

710

۲۷۲

مغزو

به نام خدا

مردان سَمی

ده روش برای تشخیص و حل
مشکلات با مردانی که زندگی مان را خراب کرده اند

نویسنده: لیلیان گلاس

Glass, Lillian

سرشناسه: گلاس، لیلیان، ۱۹۵۲ - م
عنوان و نام پدیدآور: مردان سمی / نویسنده لیلیان گلاس؛ مترجم شیرین یزدانی.

مشخصات نشر: قم: ارمغان گیلار، ۱۳۹۷.

مشخصات ظاهری: ۲۷۲ ص.

۴۰۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: اختلاف بین اشخاص

موضوع: سازگاری

موضوع: دشنام‌گویی

موضوع: ارتباط بین اشخاص

شناسه افزوده: یزدانی، شیرین، ۱۳۵۶، مترجم

رده بندی کنگره: ۱۳۹۶ BF۶۳۷ ۵۸ الف

رده بندی دیویی: ۲۰۱۵۸

شماره کتابشناسی ملی: ۵۰۴۶۴۹

نام کتاب: مردان سمی

نویسنده: لیلیان گلاس

مترجم: شیرین یزدانی

ویراستار: علی سلیمانی

ناشر: ارمغان گیلار

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۷

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

چاپخانه: آسمان

قیمت: ۴۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۸۷-۶۲۲-۹۹۹۴۸-۳-۲

کلیه حقوق C برای ناشر محفوظ است

armaghanegilar@gmail.com

۰۹۱۲۳۵۱۲۵۵۰ / ۰۲۵ - ۳۷۸۳۷۵۵۸

فهرست مطالب

- ۴ مقدمه
- ۴ دلیل نوشتن این کتاب چیست؟
- ۶ چه کسانی از مردان سمی آسیب می‌بینند؟
- ۶ چگونه این کتاب می‌تواند به شما کمک کند؟
- ۷ بخش اول
- ۸ فصل اول

مقدمه:

زنان بسیاری امروزه با مردان سمی قرار ملاقات می‌گذارند، با آنها ازدواج می‌کنند، در کنار آنها زندگی می‌کنند و با آنها یا برای آنها کار می‌کنند. اما یک مرد سمی چه کسی است؟ مرد سمی کسی است که باعث می‌شود یک زن احساس بدی در مورد خودش داشته باشد. او باعث می‌شود که زن احساس حقارت کند. او از این زن حمایت نمی‌کند و باعث بدبختی آن زن می‌شود.

بیشتر زنانی که با مردان سمی رابطه دارند، در روابطشان با مشکل روبه‌رو می‌شوند. آنها می‌ترسند در روابطشان با مردان سمی تغییر ایجاد کنند و یا نمی‌دانند از کجا باید تغییر در روابطشان را شروع کنند. هدف از نوشتن این کتاب این است که شما بتوانید به راحتی به ریشه‌ی این مشکل پی ببرید. با آن کنار بیایید و به طور کامل از شر مرد سمی که زندگی شما را ویران کرده است، خلاص شوید.

شایان ذکر است که این کتاب برای محکوم کردن مردان نیست، بلکه به شما قدرت می‌دهد که دیگر قربانی دست آنها نباشید. دیگر ضرورتی ندارد در سکوت خود رنج ببرید. شما حق انتخاب دارید.

دلیل نوشتن این کتاب چیست؟

من در سال ۱۹۹۵ کتاب پرفروش آدم‌های سمی را نوشتم و در آن ده روش مؤثر را معرفی کردم که بتوانید با افرادی که زندگی شما را خراب کرده‌اند کنار بیایید. این کتاب اکنون بسیار محبوب است و مانند یک کتاب مرجع شده تا بتواند به افراد بسیاری کمک کند تا ترس‌های سمی‌شان را شناسایی کرده و با

آنها کنار بیایند. این اولین کتابی بود که به خوانندگان آن اجازه می‌داد بفهمند ضرورتی ندارد همیشه یک قربانی باقی بمانند و یا در تنهایی خودشان رنج بکشند. وقتی آنها می‌فهمند چه طور با کسی که باعث بدبختی‌شان شده است، کنار بیایند، راه‌های فرار بسیاری پیش روی خودشان خواهند دید.

به خاطر محبوبیت این کتاب و محبوبیت راه‌هایی که من برای آموزش افرادی که از آدم‌های سمی آسی دیده‌اند، معرفی کرده‌ام، با کمال تواضع باید بگویم که امروزه واژه‌ی آدم‌های سمی و مردان سمی جزئی از واژگان رسمی ما شده است. حتی خواننده‌ی مشهوری به نام بریتنی اسپیر آوازی با عنوان آدم‌های سمی خواند که برنده‌ی جایزه‌ی گرمی شد. مردم از نقاط مختلف جهان وقتی کتاب آدم‌های سمی مرا می‌خوانند و سخنرانی‌های مرا گوش می‌کنند و برنامه‌های تلویزیونی مرا تماشا می‌کنند، ماجراهای زندگی خودشان را برایم تعریف می‌کنند و معمولاً به من گزارش می‌کنند که چگونه این برنامه‌ها زندگی آنها را دچار تحوّل کرده است. آنها دیگر احساس نمی‌کنند جزئی از زنجیره‌ی احساسی درد هستند و مجبورند فرد سمی که جزئی از سرنوشتشان شده است را تحمّل کنند. آنها اکنون راه‌حل‌های بسیاری پیش روی خودشان دارند.

سال‌های متمادی، بعد از خواندن هزاران نامه و ایمیل و صحبت کردن با مراجعان و مخاطبان بسیاری بعد از جلسات مشاوره و سخنرانی‌هایم، به این نتیجه رسیدم که بسیاری از سوالات و نظرات آنها مربوط به زنانی است که روابطی صمیمی، عاشقانه و حتی روابط کاری با مردانی دارند که از نظر آنها سمی می‌باشند. این زنان می‌خواستند بدانند که اولاً چرا مردان اینقدر با آنها بدرفتاری می‌کنند و دوم اینکه برای تغییر رفتار مردان چه کاری از دست آنها ساخته است. به همین دلیل این کتاب را نوشتم. چون احساس می‌کردم که زنان به اطلاعات آنها برای کنار آمدن با مردان سمی در زندگی کاری و خانوادگی‌شان نیاز دارند.

چه کسانی از مردان سمی آسیب می‌بینند؟

مردان سمی باعث آزار و اذیت زنان ثروتمند، فقیر، زیبا، زشت، خوش‌اندام، چاق، لاغر، قدبلند و قدکوتاه می‌شوند. آنها می‌توانند هر زنی از هر قوم و ملیت، نژاد، فرهنگ، مذهب و هر جای دنیا را بیچاره کنند. همانطور که در فصل چهار خواهید دید، ستاره‌های سینما، خوانندگان معروف، افرادی که جایزه‌ی نوبل برنده شده‌اند، افرادی که هوش مالی بالایی دارند، زنان سیاستمدار، وکیل، ورزشکار، معلم و حتی روان‌شناسان نیز مجبورند با مردان سمی کنار بیایند. افرادی که به نحوی دیگران را آموزش می‌دهند، مثل مادران، پرستاران، معلمان و یا کسانی که مشاغل دارند که به دیگران کمک می‌کنند و یا باعث تغییر رفتار دیگران می‌شوند نیز به احتمال زیاد با مردان سمی سر و کار خواهند داشت. شما نیز ممکن است در زندگی اجتماعی و شغلی و حرفه‌ای خودتان با مردان سمی سر و کار داشته باشید. شاید شما با مردان سمی در لباس رئیس، همکار، شوهر، حسابدار یا وکیل خودتان روبه‌رو شوید.

چگونه این کتاب می‌تواند به شما کمک کند؟

شما بعد از خواندن این کتاب می‌توانید مردان سمی را شناسایی کنید. اگر اکنون مردی سمی در زندگی شما وجود دارد، راه‌حل‌های مختلفی برای کنار آمدن با او به شما پیشنهاد می‌کنیم. در نهایت اگر شما قبلاً مردی سمی در زندگی‌تان داشته‌اید و هنوز از آسیب‌هایی که او به شما زده است، رنج می‌برید، می‌توانید با خواندن این کتاب خودتان را التیام دهید.

لیلیان گلاس