

دیروز گریستم

درس‌هایی از زندگی و عشق ورزیدن

نویسنده
ایمانلا ونزنت

ترجمه
منصوره وحدتی احمدزاده



تهران - ۱۳۹۴

Vanzant, Iyan

ونزنت، ایانلا

دیروز گریستم: درس‌هایی از زندگی و عشق ورزیدن / نویسنده ایانلا؛ ترجمه: صورتی وحدتی احمدزاده. - تهران: جوانه رشد، ۱۳۹۴.

۳۳۶ ص. ISBN 964 - 7475 - 06 - 3 فهرستنویسی براساس اطلاعات فیپا.

Yesterday I Cried: celebrating the lessons of
living and loving. عنوان اصلی:

۱. راه و رسم زندگی. الف. وحدتی احمدزاده، منصوره، ۱۳۳۴. - مترجم. ب. عنوان. ج. عنوان:
درس‌هایی از زندگی و عشق ورزیدن.

۸۷ د ۹ و ۱۵۸۱ / ۲ / BJ ۱۵۸ ۱۵۸ کتابخانه ملی ایران ۲۸۳۷۳ - ۸۰ م

حق چاپ محفوظ است

د - روزگريستم

درس‌های روان‌شناسی و عشق ورزیدن

نویسنده: اییانا بزنت

ترجمه: منصوره وحشی - مدزاده

نوبت چاپ: دوم، ۱۳۹۴ - شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: آرمانسا



مرکز نشر و پخش کتاب‌های روان‌شناسی و تربیتی

ساختمان مرکزی: خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، خیابان شهدای ژاندارمری، شماره ۴۱،

تلفن: ۶۶۴۰۴۴۰۶

فروشگاه: خیابان انقلاب، روبروی سینما بهمن، خیابان منیری جاوید، شماره ۷۲،

تلفن: ۶۶۴۱۰۲۶۲، ۶۶۴۹۸۳۸۶، ۶۶۴۹۷۱۸۱

فهرست مطالب

۷	مقدمه مترجم
۹	دیروز ریستم
۱۳	شروع
۲۵	فصل اول
۴۷	فصل دوم
۶۷	فصل سوم
۷۹	فصل چهارم
۹۹	فصل پنجم
۱۱۵	فصل ششم
۱۲۵	فصل هفتم
۱۳۱	فصل هشتم
۱۴۱	فصل نهم
۱۵۳	فصل دهم
۱۷۱	فصل یازدهم
۱۸۵	فصل دوازدهم
۲۰۳	فصل سیزدهم
۲۳۳	فصل چهاردهم

۲۴۷	فصل پانزدهم
۲۵۹	فصل شانزدهم
۲۷۹	فصل هفدهم
۳۱۱	فصل هیجدهم
۳۲۷	فصل نوزدهم

www.ketab.ir

مقدمه مترجم

زندگی رنج آور است.

زندگی جانکاه است.

زندگی جانگداز است.

هیچ دوره از زندگی دور از دشواری و تلاش نیست.

هیچ چیز ارزشمندی بدون پرداخت بها به دست نمی آید؛

با این حال باید آسوده داد؛

باید عزم راسخ داشت.

در این صورت قطعاً دوران خوش در پیش خواهد بود.

اگر پیوسته در جستجو باشیم، سی در تریکی

قطعاً هدایت خواهیم شد.

اگر با نیروهای اهریمنی مبارزه کنیم، به در قیمت که تمام شود، قطعاً پارسایی در

بر خواهد داشت.

«دنگ مینگ داو»

ایمانلا ونزنت نویسنده آمریکایی افریقایی تبار در محله بروکلین نیویورک متولد

شده و مانند تمام هم‌نژادهایش دوران کودکی و نوجوانی دشواری را گذراند. اما

همین مشکلات و فشارهای اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی سبب جهشی در اندیشه

و نتیجتاً زندگی وی شده است. چنانچه می‌گوید: «من خود را از قعر جهنم به گوشه‌ای

از بهشت کشانده‌ام.» با این وجود اذعان دارد که هنوز کارش تمام نشده و هنوز در

حال یادگیری و تزکیه نفس است. او معتقد است یادگیری بخشی از زندگی است و در

هیچ دوره از زندگی تهذیب، رشد و یادگیری متوقف نمی‌شود. البته این بدان معنا نیست که همیشه در انسان نقصانی وجود دارد که باید آن را برطرف کرد، بلکه بدین معناست که انسان هرگز به مرحله‌ای نمی‌رسد که نیاز به بهبود و رشد نداشته باشد. ایپانلا رمز موفقیت خود را در جستجوی روح خویش، بازنگری آلام و دستیابی به جا‌گاهی که در آن قرار داشته و سرانجام تلاش برای رسیدن به جایگاهی که منظرش بوده، می‌داند. او معتقد است که توانایی انجام تمامی این مراحل را با حس نیرری خداوندی در خود یافته است. کتاب دیروز گریستم خود نگاشت نویسنده است. ایپا لاضم تعریف هر دوره از زندگی خود تحلیلی برای رویدادهای رخ داده و عملکردهای حساس، و اطرافیان ارئه می‌کند. بی‌گمان هر خواننده‌ای در بخش‌هایی از کتاب تابیه بین تجربیات خود و رخدادهای زندگی نویسنده خواهد یافت. هر بخش کتاب مسائل، راه‌ها، خاصی از زندگی را در بر دارد و با خواندن آن، ذهن به‌طور طبیعی به تفکر برانگیخته می‌شود.

ایپانلا و نزنن تحصیلات تکمیلی خود را در رشته حقوق به پایان رسانده است و در حرفه مشاوره سال‌ها کار کرده است. کتب زنده در زمینه روان‌شناسی و مشاوره از وی به چاپ رسیده که چند نمونه آن ذکر می‌گردد:

"In the Mean Time", "Acts of faith", "Don't give it away", "Value In the Vallev", "The spirit of a man", "One day my soul just opened up.

نویسنده جوایز بی‌شماری به‌سبب تألیفاتش دریافت کرده و کتاب «دیروز گریستم» او برنده جایزه ادبی انجمن ملی رنگین‌پوستان آمریکا شده است.

در خاتمه وظیفه خود می‌دانم از استاد ارجمند جناب آقای دکتر دیداری که از راهنمایی‌های بی‌دریغ ایشان بهره‌مند بوده‌ام و از دوست بسیار عزیزم خانم زهره صفا به خاطر هدیه ارزنده‌اش «کتاب دیروز گریستم» و همچنین از زحمات گروه انتشارات رشد تشکر و قدردانی کنم.