



درمان تنهایی

ترجم: صنوبر رضا خانی

چاپ اول: ۱۳۹۱

چاپ و مصحافی: نهضت پویا

طراحی جلد و صفحه‌آرایی: احسان اصفهانیان

شمارگان: ۳۰۰

قیمت: ۹۰۰ تومان

شابک: شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۰۴۷-۱۲-۶

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.



نشره‌نور

سرشناسه : گریپو، دانیل

Grippe, Daniel

عنوان و نام پدیدآور : درمان تنهایی / نویسنده دانیل گریپو؛ مترجم صنوبر رضاخانی.

مشخصات نشر : تهران : نشر هنر، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری : ۸۵ص : مصور.؛ ۱۷×۲۱ س.م.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۶۰۴۷-۱۲-۶

وضعیت فهرست نویسی : فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: Loneliness therapy.

موضوع : تنهایی

شناسه افزوده : الی، رابرت دبلیو، ۱۹۵۵ - م. تصویرگر

شناسه افزوده : Alley, R.W. (Robert W.)

شناسه افزوده : رضاخانی، صنوبر، ۱۳۵۱ - مترجم

رده بندی کنگره : BF۵۷۵ / ت ۴۵۸۵ / ۱۳۹۰

رده بندی دیویی : ۱۵۸/۲

شماره کتابشناسی ملی : ۲۵۴۸۰۵۸



مقدمه

احساس تنهایی می کنید؟ مسلماً شما تنها نیستید!

تنهایی بیماری مسری جوامع امروزی است. نظر می رسد که هر چه سرعت پیشرفت بیشتر می شود و تکنولوژی ارتباطات پیشرفت می کند، احساس تنهایی و گسستگی هم وسیع تر می شود.

حس «تنهایی» که ما می گوئید که از تعادل خارج شده ایم و جای چیزی در زندگی مان خالی است. شاید از دست دادن یک عزیز یا ابتلا به نوعی بیماری توازن ما را بر هم زده باشد. تنهایی وقتی با غم و بیماری همراه شود تحمل اش خیلی سخت خواهد شد.

احساس تنهایی شما چه نتیجه مرگ یک عزیز باشد و چه محصول یک بیماری، مطالعه ای این کتاب به انسان بسیار مفید خواهد بود. در این کتاب ضمن بررسی تجربه ای گذرا یا ماندگاری که ممکن است به ایجاد حس تنهایی منجمد، برای هر یک راه حلی عملی و ظریف پیشنهاد می شود.

آگاهی یافتن بر این نکته که در آن سوی تنهایی زندگی دوباره جریان خواهد یافت، برای ما بسیار روحیه بخش و امیدوار کننده است. تمام از دایره ی تنهایی بیرون رفت و به تجربه ی تعلق و پیوستگی رسیدن این کتاب کوچک با تصاویر زیبایش شما را یاری می دهد تا راه را به خود، دیگران و پروردگار را دوباره بازیابید.