

به جشن رسیده‌ها

جلد اول

بسم آوندگان

بی‌تا حسینی کریم آهنی پور
دکترای تخصصی مشاوره دانشیار ارشد بالینی

با مقدمه

دکتر علیرضا آزمندیان

انتشارات بخ

سرشناسه : حسینی، بیتا، ۱۳۵۴-
 عنوان و نام پدیدآور : به جشن رسیده‌ها / پدیدآورندگان: بیتا حسینی، کریم آهنی‌پور؛
 با مقدمه: علیرضا آزمندیان
 مشخصات نشر : تهران: جنگل، جاودانه، ۱۳۹۷
 مشخصات ظاهری : ۶۱۶ ص.
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۳۱۶-۹۷۹-۱
 وضعیت فهرست‌نویسی : فیپا
 یادداشت : کتاب حاضر با همین ناشر در سال ۱۳۹۷ به صورت جلدی منتشر شده است.
 موضوع : روان درمانی با قصه
 موضوع : مراحل آگاهی انسان
 شناسه افزوده : آهنی‌پور، کریم، ۱۳۵۸-
 شناسه افزوده : آزمندیان، علیرضا، ۱۳۳۲-، مقدمه‌نویس
 ردیفی، کنگره : ۱۳۹۷ ب۹/س۹/PIR۸۳۴۱
 ردیفی دیویی : ۸۴۳/۶۲
 شماره کتابشناسی ملی : ۵۵۶۱۸۳۳



عنوان کتاب: به جشن رسیده‌ها (جلد اول و جلد دوم)

پدیدآورندگان: دکتر بیتا حسینی، کریم آهنی‌پور

ناشر: انتشارات جنگل، جاودانه

ناظر فنی: امین لشکری

نوبت و سال چاپ: اول، ۱۳۹۷

قطع و تیراژ: وزیری، ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۱۳۰۰۰۰ ریال با جلد نفیس

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۱۶-۹۷۹-۱

<http://jangal.com>

[email: info@jangal.com](mailto:info@jangal.com)

 **avineha**

www.avineha.com

ارتباط با پدیدآورندگان: ۸۸۶۹۴۵۸۲

نشانی: سعادت‌آباد- بلوار دریا- روبروی مسجد قدس- پلاک ۴۹- طبقه ۴

خواننده‌ی فرهیخته! کتابی که در دست دارید نتیجه‌ی دو سال تلاش بی‌وقفه‌ی مترجمان و دودسته کار بالینی نویسندگان است. لذا تکثیر، توزیع و بهره‌برداری مالی از این اثر به هر صورتی اعم از فتوکپی، بازنویسی در هرگونه رسانه‌ای من جمله کتاب، لوح فشرده و مجلات بدون اجازه‌ی کتبی ناشر ممنوع بوده و موجب پیگرد قانونی خواهد شد؛ این کتاب مشمول قانون حمایت از حقوق مؤلفان و مصنفان است. بیاید با انتخاب‌هایی انسانی‌تر، دنیای گذران را به مکانی پاکیزه تبدیل کنیم.

محتول

مقدمه دکتر ایرضا آرم دبان

درباره‌ی کتاب

۱..... قصه‌های کبیر

۳..... کلید اول: اعتماد

۴..... داور

۶..... تارهای لرزان

۱۰..... تاوان

۱۲..... تولد ریشه کوچولو

۱۴..... کاش نبودم

۱۵..... در آغوش عشق

۱۶..... اعتماد کن

۱۸..... خورشید

۱۸..... ریشه‌ی کنار دستی

۲۰..... سؤال غلط

۲۲..... ترس طوفان

۲۳..... تنهایی، نه

۲۵..... آفت فراموشی

۲۶	دنیا‌های جدید
۲۹	می‌خوام زنده بمونم
۲۹	بعد از تندباد
۳۱	عبور از تاریکی درون
۳۲	بدون نگاه به گذشته
۳۲	لرزه‌های خاک
۳۵	آشنایی با خورشید
۳۷	جرا، بالارستن
۳۸	ستاره‌ای براق
۴۱	کرم خورشید
۴۳	چراغ راهنما
۴۵	حس کردن آرزوها
۴۶	پرت شدن به بالا
۴۷	پنجره‌های عکس‌دار
۴۸	خاک و خورشید
۴۹	کلید دوم؛ قصه‌های خورشید
۵۲	خطر جوجه خروس
۵۴	قصه‌ی جوجه‌ی غمگین
۵۸	اول تکنون، بعد قصه
۶۰	قصه‌ی درخت سیب
۶۲	سناچاق شیرین
۶۳	قصه‌ی کرم بی‌خیال
۶۵	مرگ پروانه
۶۶	قصه‌ی کاروان
۶۷	قصه‌ی برگ مغرور
۶۸	فرق‌های ظاهری
۶۹	سرعت کاروان

- ۶۹.....جزیره‌ی میمون‌ها.....
- ۷۰.....وصل بودن ریشه‌ها.....
- ۷۱.....خورشید، تو دل جوونه.....
- ۷۳.....حس ارزشمندی.....
- ۷۳.....مرگ واقعی نیست.....
- ۷۵.....پیام قطره اشک‌ها.....
- ۷۶.....زمزمه‌ی ستاره‌ها.....
- ۷۹.....قصه‌ی غرور خورشید.....
- ۸۱.....بود کسی خورشید.....
- ۸۲.....سنباقک و کبکشان‌ها.....
- ۸۵.....مرغ آسرونی.....
- ۸۷.....تو واقعاً کجایی.....
- ۸۹.....بزرگتر شدن از اسرار.....
- ۹۳.....دیگه نمی‌ترسم.....
- ۹۵.....کلید سوم؛ بدنه قهوه‌ای.....
- ۹۶.....رگبار گذرا.....
- ۹۸.....کبوتر خالدار.....
- ۱۰۱.....تک ماجراها.....
- ۱۰۲.....پس از ابرها.....
- ۱۰۲.....تجربه‌ی اوج خورشید.....
- ۱۰۳.....معنای زندگی.....
- ۱۰۶.....وابستگی خاک به خورشید.....
- ۱۰۸.....تکه‌هایی از من.....
- ۱۰۹.....حلزون تنبل.....
- ۱۱۰.....زرافه و درخت سیب.....
- ۱۱۳.....نسیم، نفس سلطان.....
- ۱۱۵.....رز ارغوانی.....

- ۱۱۷.....خونه‌ی واقعی ریشه‌ها
 ۱۱۸.....ریشه‌ی هراسون
 ۱۲۱.....اشتباه و تاوان
 ۱۲۵.....ریشه‌ی چسبناک و فراری
 ۱۲۶.....ریشه‌ی کهنسال
 ۱۳۰.....بیخودی از خود
 ۱۳۲.....خواب عاشقانه
 ۱۳۴.....عذاب و دادن خورشید
 ۱۳۴.....زندگی‌های طولانی
 ۱۳۵.....بزرگترین گناه
 ۱۳۵.....کلید چهارم؛ ریشه‌ها
 ۱۳۶.....درخت‌های به هم پیچید
 ۱۳۷.....ریشه‌های نمایش و شکات
 ۱۳۹.....له کردن بقیه‌ی گیاه‌ها
 ۱۴۰.....درخت همجنس اما تنومند
 ۱۴۱.....عشق دیوونه‌وار به رز
 ۱۴۳.....خیانت رز ارغوانی
 ۱۴۴.....کاش هنوز بالای خاک بودم
 ۱۴۶.....تو باز هم داری یاد میگیری
 ۱۴۷.....خودت رو در گیاه‌ها گم نکن
 ۱۵۰.....قصه‌ی شاپرک و کفشدوزک
 ۱۵۳.....زندگی‌های نکرده
 ۱۵۴.....قصه‌ی برج تنها و پرنده‌ی زخمی
 ۱۵۵.....ساقه‌ی پر از تیغ: انعکاس نفرت
 ۱۵۶.....حس خم و کینه یعنی نیاز به شفا
 ۱۵۷.....واقع‌بینی به جای خوش‌بینی و بدبینی
 ۱۵۷.....جدایی ذره‌های مه

- درختچه شدن ریشه کوچولو..... ۱۵۹
- تارهای پریشون: ریشه‌های شکاک و نمایشی..... ۱۶۰
- من بدنم رو دوست ندارم..... ۱۶۲
- ریشه‌ی کهنه اما باوقار..... ۱۶۳
- اول از خودت یه ریشه‌ی واقعی بساز..... ۱۶۴
- وابستگی به نگاه بقیه..... ۱۶۶
- ریشه‌ی فراری؛ حالا وابسته..... ۱۶۷
- خورد با رز بزرگ..... ۱۶۸
- خبر رشید؛ بیدار حتی در خواب..... ۱۷۰
- آرزوی کوچ بزرگ‌های تازه..... ۱۷۱
- عاشق شدن بر روی پرزدار..... ۱۷۲
- عاشق شدن فقط به بار نیست..... ۱۷۴
- دیدار با زوج نقره‌ای، اما نه طلا..... ۱۷۵
- نفرت از چیزی که قبلاً عاشقش شدیم..... ۱۷۷
- ریشه‌ی سالمند؛ قول گرفتن از ریشه‌های عاشق..... ۱۷۸
- کلید پنجم: طوفان**..... ۱۸۱
- شاخه‌ی جذاب..... ۱۸۳
- اضطراب شاخک کوچولو..... ۱۸۳
- شکست شاخه‌ی جذاب..... ۱۸۵
- تجربه‌ی مرگ جذابیت..... ۱۸۵
- پیام خاک: آشتی با فرشته‌ی مرگ..... ۱۸۹
- قصه‌ی دریا و ماهی سیاه کوچولو..... ۱۹۱
- فلسفه‌ی طوفان‌ها..... ۱۹۲
- ریشه‌ی مشکلات..... ۱۹۲
- شقایق پریشون..... ۱۹۲
- مرغ فرزانه؛ جدایی از پرنده‌ی محبوب..... ۱۹۳
- گیاه بدنه بنفش؛ مانع مهربان..... ۱۹۶

۱۹۷	قصه‌ی خورشید درباره‌ی پائیز.....
۱۹۸	معنای از دست دادن‌ها و پیری.....
۱۹۸	دل‌تنگی یعنی دوری از خود واقعی.....
۱۹۸	شادی واقعی: بزرگ‌تر شدن از زندگی.....
۱۹۹	ادامه‌ی قصه‌ی شخصیت‌ها.....

قرار نام‌سید

۲۰۳	قرار اول: عشق، نون اعتماد (شرح قصه‌ی اعتماد).....
-----	---

۲۱۷	تمرین حضور.....
۲۱۸	عبارت تأکیدی.....
۲۱۹	دانستیم که.....
۲۱۹	قرار با قرار عشق.....
۲۲۰	قرار با ما.....

۲۲۱	قرار دوم: هستی، کاروانی به سوی نور (شرح قصه‌ی خورشید).....
-----	--

۲۳۸	تمرین ادراک ناب.....
۲۳۸	عبارت تأکیدی.....
۲۳۹	دانستیم که.....
۲۴۰	قرار با قرار کاروان.....
۲۴۱	قرار با ما.....

۲۴۳	قرار سوم: روان من به مقصد توازن (شرح قصه‌ی بدنه قهوه‌ای).....
-----	---

۲۷۵	تکنیک شمع درون.....
۲۷۶	عبارت تأکیدی.....
۲۷۷	دانستیم که.....
۲۷۸	قرار با قرار توازن.....
۲۷۸	قرار با ما.....

قرار چهارم؛ آدمیان، زنجیره‌های یادگیری من (شرح قصه‌ی ریشه‌ها) ۲۷۹

تمرین با آینه ۲۹۶

عبارت تأکیدی ۲۹۷

دانستیم که ۲۹۷

قرار با قرار آدمیان ۲۹۸

قرار با ما ۲۹۸

قرار پنجم دشواری‌ها، پارچه‌هایی بر قامت روان من (شرح قصه‌ی طوفان) ۲۹۹

عبارت تأکیدی ۳۲۷

عبارت تأکیدی ۳۲۷

دانستیم که ۳۲۸

قرار با قرار دشواری ۳۲۸

قرار با ما ۳۲۸

www.ketab.ir

مقدمه دکتر علیرضا آرمند

به جشن رسیدن یک اصطلاح تخیلی نیست. "جشن" مرحله‌ای از وجود است که در آن بر همه‌ی آنچه که اطرافمان چیده شده نور می‌پاشیم و "رسیدن" یعنی که باید مسیر پرماجرایی زندگی را با آگاهی و استواری به مقصد برسانیم.

کتاب به جشن رسیده‌ها منبعی باور نکردنی برای تحول فردی است. زیرا نه تنها ترکیب کاملی از معنا و اصول موردنیاز برای رسیدن به موفقیت پایدار را برایتان فراهم می‌کند، بلکه چنان عمیق و در عین حال ساده نوشته شده است که نمی‌توانید حتی ساعتی خواندن آن را کنار بگذارید.

به جشن رسیده‌ها به گونه‌ای خارق العاده مراحل به اوج رسیدن انسان در قالب قصه‌ای شیرین برایتان شرح داده است؛ قصه‌ای که در آن ریشه‌های بی‌تاب و گریزان از زندگی، آرام آرام به مرحله‌ای از قدرت وجودی می‌رسد که جنگلی انبوه از درختان ریشه‌دار و نقره‌ای را پرورش می‌دهد.

آری این قصه‌ی شگفتانگیز برایتان از همه چیز می‌گوید: از عشق، اعتماد، از طوفان، از بیراهه و سرانجام از بهار، خودآگاهی، جشن این مجموعه‌ی تحول آفرین با تفسیرهای روانشناختی که پیرامون هر فصل از قصه‌هایش ارائه می‌دهند شما را به فراسوی فراست، آگاهی و آرامش خواهد برد.

کتاب به جشن رسیده‌ها را به صاحبان یک عمر تجربیات عالمانه معلمانی فرزانه و با تجربه است را حتماً بخوانید. نکات مهم آن را علامت‌گذاری کنید و با تکنیک‌ها و راهبردهای کاربردی‌اش زندگی‌تان را معنایی تازه ببخشید.

پیشنهاد می‌کنم به جشن رسیده‌ها که اثر دکتر بیتا حسینی استاد مسلم مفاهیم عشق و ارتباط زوجین می‌باشد را در فهرست کتاب‌هایی قرار دهید که هر سال حداقل یکبار باید بخوانید. پس از به پایان بردن اثر، به خودتان خواهید گفت: دیگر هرگز نمی‌توانم زندگی‌ام را قبل نگاه کنم.

سرانجام صمیمانه از تمام انسان‌هایی که سال‌ها در مکتب تکنولوژی عشق و تکنولوژی عشق در کنار من آموخته‌اند که چگونه از زندگیشان شاهکار بسازند و نیز مرا در تجربیات و سنجش‌هایم سهیم ساخته‌اند قدردانی می‌کنیم.

بر این باور هستم که به زودی تمام انسان‌های سرزمینمان ایران، دانش آموخته‌ی کتب تکنولوژی فکر خواهند بود و تک تک جوانان و نوجوانان ایران با استفاده از مفاهیمی که در این کتاب نخبگان تکنولوژی فکر تدریس می‌شود، دست به دست یکدیگر داده، ایرانی سرفرازتر و باشکوه‌تر از تمام تاریخ خلق می‌کنند.

و در پایان اینجانب از زحمات بی‌دریغ سرکار خانم دکتر بیتا حسینی و همسر گرامیشان که با آموزش‌های راهگشایشان به مردم و بویژه زوج‌های جوان کمک می‌کنند تا راه درست زندگی مشترک را بیابند و بخوبی زندگی کنند و از لذت حضور در محضر یکدیگر لذت ببرند قدردانی و سپاسگزاری می‌کنم و برایشان آرزوی توفیق و سعادت را دارم.

دکتر علیرضا آرمند