز اول (به خود عشق بورزید) ۸
 روز دوم (با آینه دوست شوید) ۱۲
 روز سوم (بر گفتگوهای درونی خود نظارت داشته باشید) ۱۶
 روز چهارم (خود را از گذشته رها کنید) ۲۰
 روز پنجم (عزت نفس خود را شکل دهید) ۲۵
 روز ششم (دیگر خود را سرزنش نکنید) ۳۰
 روز هفتم (به خودتان عشق بورزید: مروری بر هفته اول) ۳۵

هفته دوم..... ۳۹

- روز هشتم (به کودک دروستان عشق بورزید- بخش اول) ۳۹
 روز نهم (به کودک درون خود عشق بورزید- بخش دوم) ۴۳
 روز دهم (بدن‌تان را دوست بدارید، درد هایتان را شفا دهید) ۴۹
 روز یازدهم (داشتن احساس خوب در رها کردن خشم است) ۵۴
 روز دوازدهم (بر ترس خود غلبه کنید) ۵۹
 روز سیزدهم (هر روزتان را با عشق آغاز کنید) ۶۵
 روز چهاردهم (به خودتان عشق بورزید: مروری بر هفته دوم) ۷۰

هفته سوم..... ۷۴

- روز پانزدهم (خود و تمام کسانی که به شما آسیب زدن را ببخشید) ۷۴
 روز شانزدهم (روابط خود را بهبود دهید) ۸۰
 روز هفدهم (بدون استرس زندگی کنید) ۸۴
 روز هجدهم: از سعادتی که به سوی شما می‌آید استقبال کنید ۸۹
 روز نوزدهم (به زندگی سپاسگزارانه نگاه کنید) ۹۶
 روز بیستم (کار کردن با آینه را به کودکان‌تان بیاموزید) ۱۰۱
 روز بیست و یکم (حالا خودتان را دوست بدارید) ۱۰۶
 کلام پایانی ۱۱۰
 درباره نویسنده ۱۱۲