



## راهنمای خواندن

تازه‌ها و پرفروش‌های  
کتاب فصل بهار و تابستان  
به انتخاب بوکلند



[www.bookland.ir](http://www.bookland.ir)

بهار و تابستان ۱۴۰۵

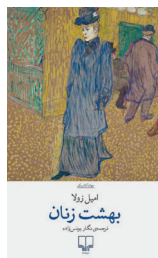
**راهنمای خواندن** بستری است برای معرفی و شرح کتاب‌های تازه در فصلی که گذشت. این کتاب‌ها، پیشنهادهای بوکلند از میان بی‌شمار عنوان کتاب و تازه‌های نشر هستند و کوشش شده است تا در انتخاب آن‌ها به طیف گسترده از خوانندگان و سلاقی توجه شود. تمام توضیحات، توسط کارشناسان کتاب نوشته شده است تا مخاطب در کمترین زمان ممکن بتواند برداشت نسبتاً دقیقی از محتوای کتاب‌ها داشته باشد.

این نشریه به شکل دیجیتال منتشر شده و به صورت رایگان روی سایت رسمی بوکلند در دسترس مخاطبان قرار گرفته است.

چنانچه علاقه‌مند به حمایت مالی و فکری ما هستید، خوشحال می‌شویم از طریق ایمیل [info@bookland.ir](mailto:info@bookland.ir) با ما تماس برقرار کنید.

## بهشت زنان

امیل زولا  
نشر چشمه



دونیز، دختر جوانی از شهرستان، پس از مرگ والدینش همراه دو برادرش به پاریس می‌آید و نزد عموی خود، صاحب یک پارچه‌فروشی قدیمی، ساکن می‌شود. درست روبه‌روی مغازه، فروشگاه عظیم «بهشت زنان» با ویتترین‌های خیره‌کننده، تبلیغات گسترده، قیمت‌های ثابت و حراج‌های پرزرق‌وبرق، مشتریان را جذب کرده و کسب‌وکارهای کوچک را تهدید می‌کند. دونیز برای گذران زندگی ناچار می‌شود در همین فروشگاه کار کند و با جهان تازه‌ای که اکتاو موره ساخته، روبه‌رو شود. در کنار رابطه عاطفی دونیز و موره، رمان ظهور فروشگاه‌های بزرگ، گسترش مصرف‌گرایی و دگرگونی مناسبات اقتصادی و اجتماعی پاریس را روایت می‌کند.

## شماره صفر

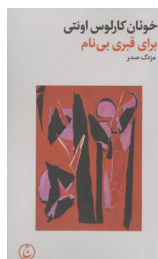
اومبرتو اکو  
انتشارات روزنه



کولونا، روزنامه‌نگاری تقریباً پنجاه ساله، برای یافتن شغلی تازه وارد پروژه انتشار روزنامه‌ای می‌شود که قرار است پیش از انتشار واقعی، چند شماره آزمایشی تولید کند. فعالیت روزنامه‌نگاران خیلی زود با توطئه‌ها، شایعات و روایت‌های مشکوک از گذشته ایتالیا گره می‌خورد. اومبرتو اکو در کنار ماجرای روزنامه در سال ۱۹۹۲، روایتی درباره تیراندازی به موسولینی و معشوقه‌اش در سال ۱۹۴۵ را پیش می‌برد. این دو خط داستانی، مسئله رابطه خبر و واقعیت را برجسته می‌کنند. روزنامه در این رمان فقط وسیله انتقال اطلاعات نیست، بلکه ابزاری برای ساختن، تحریف یا پنهان کردن حقیقت است و مرز میان خبر، شایعه و دروغ را مبهم می‌کند.

## برای قبری بی‌نام

خوان کارلوس اوتی  
نشر فرهنگ جاوید



«برای قبری بی‌نام» خواننده را به جهان تاریک و درون‌گرای خوان کارلوس اوتی می‌برد؛ جهانی که در آن واقعیت و خیال، گذشته و حال و تجربه‌های بیرونی و ذهنی به یکدیگر نزدیک می‌شوند. شخصیت‌ها اغلب با فقدان، شکست و ناتوانی در تغییر سرنوشت خود دست‌وپنجه نرم می‌کنند. روایت بیش از آنکه بر حادثه‌های بیرونی تکیه داشته باشد، بر ذهن و تجربه شخصیت‌ها متمرکز است و از خلال همین تمرکز، فضای مالیخولیایی و ابهام‌آمیزی شکل می‌گیرد. گذشته برای شخصیت‌ها همچنان حضوری سنگین دارد و تلاش برای یافتن معنا در زندگی روزمره آسان نیست. اوتی با نثری فشرده و دقیق، تنهایی انسان و میل او به یافتن دلیلی برای زیستن را دنبال می‌کند.

## نیزار

ویسنته بلاسکو ایبازن  
نشر قله باران



«نیزار» در منطقه آلبوفر، نزدیک والنسیا، شکل می‌گیرد؛ جایی که زندگی مردم با زمین، آب، کشاورزی و مناسبات سنتی پیوندی عمیق دارد. رمان از دل این محیط، داستان خانواده‌ها و آدم‌هایی را روایت می‌کند که درگیر عشق، فقر، تعصب، مالکیت و رقابت‌اند. زمین و طبیعت فقط پس‌زمینه حوادث نیستند، بلکه بر سرنوشت شخصیت‌ها، روابط آنها و انتخاب‌هایشان اثر می‌گذارند. زندگی روستایی و مناسبات اجتماعی، آدم‌هایی را شکل می‌دهد که میان سنت و تغییر گرفتار شده‌اند و برای حفظ جایگاه و منافع خود با یکدیگر درگیر می‌شوند. ایبازن با توصیف دقیق محیط و جامعه، تصویری زنده از انسان‌هایی ارائه می‌دهد که زندگی‌شان با طبیعت و شرایط اجتماعی اطرافشان گره خورده است.

## بر دامنه

مارکوس ورنر  
نشر بیدگل



راوی جوان رمان، وکیلی است که درباره تاریخ قانون طلاق مقاله می‌نویسد و برای چند روز به منطقه‌ای بیلابلی می‌رود. او در بالکن هتل با مردی سالخورده به نام لُس آشنا می‌شود؛ مردی که همسرش را از دست داده و نگاهی به عشق، ازدواج و وفاداری با دیدگاه راوی تفاوتی اساسی دارد. گفت‌وگویی که ابتدا ساده و اتفاقی به نظر می‌رسد، به بحثی طولانی درباره تنهایی، خیانت، مرگ، خاطره و معنای زندگی مشترک تبدیل می‌شود. تقابل دو نسل و دو جهان‌بینی، راوی را به بازنگری در باورهایش درباره آزادی، رابطه و ماندن در کنار دیگری وامی‌دارد و نگاه او به زندگی مشترک را تغییر می‌دهد.

## چه بهتر

املی نوتومب  
نشر قهره



آدرین، دخترپنجاه‌ساله، در سال‌های جنگ جهانی دوم در خانواده‌ای آشفته و ناآمن بزرگ می‌شود. جنگ و کمبود غذا در پس‌زمینه زندگی او حضور دارند، اما جهان کودکان‌اش به‌تدریج با خشونت خانوادگی، ترس و رفتارهای متناقض بزرگ‌ترها درهم می‌آمیزد. رابطه او با پدر، مادر، دو مادر بزرگ و حتی گربه‌های خانه، بخش مهمی از تجربه او را شکل می‌دهد. آدرین هنوز زبان و درک بزرگسالانه‌ای برای توضیح جهان اطرافش ندارد، اما خشونت و بی‌ثباتی را به خوبی حس می‌کند. او برای دوام آوردن در محیطی بیرحم، پناهگاهی ذهنی برای خود می‌سازد. نوتومب از این زاویه، تصویری تلخ و گاه هولناک از کودکی ارائه می‌دهد.

## پرکشیدگان

آتی‌بن کرن  
نشر چشمه



«پرکشیدگان» روایتی تأمل‌برانگیز درباره فقدان و تأثیر آن بر زندگی انسان‌هاست. داستان از موقعیتی آشنا آغاز می‌شود، اما به‌تدریج لایه‌های پنهان زندگی شخصیت‌ها و رابطه آنها با مرگ، خاطره و غیاب آشکار می‌شود. اتی‌بن کرن به جای تمرکز بر حادثه‌های بزرگ، تغییرات درونی شخصیت‌ها را دنبال می‌کند و نشان می‌دهد فقدان چگونه می‌تواند برداشت انسان از گذشته و حال را دگرگون کند. آنچه از دست رفته، در ذهن شخصیت‌ها همچنان حضور دارد و بر نگاه آنها به روابط و زندگی اثر می‌گذارد. زبان آرام و کنترل‌شده نویسنده، فضای سنگین اثر را پررنگ‌تر می‌کند و داستان را به مطالعه‌ای انسانی درباره سوگ، خاطره و ادامه دادن تبدیل می‌کند.

## دخترعمو بت

اوتوره دو بالزاک  
نشر نیلوفر



دخترعمو بت، زنی فقیر و سالخورده است که سال‌ها در سایه خانواده‌ای متمول زندگی کرده و محرومیت و تحقیر او به کینه‌ای عمیق تبدیل شده است. وقتی فرصتی برای انتقام پیدا می‌کند، از روابط پیچیده خانوادگی و ضعف‌های اطرافیان بهره می‌گیرد و زندگی خانواده هولو را به میدان توطئه تبدیل می‌کند. بت به‌تدریج نقشه‌هایی را پیش می‌برد که پیوندهای خانوادگی و امنیت ظاهری این خانواده را تهدید می‌کند. بالزاک در این میان، جامعه پاریس قرن نوزدهم را با مناسبات طبقاتی، میل به ثروت، جاه‌طلبی و فساد اخلاقی به تصویر می‌کشد. شخصیت‌ها نه کاملاً نیک‌اند و نه شرور؛ بلکه زیر فشار پول، موقعیت اجتماعی و منافع شخصی تصمیم می‌گیرند.

## پیامبر خاموش

یوزف روت  
نشر افق



پیامبر خاموش در فضای حسرت‌بار جهان ازدست‌رفته آتریش و پیامدهای جنگ جهانی اول شکل می‌گیرد. شخصیت‌های رمان در برابر فروپاشی جهانی آشنا قرار گرفته‌اند؛ جهانی که ارزش‌ها، ساختارها و تکیه‌گاه‌های پیشین خود را از دست داده است. یوزف روت به جای تکیه بر حادثه‌پردازی، بر زوال، بیگانگی و ناتوانی انسان در یافتن جایگاهی تازه تمرکز می‌کند. آدم‌های داستان با جهانی دگرگون‌شده روبه‌رو هستند و نمی‌توانند به آسانی گذشته را پشت سر بگذارند. نثر موجز و فضای سرد و مالیخولیایی اثر، سرگردانی نسلی را نشان می‌دهد که پس از فروپاشی نظم قدیم، در جست‌وجوی معنا و جایگاهی تازه باقی مانده است.

## درختستان توس

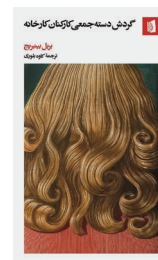
پاروسواف ایواشکیویچ  
نشر چشمه



پولسواف پس از مرگ همسرش، در کلبه‌ای جنگلی و دورافتاده روزگار می‌گذراند؛ مردی که اندوه، او را از زندگی و آدم‌های اطرافش جدا کرده است. با آمدن برادر کوچک‌ترش، استاش، تعادل شکننده این خلوت به هم می‌خورد. استاش نیز با بیماری دست‌وپنجه نرم می‌کند و آمده است تا روزهای پایانی عمرش را در کنار برادر بگذراند. حضور مالیبا، دختر جوانی که در خانه رفت‌وآمد دارد، رابطه دو برادر و نگاهشان به زندگی و مرگ را دگرگون می‌کند. ایواشکیویچ در این رمان کوتاه، با زبانی موجز و شاعرانه، تقابل مرگ و زندگی، اندوه و عشق و میل به زیستن را می‌کاود و طبیعت را به بخشی جدایی‌ناپذیر از تجربه شخصیت‌ها تبدیل می‌کند.

## گردش دسته‌جمعی کارکنان کارخانه

بریل بینبرج  
نشر بیدگل



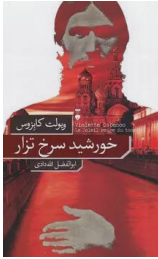
گروهی از کارکنان یک کارخانه برای سفری دسته‌جمعی راهی تعطیلات می‌شوند؛ سفری که قرار است فرصتی برای تفریح و فاصله گرفتن از روزمرگی باشد، اما خیلی زود مناسبات پیچیده میان اعضای گروه را آشکار می‌کند. هرکدام از مسافران گذشته، خواسته‌ها، رقابت‌ها و دلخوری‌های خود را دارند و حضورشان در فضایی مشترک، تنش‌های پنهان را بیرون می‌کشد. آنچه در ظاهر یک گردش ساده و جمعی است، به تصویری از روابط انسانی تبدیل می‌شود؛ روابطی که در آنها میل، تنهایی، رقابت و نیاز به دیده شدن با ظاهر اجتماعی افراد در تضاد قرار می‌گیرد. بینبرج با نگاهی کنایه‌آمیز، فاصله میان چهره عمومی آدم‌ها و زندگی خصوصی آنها را بررسی می‌کند.

## خورشید سرخ تزار

ویولت کاروزس  
نشر فرهنگ نو

ت ۸۵۰,۰۰۰

«خورشید سرخ تزار» میان دو وزن و دو دوره تاریخی رفت و آمد می‌کند. میلنا، زنی از تبار روس‌های سفید که سال‌هاست در فرانسه زندگی می‌کند، در جست‌وجوی رد گنجینه گمشده خاندان تزارهاست. این جست‌وجو او را به سرگذشت ورا، رفاصه تماشاخانه مارینسکی در دوران تزارها، پیوند می‌دهد؛ زنی که درگیر عشق، قدرت و رازی حکومتی شده است. غارت خانه میلنا و نوشته‌های مرموزی که بر دیوار باقی مانده، دو خط زمانی را به یکدیگر وصل می‌کند. روایت از این راه، خواننده را به روسیه پیش از انقلاب و روزهای پرآشوب آن می‌برد و معمایی تاریخی درباره عشق، انقلاب، رازهای خانوادگی و گنجینه‌ای پنهان را شکل می‌دهد.



## مالینا

اینکه بوری باخمان  
انتشارات وال

ت ۶۳۰,۰۰۰

«مالینا» رمانی پیچیده و ذهنی درباره زنی نویسنده است که در وین زندگی می‌کند و میان خاطرات، روابط عاطفی و جهان درونی متلاطم خود گرفتار شده است. راوی بی‌نام اثر رابطه‌ای ناپایدار با ایوان، مردی که به او دل بسته، دارد و هم‌زمان با مالینا، مردی آرام و عقلانی که با او زندگی می‌کند، پیوندی متفاوت برقرار کرده است. مرز میان واقعیت بیرونی و تجربه ذهنی راوی به تدریج محو می‌شود و عشق، هویت، خاطره و خشونت گذشته درهم می‌آمیزند. او نمی‌تواند به‌سادگی میان آنچه در بیرون رخ می‌دهد و آنچه در ذهنش شکل گرفته تمایز بگذارد. باخمان با زبانی شاعرانه و گاه گسسته، فروپاشی تدریجی شخصیت و زخم‌های فردی و تاریخی او را روایت می‌کند.



## شب آخر

امانوئل بوو  
نشر ماهی

ت ۲۸۰,۰۰۰

«شب آخر» روایت یک شب از زندگی مردی است که در استیصال عمیق تصمیم گرفته به زندگی خود پایان دهد. او در خیابان‌ها پرسه می‌زند و در برخورد با آدم‌های مختلف، خاطرات، رابطه‌های گذشته و امیدهای ازدست رفته‌اش را مرور می‌کند. در این میان، حوادث بیرونی اهمیت چندانی ندارند و تمرکز اصلی رمان بر جهان درونی شخصیت است؛ بر تردیدهایی که تصمیم او را متزلزل می‌کنند و لحظاتی کوتاه که امکان دیگری برای زیستن را پیش چشمش می‌آورند. امانوئل بوو با نثری موجز و بی‌پیرایه، تنهایی و شکنندگی انسان را روایت می‌کند و از خلال جزئیاتی ساده، روان آشفته مردی را نشان می‌دهد که میان پایان دادن و ادامه دادن سرگردان است.



## جنایت سیلوستر بونار

آنتول فرانس  
نشر پارسه

ت ۹۵۵,۰۰۰

سیلوستر بونار، پژوهشگری سالخورده و شیفته کتاب و نسخه‌های خطی، زندگی آرامی را در دنیای کتابخانه و پژوهش می‌گذراند. جست‌وجوی یک نسخه خطی و آشنایی با آدم‌هایی خارج از دنیای محدود و امن او، این نظم را برهم می‌زند و او را وارد ماجراهایی غیرمنتظره می‌کند. عنوان «جنایت» بیش از آنکه به یک داستان جنایی معمول اشاره داشته باشد، بخشی از طنز و بازی ادبی آنتول فرانس با مفهوم گناه و قانون است. بونار، با وجود سالخوردگی و انزوی ظاهری، همچنان آمادگی تجربه کردن زندگی را دارد. رمان در کنار شوخ‌طبعی، از مهربانی، تنهایی، عشق و ارزش دانش سخن می‌گوید و تصویری انسانی از قهرمانی متفاوت ارائه می‌کند.



## به تاریکی شب

لوران پتیماژن  
نشر دیدگل

ت ۳۸۵,۰۰۰

«به تاریکی شب» در فضایی سنگین و روان‌شناختی، تجربه انسانی در مواجهه با فقدان، ترس و تاریکی‌های درونی را دنبال می‌کند. گذشته دست از سر شخصیت‌ها برنمی‌دارد و اتفاق‌های پنهان، آرام‌آرام به زمان حال راه پیدا می‌کنند. داستان بیش از آنکه بر حادثه‌های پرسرعت استوار باشد، بر احساس ناامنی و انتظار بنا شده است؛ حسی که در سراسر روایت باقی می‌ماند و فضای اثر را شکل می‌دهد. پتیماژن با تمرکز بر ذهن شخصیت‌ها نشان می‌دهد یک تجربه دردناک چگونه می‌تواند ادراک انسان از جهان اطرافش را تغییر دهد. آنچه در گذشته رخ داده، همچنان بر اکنون سایه دارد و شخصیت‌ها را با ترس‌ها و زخم‌هایی روبه‌رو می‌کند که از آنها گریزی آسان نیست.



## رژه

ریچل کاسک  
نشر مرکز

ت ۶۲۰,۰۰۰

«رژه» رمانی ساختارشکن و چندلایه از ریچل کاسک است که در آن روایت بیش از آنکه بر یک خط داستانی کلاسیک استوار باشد، از مجموعه‌ای از صداها، آدم‌ها و موقعیت‌ها شکل می‌گیرد. هنر و هنرمند، رابطه میان زندگی و آفرینش و نگاه آدم‌ها به کار هنری، از موضوعات محوری کتاب‌اند. کاسک با دقتی ویژه، فاصله میان آنچه هنرمند می‌خواهد بیان کند و آنچه دیگران از اثر او می‌فهمند را بررسی می‌کند. شخصیت‌ها در مواجهه با یکدیگر، بخشی از زندگی و جهان بینی خود را آشکار می‌کنند و روایت از همین برخوردها پیش می‌رود. نثر کتاب، تأمل‌برانگیز و گاه غیرمنتظره است و خواننده را بیشتر به مشاهده و فکر کردن دعوت می‌کند تا دنبال کردن یک ماجرای خطی.

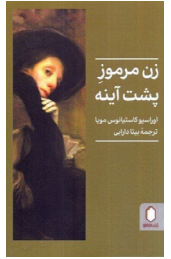


## زن مرموز پشت آینه

اوراسیو کاستیانوس مویا  
کتابسرای میردشتی

ت ۴۵۰,۰۰۰

در «زن مرموز پشت آینه»، مرز میان واقعیت، خاطره و تصویر ذهنی به‌تدریج محو می‌شود. شخصیت‌ها در موقعیتی قرار می‌گیرند که گذشته و حالشان به شکلی ناآرام به یکدیگر گره خورده است و تشخیص آنچه واقعاً رخ داده، آسان نیست. زنی که در عنوان کتاب حضور دارد، به نقطه‌ای کانونی برای پرسش درباره هویت، حافظه و حقیقت تبدیل می‌شود. هرچه روایت پیش می‌رود، اطمینان خواننده به آنچه می‌بیند و می‌شنود کمتر می‌شود و نشانه‌های تازه، برداشت‌های قبلی را زیر سؤال می‌برند. مویا با حرکت میان روان‌شناسی و تعلیق، از ابهام برای آشکار کردن لایه‌های پنهان شخصیت‌ها استفاده می‌کند و خواننده را وامی‌دارد حقیقت را از میان نشانه‌های پراکنده روایت دنبال کند.

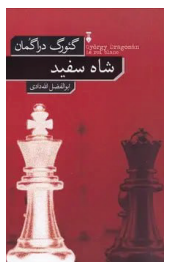


## شاه سفید

گئورگ دراکمان  
نشر فرهنگ نو

ت ۷۲۰,۰۰۰

پسرپچه‌ای در جامعه‌ای خاکستری و زیر سایه دیکتاتوری زندگی می‌کند؛ جامعه‌ای که خشونت سیاسی و فشار حکومت تا خصوصی‌ترین بخش‌های زندگی مردم نفوذ کرده است. پدر او را به اردوگاه کار اجباری برده‌اند و مادر، در میان ترس و بی‌اعتمادی، تلاش می‌کند از فرزندش مراقبت کند. پسر در چنین شرایطی بزرگ می‌شود و به‌تدریج با قواعد بی‌رحم دنیای بزرگسالان آشنا می‌شود. روایت از منظر تجربه کودکانه اوست و بسیاری از واقعیت‌های هولناک نه با توضیح مستقیم، بلکه از خلال نگاه و برداشت او آشکار می‌شوند. «شاه سفید» تصویری تکان‌دهنده از قدرت و ترس ارائه می‌دهد و نشان می‌دهد دیکتاتوری چگونه کودکی را به سوی بلوغی زودرس و اجباری سوق می‌دهد.

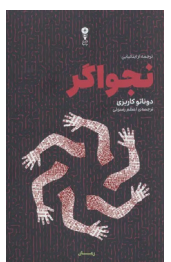


## نچواکر

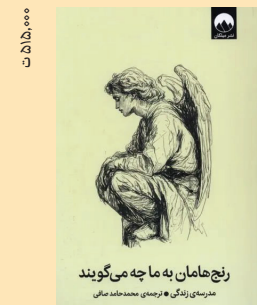
دوناتو کاریزی  
نشر وزن دنیا

ت ۷۶۰,۰۰۰

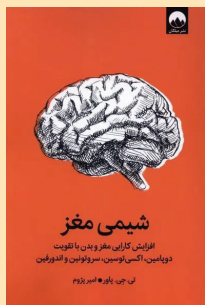
در پرورنده‌ای جنایی و هولناک، شش دختر ناپدید می‌شوند و پس از مدتی پنج گور در جنگل پیدا می‌شود؛ در هر گور بقایای یک جسد بدون سر قرار دارد. نبودن جسد ششم، معمایی پرورنده را پیچیده‌تر می‌کند و پلیس و متخصصان جنایی را به جست‌وجوی حقیقت وادار می‌سازد. آنها باید بفهمند چه اتفاقی برای دختران افتاده و قاتل چه انگیزه‌ای داشته است. دوناتو کاریزی اطلاعات را به‌تدریج آشکار می‌کند و از عناصر روان‌شناختی، جرم‌شناسی و تعلیق برای پیش بردن داستان بهره می‌گیرد. شخصیت‌ها نیز به سادگی قابل اعتماد نیستند و گذشته هرکدام ممکن است بخشی از معما را در خود پنهان کرده باشد. رمان خواننده را تا پایان درگیر کشف هویت قاتل و حقیقت جنایت‌ها نگه می‌دارد.



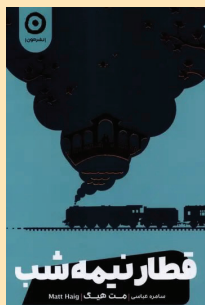
## پرفروش‌های فروشگاه‌های بوکلند



ت ۵۱۵,۰۰۰

رنج هامان به ما چه می‌گویند  
مدرسه زندگی  
نشر میلکان

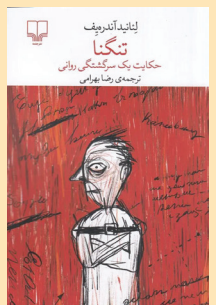
ت ۷۸۵,۰۰۰

شیمی مغز  
تی جی پاور  
نشر میلکان

ت ۸۵۰,۰۰۰

قطار نیمه شب  
مت هیگ  
نشر مرون

ت ۶۰۰,۰۰۰

درباره مدیریت در دوران رکود  
هاروارد بیزینس ریویو  
نشر هنوز

ت ۷۹۰,۰۰۰

تنگنا  
لیناید آندری یف  
نشر چشمه

## آن رسید لعنتی

داریوش مهرجویی  
انتشارات ثالث

ت ۲۲۰,۰۰۰

«آن رسید لعنتی» رمانی از داریوش مهرجویی است که پیش از انتشار دوباره در نشر ثالث، در انتشارات دیگری منتشر شده بود. داستان با فضای سینما و زندگی یک فیلم‌ساز پیوند دارد و مهرجویی در آن، همچون برخی آثار دیگرش، مرز میان واقعیت و خیال را به بازی می‌گیرد. شخصیت اصلی درگیر موقعیتی می‌شود که یک رسید، به ظاهر مدرکی ساده و بی‌اهمیت، به عنصری تعیین‌کننده در زندگی او تبدیل می‌شود. روایت در کنار طنز و نگاه انتقادی، به دغدغه‌هایی چون مناسبات انسانی، سوءتفاهم، قدرت و زندگی حرفه‌ای می‌پردازد. نشر ثالث این کتاب را در سال ۱۴۰۴ دوباره منتشر کرده‌ست.



## شکم

احسان فولادی‌فرد  
نشر چشمه

ت ۴۲۰,۰۰۰

«شکم» رمانی از احسان فولادی‌فرد است که در چاپ دوم در سال ۱۴۰۵ منتشر شده است. نویسنده در این اثر از بدن و تجربه زیسته انسان به‌عنوان نقطه‌ای برای روایت استفاده می‌کند و مسائل فردی و اجتماعی را در کنار یکدیگر قرار می‌دهد. عنوان کتاب نیز تنها به معنای جسمانی خود محدود نمی‌شود و می‌توان آن را نشانه‌ای از نیاز، میل، ترس و غریزه دانست. روایت با تمرکز بر شخصیت‌ها و موقعیت‌های ملموس، خواننده را به جهانی می‌برد که در آن تجربه‌های شخصی با شرایط اجتماعی گره خورده‌اند. «شکم» در ۱۶۲ صفحه و در قطع پالتویی منتشر شده است.



## همیشه پسر

بهار کاتوزی  
نشر چشمه

ت ۳۲۰,۰۰۰

«همیشه پسر» نوشته بهار کاتوزی، نولایه فارسی است که در سال ۱۴۰۵ توسط نشر چشمه منتشر شده است. کتاب با تمرکز بر تجربه یک شخصیت و رابطه او با جهان پیرامونش، به مسئله هویت و تصویری می‌پردازد که جامعه از فرد می‌سازد. عنوان اثر نیز به مفهومی اشاره دارد که در طول روایت، میان هویت شخصی و انتظارات بیرونی قرار می‌گیرد. کاتوزی در این اثر به جای روایت پرحادثه، بر موقعیت‌های انسانی و لایه‌های روانی شخصیت تمرکز می‌کند. «همیشه پسر» با ۱۱۵ صفحه، اثری کوتاه و فشرده است که می‌کوشد از خلال یک روایت شخصی، درباره نقش‌هایی که به آدم‌ها نسبت داده می‌شود و دشواری فاصله گرفتن از آن‌ها حرف بزند.



## باران، دختر کردستان

ناصر سلیم  
نشر نگاه

ت ۴۲۵,۰۰۰

باران، دختری جوان و خسته، در جاده‌ای خارج از شهر کردنشین هوایر در عراق، خود را به کنار جاده می‌رساند؛ لباس‌های فرسوده بر تن دارد و با ترس، مرتب پشت سرش را نگاه می‌کند. همین صحنه آغازگر داستانی است که زندگی او را در متن فضایی پرتنش و ناامن دنبال می‌کند. ناصر سلیم در روایت خود، سرگذشت دختری را پیش می‌کشد که در شرایطی دشوار برای یافتن راهی به سوی امنیت و آینده‌ای دیگر تلاش می‌کند. جغرافیای کردستان و تجربه‌های اجتماعی و انسانی شخصیت اصلی، بخش مهمی از فضای کتاب را می‌سازد. «باران، دختر کردستان» رمانی است درباره ترس، فرار، بقا و امید به ساختن زندگی‌ای متفاوت.



## به رنگ سرخ

نعیم صدقی  
انتشارات ثالث

ت ۳۵۰,۰۰۰

«به رنگ سرخ» اثری از نعیم صدقی است که در قالب ادبیات داستانی فارسی منتشر شده است. روایت کتاب حول تجربه‌هایی انسانی شکل می‌گیرد که در آن، رنگ سرخ می‌تواند هم نشانه‌ای از خشونت و فقدان باشد و هم تداعی‌کننده عشق، شور و خاطره؛ صدقی با تمرکز بر روابط و موقعیت‌های انسانی، جهانی می‌سازد که شخصیت‌ها در آن ناچارند با گذشته و پیامد انتخاب‌هایشان روبه‌رو شوند. زبان داستان، فشرده و روایت محور است و نویسنده تلاش می‌کند از خلال موقعیت‌های روزمره، لایه‌های پنهان زندگی شخصیت‌ها را آشکار کند. این کتاب در ۱۲۸ صفحه و با نشر ثالث منتشر شده و در فهرست تازه‌های ادبیات داستانی فارسی قرار گرفته است.



## چشم‌های اینشتین

ساناز اسدی  
نشر چشمه

ت ۴۵۰,۰۰۰

«چشم‌های اینشتین» رمانی از ساناز اسدی است که در آن، روایت ادبی با دغدغه‌های انسانی و ذهنی درهم می‌آمیزد. عنوان کتاب از همان ابتدا توجه را به نگاه، مشاهده و شیوه ادراک جهان جلب می‌کند؛ عناصری که در شکل‌گیری روایت نیز اهمیت دارند. اسدی شخصیت‌هایش را در موقعیت‌هایی قرار می‌دهد که تجربه‌های شخصی، روابط و پرسش‌های ذهنی به یکدیگر پیوند می‌خورند و واقعیت بیرونی را تحت تأثیر قرار می‌دهند.



## در تدارک زندگی نکرده

مائده مرتضوی  
نشر چشمه

ت ۴۸۰,۰۰۰

«در تدارک زندگی نکرده» چهارمین رمان مائده مرتضوی است؛ رمانی شهری که درباره عشق و دشواری‌های آن و زندگی آدم‌هایی از طبقه متوسط شهرنشین ایرانی نوشته شده است. روایت از زاویه دید چند شخصیت پیش می‌رود و هر راوی بخشی از زندگی و روابط پیچیده آدم‌ها را آشکار می‌کند. کتاب بیش از آنکه بر حادثه‌های بزرگ تکیه کند، به لحظه‌های روزمره، انتخاب‌ها، حسرت‌ها و زندگی‌هایی می‌پردازد که می‌توانستند به شکل دیگری پیش بروند. عنوان رمان نیز به همین فاصله میان زندگی موجود و زندگی زیسته‌نشده اشاره دارد.



## کنیزکان عمارت ملک‌خانی

بلقیس سلیمانی  
گروه انتشاراتی ققنوس

ت ۴۲۰,۰۰۰

«کنیزکان عمارت ملک‌خانی» رمانی درباره یک طایفه ریشه‌دار در گوران و عمارت بزرگ و رازآلود خانواده ملک‌خانی است. بلقیس سلیمانی در این اثر، زندگی چند نسل از یک خانواده را در پیوند با مناسبات قدرت، سنت، مذهب، عشق، انقلاب و جنگ روایت می‌کند. عمارت ملک‌خانی به مرکز این جهان تبدیل می‌شود؛ جایی که روابط خانوادگی و اجتماعی در آن شکل می‌گیرند و رازهای گذشته نسل‌به‌نسل منتقل می‌شوند. تغییرات تاریخی و اجتماعی نیز به‌تدریج وارد زندگی ساکنان عمارت می‌شود و نظم قدیمی را به چالش می‌کشد. رمان با ۲۴۰ صفحه، تصویری از جامعه‌ای در حال دگرگونی ارائه می‌دهد؛ جامعه‌ای که تاریخ و زندگی خصوصی آدم‌هایش از یکدیگر جدا نیستند.

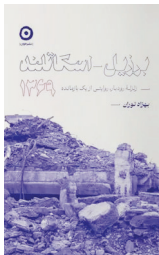


## برزیل – اسکاتلند، ۱۳۶۹

بهراد نوران  
نشر مون

ت ۲۴۰,۰۰۰

«برزیل – اسکاتلند، ۱۳۶۹» روایتی داستانی از زندگی پیروز، پسر است که کودکی‌اش را در روستایی حوالی رودبار می‌گذراند. داستان از سال‌های کودکی او آغاز می‌شود و با رفت‌وبرگشت میان دوره‌های مختلف زندگی‌اش، تجربه‌هایی چون فقر، مهاجرت، عشق، اعتیاد و زلزله رودبار را دنبال می‌کند. نقطه عطف زندگی پیروز، زلزله سال ۱۳۶۹ است؛ حادثه‌ای که سرنوشت او و خانواده‌اش را برای همیشه تغییر می‌دهد. کتاب از تجربه شخصی نویسنده به‌عنوان بازمانده زلزله شکل گرفته و در کنار روایت یک فاجعه طبیعی، به تلاش انسان برای ادامه دادن پس از ویرانی می‌پردازد. جزئیات زندگی روزمره و زبان صمیمی، روایت را به تجربه‌ای شخصی و ملموس تبدیل کرده‌اند.

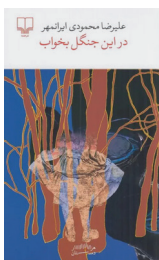


## در این جنگل بخواب

علیرضا محمودی ایرانمهر  
نشر چشمه

ت ۳۴۰,۰۰۰

چهار نفر، دو زوج، تصمیم می‌گیرند از منطقه خلخال از میان جنگل عبور کنند و خود را به دریای خزر برسانند؛ اما سفر خیلی زود از یک پیاده‌روی ساده فاصله می‌گیرد. در فضای جنگلی و ناشناخته، اتفاق‌هایی عجیب و وهم‌آلود رخ می‌دهد که شخصیت‌ها را با ترس‌ها و لایه‌های پنهان ذهن خود روبه‌رو می‌کند. جنگل در این رمان فقط محل وقوع داستان نیست؛ به فضایی برای ورود به ناخودآگاه شخصیت‌ها تبدیل می‌شود، جایی که مرز میان واقعیت و خیال به‌تدریج از بین می‌رود. ایرانمهر با استفاده از فضای روان‌شناختی و وهم‌آلود، روایتی درباره ترس، رابطه، ناخودآگاه و آن بخش ناشناخته وجود انسان ساخته است.



## خون ریزی

محمدمعین شرفائی  
انتشارات ثالث

ت ۲۴۰,۰۰۰

«خون‌ریزی» نخستین رمان محمدمعین شرفائی است؛ رمانی که داستان سه مرد را روایت می‌کند که برای خروج از مرز، در مسافرخانه‌ای حوالی نوسود با یکدیگر آشنا می‌شوند. هر سه گذشته‌ای زخمی دارند و همین گذشته‌ها به‌تدریج در مسیر داستان آشکار می‌شوند. شرفائی در این اثر، داستان‌گویی را با عناصری از رئالیسم جادویی، بینامتنیت و ژانر جنایی و معمایی ترکیب کرده است. جغرافیای کرمانشاه و مرز نیز نقش مهمی در فضای اثر دارد و به داستان حال‌وهوایی خاص می‌دهد. رمان در کنار روایت یک ماجرای پرتعلیق، به زخم‌های گذشته، خشونت و تلاش شخصیت‌ها برای عبور از زندگی پیشین خود می‌پردازد.

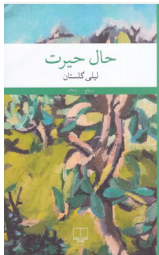


## حال حیرت

لیلی گلستان  
نشر چشمه

ت ۷۸۰,۰۰۰

«حال حیرت» مجموعه‌ای از یادداشت‌ها، مقاله‌ها و گفت‌وگوهای لیلی گلستان است که طی سال‌ها نوشته و منتشر شده‌اند. کتاب از موضوعاتی چون ادبیات، هنر، ترجمه، حرفه‌ای و شخصی‌اش با آنها روبه‌رو شده است. «حال حیرت» بیش از آنکه زندگی‌نامه‌ای منسجم باشد، مجموعه‌ای از تکه‌های زندگی و اندیشه نویسنده است؛ تکه‌هایی که در کنار هم تصویری از جهان ذهنی و فرهنگی یکی از چهره‌های شناخته‌شده ترجمه و هنر ایران می‌سازند.



## جبروت

علیرضا جوانمرد  
نشر ثالث

ت ۳۲۰,۰۰۰

«جبروت» رمانی چندلایه و چندصدایی است که زندگی بحران زده مردی به نام قهرمان یوسفی را از خلال یادداشت‌هایی پراکنده و تکه‌تکه روایت می‌کند. قهرمان در میان تجربه‌های روزمره، اندیشه‌های فلسفی، پرسش‌های دینی و تأمل درباره مرگ و معنای زندگی سرگردان است. رمان با شکستن ساختار روایی معمول، میان روایت ذهنی و عینی، گزارش، تأمل، نقاشی، کاریکاتور، فرمول‌های ریاضی و ارجاع به متون ادبی و دینی حرکت می‌کند. همین چندصدایی، جهان داستانی را به متنی نیازمند رمزگشایی تبدیل کرده است. جوانمرد در لایه‌های عمیق‌تر، مسئله انسان گرفتار در پوچی و نسبت او با امر قدسی را پیش می‌کشد؛ رمانی فشرده و متفاوت برای خواننده‌ای که از روایت‌های متعارف فاصله می‌گیرد.

## لاک: جنبنده‌ی زمین

پیمان اسماعیلی  
نشر چشمه

ت ۱,۳۰۰,۰۰۰

«لاک: جنبنده‌ی زمین» رمانی پرتعلیق است که داستانش از مرگ الیاس ساسون، تاجر یهودی خاندان ساسون در هنگ‌کنگ، آغاز می‌شود و خیلی زود به شبکه‌ای از تجارت تریاک، فساد، خیانت و قدرت می‌رسد. اسماعیل، پسرخوانده‌ای مسلمان با گذشته‌ای رازآلود و توانایی دیدن آینده، راهی اصفهان می‌شود؛ شهری گرفتار قحطی، وبا و آشفتگی اجتماعی. در کرمانشاه، شهباز با کتابی اسرارآمیز به نام «لاک» روبه‌رو می‌شود؛ کتابی که وعده قدرتی فراتر از جهان معمول را می‌دهد. روایت سپس به سهندج و خاندان اردلانی می‌رسد و تاریخ، سیاست، اسطوره و خشونت در هم می‌آمیزند. رمان در نهایت با ظهور موجودی افسانه‌ای، مرز میان واقعیت و خیال را به کلی محو می‌کند.



## نیاورده‌اند که...

شهره احدیت  
نشر خوب

ت ۲۸۰,۰۰۰

«نیاورده‌اند که...» مجموعه‌داستانی تازه از شهره احدیت است که با نگاهی به واقعیت اجتماعی، سراغ بخش‌هایی از زندگی ایرانیان می‌رود که معمولاً در روایت‌های رسمی و روزمره دیده نمی‌شوند. احدیت در این کتاب، به‌ویژه بر تجربه زنان و موقعیت آنان در برخورد با سنت و مدرنیته تمرکز دارد؛ موضوعی که در آثار پیشین او نیز حضوری پررنگ داشته است. روایت‌ها زبانی صمیمی و بی‌پیرایه دارند و از خلال زندگی شخصیت‌ها، سکوت‌ها، رنج‌ها و تناقض‌های پنهان جامعه را آشکار می‌کنند. پیوند میان دانش جامعه‌شناسی نویسنده و تجربه داستان‌نویسی او، به مجموعه حال‌وهوایی اجتماعی و واقع‌گرا داده است. کتاب در ۱۱۹ صفحه منتشر شده است.



## دسته‌ی ترسوها

محمدرضا پایرامی  
نشر نیلوفر

ت ۳۹۰,۰۰۰

محمدرضا پایرامی در «دسته‌ی ترسوها» بار دیگر به سراغ جنگ می‌رود، اما این بار از زاویه‌ای متفاوت. داستان، گذشته و حال شخصیت‌هایی را به هم پیوند می‌دهد که تجربه جنگ و پیامدهای آن هنوز در زندگی‌شان حضور دارد. گفت‌وگوهای میان متین و فاتح، علاوه بر طنز و کنایه، تصویری از نسلی ارائه می‌کند که سال‌های جنگ، انقلاب و تحولات پس از آن را از سر گذرانده است. خاطرات اعزام، اتهام‌ها و فشارهای سیاسی و اجتماعی، در کنار زندگی روزمره شخصیت‌ها قرار می‌گیرند و گذشته را به زمان حال بازمی‌گردانند. پایرامی با زبانی صمیمی و گاه طنزآمیز، به سراغ موضوعاتی چون جنگ، حافظه، ترس و نسبت فرد با فضای سیاسی و اجتماعی زمانه می‌رود.



## داستان‌های اسباب‌بازی

سروش چیت‌ساز  
نشر چشمه

ت ۴۹۰,۰۰۰

«داستان‌های اسباب‌بازی» مجموعه‌ای از داستان‌های کوتاه است که از یک پرسش کودکانه درباره «تعدد یازدهم» آغاز می‌شود. سروش چیت‌ساز جهانی را تصور می‌کند که در آن، علاوه بر ابعاد شناخته‌شده زمان و مکان، ابعاد دیگری نیز وجود دارند و بعضی آدم‌ها به‌طور تصادفی یا به‌واسطه توانایی‌هایی خاص، می‌توانند به آنها راه پیدا کنند. هر داستان بخشی از این جهان ناآشنا را آشکار می‌کند و خواننده را با موقعیت‌هایی روبه‌رو می‌سازد که در آنها قوانین معمول واقعیت دیگر کارایی ندارند. کتاب میان خیال، وهم و واقعیت حرکت می‌کند و در عین حفظ حال‌وهوای بازیگوشانه عنوانش، به ترس‌ها، تاریکی‌ها و ناشناخته‌های ذهن انسان نزدیک می‌شود.



## عشق و سفر در زمان

ناصر سلیم  
نشر ثالث

ت ۳۸۰,۰۰۰

«عشق و سفر در زمان» رمانی ایرانی از ناصر سلیم است که عنوان آن از همان ابتدا دو محور اصلی روایت را پیش روی خواننده می‌گذارد: عشق و زمان. نویسنده در این اثر، مفهوم سفر در زمان را در کنار تجربه عاطفی انسان قرار می‌دهد و از این طریق به رابطه میان گذشته، حال و آینده نزدیک می‌شود. زمان در چنین روایتی فقط یک بستر رویداد نیست؛ می‌تواند امکان بازگشت، تغییر، تکرار یا مواجهه دوباره با انتخاب‌های گذشته را فراهم کند. پیوند این ایده با عشق، داستان را به پرسشی درباره امکان تغییر سرنوشت و تأثیر انتخاب‌های انسانی تبدیل می‌کند.



## جستار

## ستیز کیهانی در اساطیر ایرانی

ابوالقاسم اسماعیل‌پور مطلق  
نشر چرخ

ت ۸۴۰,۰۰۰

«ستیز کیهانی در اساطیر ایرانی» پژوهشی درباره یکی از بنیادی‌ترین الگوهای اسطوره‌ای ایران، یعنی نبرد همیشگی میان نیروهای نظم و آشوب –و خیر و شر– است. ابوالقاسم اسماعیل‌پور مطلق با بهره‌گیری از زبان‌شناسی تاریخی، متون اوستایی و پژوهش‌های جدید، خاستگاه و تحول این الگو را بررسی می‌کند. در این نگاه، ستیز کیهانی فقط روایت نبرد دو نیروی متضاد نیست؛ الگویی است که تصور انسان از آفرینش جهان و جایگاه خود در آن را شکل می‌دهد. کتاب همچنین بازتاب این الگو را در حماسه‌ها، آیین‌ها و فرهنگ ایرانی دنبال می‌کند و تبیینی مدرن و موشکافانه از برآیند تمام این‌ها ارائه می‌دهد.



## افتادن: ۴۲۴ قدم خاطره

دیوگو مایناردی  
نشر چشمه

ت ۴۹۰,۰۰۰

«افتادن: ۴۲۴ قدم خاطره» خاطرات پدری است که فرزندش با فلج مغزی به دنیا آمده است. مایناردی به‌جای روایتی خطی، سرگذشت خانوادهاش را در ۴۲۴ قطعه کوتاه روایت می‌کند؛ ۴۲۴ قدم، بیشترین تعداد قدم‌هایی که پسرش تیتو توانسته بدون افتادن بردارد. نخستین قدم‌های کودک و خنده او پس از سقوط، به استعاره‌ای برای کل کتاب تبدیل می‌شود: «افتادن بخشی از زندگی است و برخاستن، ادامه آن. کتاب روایتی انسانی از عشق پدران، ناتوانی، امید، مقاومت و معنای –دوباره برخاستن– است.»



## بدبینی امیدوارانه

مارا فان درلوخت  
نشر بیدگل

ت ۷۴۵,۰۰۰

«بدبینی امیدوارانه» به رابطه پیچیده میان امید و ناامیدی می‌پردازد. مارا فان درلوخت نشان می‌دهد که دیدن تاریکی‌های جهان الزاماً به معنای تسلیم‌شدن نیست؛ گاهی پذیرش واقعیت‌های دشوار، پیش‌شرط کنش و تغییر است. نویسنده با فاصله گرفتن از خوش‌بینی ساده‌لوحانه، از نوعی امید واقع‌بینانه دفاع می‌کند؛ امیدی که بحران‌ها، شکست‌ها و محدودیت‌های جهان را انکار نمی‌کند. کتاب در پی آن است که نشان دهد چگونه می‌توان بدون چشم‌پوشی از رنج‌های فردی و اجتماعی، همچنان امکان تغییر و عمل را زنده نگه داشت و چگونه در عین پذیرش سیاهی، رنگی از روشنی و سفیدی بران زد.



## در جست‌وجوی صدای زنان

ویرجینیا وولف  
نشر بنگ

ت ۲۸۰,۰۰۰

«در جست‌وجوی صدای زنان» ادبیات «گزیده‌ای از مقاله‌ها و جستارهای ویرجینیا وولف است؛ نوشته‌هایی که چهره او را نه فقط به‌عنوان رمان‌نویس، بلکه به‌عنوان منتقد و متفکر برجسته در ادبیات مدرن نشان می‌دهند. وولف در این مجموعه درباره هنر نوشتن، داستان مدرن، جستارنویسی و جایگاه زنان نویسنده سخن می‌گوید و به شرایطی می‌پردازد که امکان آفرینش ادبی را برای زنان محدود یا فراهم می‌کند. این کتاب همچنین راهی بهتر برای درک نگاه وولف به مدرنیسم، تجربه زنانه و رابطه میان ادبیات و زندگی است.



## من دو بال دارم

مهراره فردوسی  
نشر دیوار

ت ۷۵۰,۰۰۰

«من دو بال دارم» پرتره‌ای از روزبه پیروز، کارآفرین توان‌یاب، به قلم مهراره فردوسی است. کتاب زندگی او را از دریچه‌ای انسانی و حرفه‌ای روایت می‌کند و می‌کوشد تصویر فرد توان‌یاب را از کلیشه‌های رایج فراتر برد. تجربه‌های شخصی، مسیر حرفه‌ای، انتخاب‌ها، محدودیت‌ها و تلاش برای ساختن آینده، در کنار یکدیگر تصویری انسانی را شکل می‌دهند که زندگی خود را در مرز میان محدودیت و امکان پیش برده است. کتاب بیش از آنکه صرفاً زندگی‌نامه‌ای انگیزشی باشد، روایتی از کار، استقلال، اراده و ساختن معنا در شرایط دشوار است.



## جستارهایی درباره‌ی زن

سوزان سانتاگ  
نشر نیماژ

ت ۳۴۰,۰۰۰

«جستارهایی درباره‌ی زن» مجموعه‌ای از چهار جستار سوزان سانتاگ درباره زنان، بدن، زیبایی و جایگاه اجتماعی آنان است. سانتاگ با نگاهی انتقادی، معیارهای دوگانه‌ای را بررسی می‌کند که در فرهنگ و جامعه برای زنان و مردان وجود دارند؛ از جمله این تصور که با افزایش سن، مردان می‌توانند همچنان قدرتمندتر و جذاب‌تر تلقی شوند، در حالی که زنان با افول مواجه‌اند. این نوشته‌ها نشان می‌دهند چگونه مفاهیمی مانند زیبایی و زنانگی تحت تأثیر نگاه اجتماعی شکل می‌گیرند و چگونه می‌توان آنها را به پرسش کشید.



## تکنولوژی، جنگ و فاشیسم

هربرت مارکوزه  
انتشارات چرخ

ت ۹۸۰,۰۰۰

در «تکنولوژی، جنگ و فاشیسم»، هربرت مارکوزه نسبت میان فناوری، ساختارهای قدرت و سیاست را بررسی می‌کند. او با نگاهی انتقادی نشان می‌دهد تکنولوژی صرفاً مجموعه‌ای از ابزارهای بی‌طرف نیست و شیوه تولید و استفاده از آن می‌تواند در خدمت سلطه سیاسی و اجتماعی قرار گیرد. تجربه فاشیسم و جنگ، نمونه‌هایی مهم برای توضیح این پیوند هستند. مارکوزه هم‌زمان مسئله آزادی فردی را پیش می‌کشد و می‌پرسد "آیا پیشرفت فنی الزاماً به آزادی بیشتر انسان منجر می‌شود؟" یا می‌تواند شکل‌های تازه‌ای از کنترل ایجاد کند.



## فمینیسم برای همه

بل هوکس  
نشر فیدگل

ت ۳۹۸,۰۰۰

بل هوکس در «فمینیسم برای همه» تلاش می‌کند فمینیسم را از تصویر پیچیده و دانشگاهی آن جدا کند و به زبانی روشن توضیح دهد. او فمینیسم را مبارزه‌ای برای پایان دادن به جنسیت‌زدگی، استثمار و ستم جنسیتی می‌داند و درباره موضوعاتی چون طبقه، نژاد، خشونت، آموزش، عشق، خانواده و سیاست فمینیستی بحث می‌کند. هدف کتاب این است که فمینیسم را نه جنبشی محدود به گروهی خاص، بلکه اندیشه‌ای برای تغییر زندگی همه انسان‌ها معرفی کند.

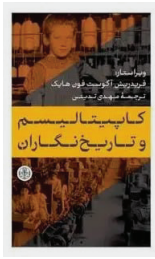


## کاپیتالیسم و تاریخ‌نگاران

فریدریش آگوست فون هایک  
نشر کتاب پارسه

ت ۸۶۵,۰۰۰

«کاپیتالیسم و تاریخ‌نگاران» به بررسی نگاه تاریخ‌نگاران به پیدایش و گسترش نظام سرمایه‌داری می‌پردازد. کتاب، روایت‌های ضدسرمایه‌داری درباره انقلاب صنعتی را به نقد می‌کشد و موضوعاتی مانند استاندارد زندگی کارگران در انگلستان، نظام کارخانه‌ای و سوگیری‌های تاریخی درباره سرمایه‌داری را بررسی می‌کند. مسئله اصلی اثر این است که چگونه برخی برداشت‌های تاریخی می‌توانند بر اثر پیش فرض‌های سیاسی و ایدئولوژیک شکل بگیرند. این عنوان چهاردهمین مجلد از مجموعه «ایدئولوژی‌پژوهی» است.



## در جست‌وجوی توحه

آدام فیلیپس  
نشر خوب

ت ۲۹۰,۰۰۰

آدام فیلیپس در «در جست‌وجوی توحه» مفهوم توحه را از زاویه روان‌کاوی و روابط انسانی بررسی می‌کند. توحه در این کتاب فقط توانایی تمرکز نیست؛ بلکه نوعی سرمایه‌گذاری عاطفی و رفتاری است که در عشق، آموزش، فرهنگ و روابط اجتماعی نقش دارد. فیلیپس می‌پرسد چرا به بعضی چیزها توحه می‌کنیم و از چه چیزهایی روی برمی‌گردانیم و این انتخاب‌ها درباره ما چه می‌گویند. او همچنین تأثیر فرهنگ و فناوری‌های جدید بر شیوه توزیع و مصرف توحه را بررسی می‌کند.



## صبحانه با سنکا

دیوید فیدلر  
نشر خوب

ت ۵۹۰,۰۰۰

«صبحانه با سنکا» تلاشی برای نزدیک کردن فلسفه رواقی به زندگی روزمره است. دیوید فیدلر با مراجعه به نوشته‌های سنکا درباره مرگ، خشم، اندوه، دوستی، ثروت و رضایت از زندگی بحث می‌کند و نشان می‌دهد اندیشه‌های این فیلسوف رومی چگونه می‌توانند برای انسان امروز نیز قابل استفاده باشند. کتاب به جای تفسیر دانشگاهی صرف، بر کاربرد عملی فلسفه تأکید دارد و از خواننده می‌خواهد میان اتفاقات خارج از کنترل و واکنش شخصی خود تمایز بگذارد و نقطه تلاقی‌ای برای هر دوی این مفاهیم ایجاد کند.



## در جست‌وجوی جمهوری

مارکوس تولیوس سیسرو  
نشر سوزا

ت ۸۵۰,۰۰۰

«در جست‌وجوی جمهوری» گزیده‌ای از نوشته‌های سیسرو درباره حکومت، عدالت، قانون و خیر عمومی است. سیسرو با تکیه بر سنت فلسفه سیاسی یونان و تجربه جمهوری روم، درباره ویژگی‌های یک نظام سیاسی مطلوب و نقش شهروندان در حفظ آن بحث می‌کند. برای او جمهوری تنها ساختاری حکومتی نیست؛ بلکه به قانون، فضیلت مدنی و احساس مسئولیت نسبت به منافع عمومی نیاز دارد. کتاب از متون کلاسیک اندیشه سیاسی است و بسیاری از پرسش‌های آن درباره آزادی، قانون و رابطه فرد و جامعه هنوز در مباحث سیاسی امروز مطرح‌اند.



## حقوق حیوانات و کج‌فهمی‌های آن

راجر اسکروتون  
انتشارات فراهم

ت ۲۵۰,۰۰۰

راجر اسکروتون در این کتاب به یکی از بحث‌برانگیزترین مسائل اخلاق معاصر، یعنی جایگاه حیوانات و مفهوم «حقوق» آنها، می‌پردازد. او ضمن مخالفت با آزار و بی‌رحمی نسبت به حیوانات، درباره تعمیم بی‌واسطه مفهوم حقوق انسانی به حیوانات پرسش‌هایی مطرح می‌کند. شکار، نگهداری حیوانات، مصرف گوشت و مسئولیت اخلاقی انسان از جمله موضوعات مورد بحث‌اند. کتاب به جای ارائه پاسخی شعاری، می‌کوشد مبانی اخلاقی رابطه انسان و حیوان را بررسی و امری مشخص و مولف برای آن ایجاد کند.



## در باب زندگی و رنج

کیرن ستیا  
نشر خوب

ت ۴۹۰,۰۰۰

کیرن ستیا در «در باب زندگی و رنج» سیرا تجربه‌هایی می‌رود که بخش جدایی‌ناپذیر زندگی انسان‌اند: فقدان، تنهایی، شکست، بی‌عدالتی، ناتوانی و پوچی. او معتقد است فلسفه لزوماً قرار نیست رنج را از میان ببرد، بلکه می‌تواند شیوه مواجهه ما با آن را تغییر دهد. نویسنده با زبانی روشن و با استفاده از نمونه‌هایی از زندگی روزمره، ادبیات و تجربه شخصی، پرسش مهمی را دنبال می‌کند: "چگونه می‌توان در جهانی که همواره کامل و عادلانه نیست، همچنان خوب زندگی کرد؟"

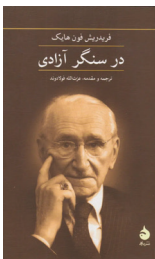


## در سنگر آزادی

فریدریش فون هایک  
نشر ماهی

ت ۴۱۰,۰۰۰

«در سنگر آزادی» مجموعه‌ای از نوشته‌های فریدریش فون هایک درباره آزادی فردی، دولت، قانون، دموکراسی و اقتصاد است. کتاب مجموعه‌ای از مقاله‌ها و بخش‌هایی از آثار مهم او را گرد آورده و دیدگاه‌هایش درباره نظم اجتماعی و سیاسی را نشان می‌دهد. هایک بر اهمیت قواعد عمومی و محدود بودن قدرت سیاسی تأکید دارد و درباره نسبت آزادی اقتصادی و آزادی سیاسی بحث می‌کند. این اثر برای آشنایی مقدماتی با اندیشه سیاسی هایک مناسب است.



## ابن خلدون: زندگی و اندیشه او

رابرت اروین  
نشر مد

ت ۴۸۰,۰۰۰

رابرت اروین در این کتاب زندگی و اندیشه ابن‌خلدون را در متن تحولات سیاسی و اجتماعی جهان اسلام بررسی می‌کند. ابن‌خلدون در «مقدمه» خود درباره پیدایش و سقوط دولت‌ها، ساختارهای اجتماعی، اقتصاد، جنگ و نقش گروه‌های انسانی در تغییرات سیاسی نظریه‌پردازی کرده بود. اروین نشان می‌دهد این اندیشه‌ها چگونه با تجربه‌های شخصی و سیاسی ابن‌خلدون پیوند داشتند و چرا قرن‌ها بعد همچنان اهمیت دارند. این کتاب هم زندگی‌نامه‌ای فکری است و هم درآمدی برای شناخت مفاهیم اصلی اندیشه ابن‌خلدون.



زایش شهروندان: زنان و سیاست‌های مادری در ایران  
فیروزه کاشانی‌ثابت  
نشر فیدگل

ت ۲۴۵,۰۰۰

کتاب «زایش شهروندان» اثر فیروزه کاشانی‌ثابت، پیوند بدن زنانه و ملت‌سازی در ایران مدرن را بررسی می‌کند. با ورود طب مدرن از عصر قاجار و مشروطه، مفهوم «مادری» از امری خصوصی به سنگری سیاسی برای تربیت نسلی نیرومند تبدیل شد. نخبگان با استعاره‌ی «امام‌میهن»، بهداشت و زایش را با ناسیونالیسم گره زدند؛ اما زنان هوشمندانه از گفتمان «مادر باسواد» برای مطالبه‌ی حق تحصیل و ورود به عرصه‌ی عمومی بهره بردند. نویسنده نشان می‌دهد که با وجود تحولات ایدئولوژیک، بازتعریف «مادر مسلمان» در دهه‌های اخیر تداوم نگاه به بدن زن به مثابه‌ی سرمایه‌ای ملی است که هویت معاصر ایران را شکل می‌دهد.



## سیاست ایلی در ایران

استفانی کرونین  
نشر فیدگل

ت ۹۸۵,۰۰۰

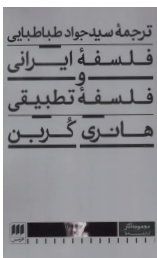
کتاب «سیاست ایلی در ایران» نوشته استفانی کرونین، فرایند شکل‌گیری دولت متمرکز در دوره رضاشاه (۱۲۹۹ تا ۱۳۳۰) را از زاویه‌ی مناطق پیرامونی ایلات بررسی می‌کند. کرونین نشان می‌دهد که نوسازی و امنیت مد نظر مرکز، با نظام‌گری، خلع سلاح و اسکان اجباری (تخته‌قاپو) پیش رفت؛ سیاستی که به نابودی معیشت، فقر و فروپاشی اجتماعی جوامع عشایری انجامید. از نگاه نویسنده، آنچه دولت «شورش و یاغی‌گری» می‌نامید، در واقع دفاع ایلات از شیوه زندگی و استقلالشان بود. این اثر با نقد تمرکزگرایی آمریت‌طلب، ریشه‌های تاریخی شکاف مرکز-پیرامون و چهره خشونت‌بار مدرنیته دولتی در ایران معاصر را آشکار می‌سازد.



## فلسفه ایرانی و فلسفه تطبیقی

هانری کربن  
نشر هرمس

۵۱۲۵,۰۰۰  
هانری کربن در «فلسفه ایرانی و فلسفه تطبیقی» تلاش می‌کند جایگاه سنت فلسفی ایران را در تاریخ اندیشه توضیح دهد. او با فاصله گرفتن از این دیدگاه که فلسفه اسلامی را صرفاً ادامه فلسفه یونانی می‌داند، بر ویژگی‌های مستقل حکمت ایرانی، به‌ویژه فلسفه اشراقی، تأکید می‌کند. کربن فلسفه را در پیوند با تجربه معنوی و شیوه خاصی از فهم جهان بررسی می‌کند و از روش تطبیقی برای نشان دادن روابط میان سنت‌های فکری بهره می‌گیرد. این کتاب یکی از آثار مهم او درباره فلسفه و معنویت ایرانی است.



## متن‌هایی درباره هرمنوتیک: از افلاطون تا امروز

النا فیکارا  
نشر هرمس

۶۶۰,۰۰۰  
«متن‌هایی درباره هرمنوتیک: از افلاطون تا امروز» مجموعه‌ای از گزیده‌نوشته‌های متفکران مختلف درباره فهم و تفسیر است. النا فیکارا با مقدمه‌ای مفصل و مقدمه‌های کوتاه برای هر بخش، تحول مفهوم هرمنوتیک را از ریشه‌های یونانی آن تا سده بیستم و آغاز قرن بیست‌ویکم دنبال می‌کند. قطعات انتخاب‌شده جنبه‌های متنوع این حوزه را نشان می‌دهند و نسبت آن را با زبان، معنا، فلسفه و تفسیر روشن می‌کنند.



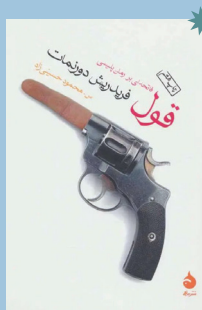
## اصلاحات ارضی و تغییرات اجتماعی در ایران

افسانه نجم‌آبادی  
نشر بیدگل

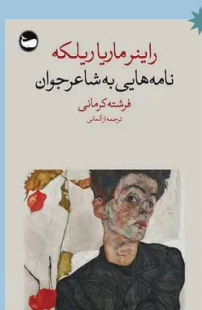
۷۴۵,۰۰۰  
کتاب «اصلاحات ارضی و تغییرات اجتماعی در ایران» اثر افسانه نجم‌آبادی، گذار از نظام ارباب‌رعیتی به سرمایه‌داری دولتی را واکاوی می‌کند. نجم‌آبادی نشان می‌دهد که حذف مالکان بزرگ، دولت را به «ارباب کل» بوروکراتیک تبدیل کرد و هدف اصلی آن، نفوذ سیاسی در روستاها بود. با تقسیم نابرابر زمین، طبقه «خوش‌نشینان» بی‌بهره ماندند و موج عظیم مهاجرت به حاشیه‌ی شهرها شکل گرفت. تحمیل مدرنیته‌ی فرمایشی، روستاها را از واحدهای تولیدی به مصرف‌کنندگانی وابسته بدل ساخت. در نهایت، با نابودی میانجی‌های سنتی و انباشت انتظارات برآورده‌نشده، لشکری از حاشیه‌نشینان شکل گرفت که به بدنه اصلی معترضان انقلاب ۱۳۵۷ تبدیل شدند.



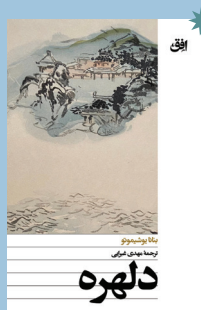
خالکوب آشویتس  
هادر موریس  
نشر ثالث



قول  
فریدریش دورنمات  
نشر ماهی



نامه‌هایی به شاعر جوان  
راینر مارا رلیکه  
نشر وال



دلهره  
بنانا یوشیموتو  
نشر افق



دفاع لوژین  
ولادیمیر نایاکوف  
نشر کارنامه

## خدا: یک زندگینامه

جک مایلز  
نشر هرمس

۱,۴۰۰,۰۰۰  
جک مایلز در «خدا: یک زندگینامه» متن عهد عتیق را مانند یک اثر ادبی می‌خواند و خداوند را همچون شخصیت اصلی این روایت بررسی می‌کند. او به آفرینش، آدم و حوا، طوفان نوح، ابراهیم، موسی و دیگر روایت‌های کتاب مقدس می‌پردازد و دگرگونی‌ها و تناقض‌های شخصیت خداوند را در طول روایت دنبال می‌کند. نتیجه، اثری است که بیش از آنکه تفسیری اعتقادی باشد، خوانشی ادبی و تحلیلی از متن مقدس ارائه می‌دهد.

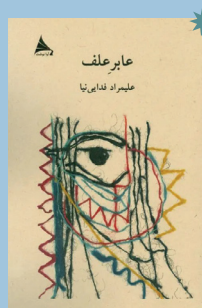


به پیشنهاد  
همکاران بوکلند

کتاب‌بهم  
BOOKLAND



باقی مانده‌های آشویتس  
جورجو آکامین  
نشر بیدگل



عابر علف  
علیمراد فدایی‌نیا  
نشر آوانوشت

## خاطرات اوین

صادق زیباکلام  
نشر روزنگه

۷۳۰,۰۰۰  
«خاطرات اوین» روایت صادق زیباکلام از دوره‌ای است که در زندان اوین گذرانده است. نویسنده تجربه شخصی خود از ورود به زندان، گفت‌وگو با زندانیان و مسئولان و تأثیر فضای زندان بر ذهن و زندگی روزمره را بازگو می‌کند. ترس، دلتنگی، اضطراب و تلاش برای حفظ تعادل روانی در این محیط، بخش مهمی از روایت را تشکیل می‌دهند. کتاب بیش از آنکه صرفاً گزارشی تاریخی باشد، بر تجربه انسانی زندانی شدن و پیامدهای فردی و روانی آن تمرکز دارد.



## بلندپروازی اخلاقی: استعداد را هنر نده و تغییر ایجاد کن

رونگر برگمن  
نشر کرگدن

۷۵۰,۰۰۰  
رونگر برگمن در «بلندپروازی اخلاقی» تعریف رایج موفقیت را به چالش می‌کشد. از نگاه او، زندگی موفق تنها به معنای ثروت، موقعیت یا رضایت شخصی نیست؛ انسان می‌تواند استعداد، زمان و مسیر حرفه‌ای خود را برای حل مسائل بزرگ‌تری مانند فقر و بی‌عدالتی به کار بگیرد. برگمن در عین تأکید بر آرمان‌گرایی، بر ضرورت عمل و اثرگذاری نیز پافشاری می‌کند و از خواننده می‌خواهد درباره واقعیات انتخاب‌هایش بر جهان اطراف فکر کند و وارد نوعی معامله برادر میان این دو امر شود، که یکی از درون او می‌جوشد و دیگری بر دنیای اطراف.



## دولت، قدرت، سوسیالیسم

نیکوس پولاتزاس  
نشر چرخ

۶۶۰,۰۰۰  
کتاب «دولت، قدرت، سوسیالیسم» اثر نیکوس پولاتزاس، از متون کلیدی چپ معاصر است که با رد ابزارانگاری سنتی مارکسیستی، دولت سرمایه‌داری را «رابطه‌ای اجتماعی» و عرصه‌ی مبارزه‌ی طبقاتی با خودمختاری نسبی تعریف می‌کند. پولاتزاس با تبیین پدیده‌ی «دولت خودکامه» نشان می‌دهد که چگونه سرمایه‌داری متأخر در مواجهه با بحران، قدرت را در دستگاه اداری متمرکز کرده و دموکراسی نمایندگی را تضعیف می‌سازد. او در برابر اقتدارگرایی، الگوی «سوسیالیسم دموکراتیک» را پیشنهاد می‌کند؛ فرآیندی که به جای نابودی ناگهانی دولت، خواهان بازسازی درونی آن، حفظ آزادی‌های سیاسی و گسترش مشارکت توده‌ای برای جلوگیری از بازتولید استبداد است.



### تمام راه جنگل بود

محمد اشرقی شیرازی

نشر چشمه



«تمام راه جنگل بود» سفرنامه‌ای از سلطان‌الواعظین است که تجربه سفر را با مشاهده دقیق آدم‌ها، مکان‌ها و مناسبات اجتماعی درهم می‌آمیزد. نویسنده در مسیر سفر فقط به توصیف جغرافیا اکتفا نمی‌کند و جزئیات زندگی روزمره، برخوردهای انسانی و فضای فرهنگی پیرامونش را نیز ثبت می‌کند. همین نگاه، کتاب را از یک سفرنامه ساده فراتر می‌برد و آن را به روایتی از یک دوره تاریخی و شیوه زیستن آدم‌های آن زمان تبدیل می‌کند. اثری مناسب برای خواننده‌ای که به سفرنامه‌های قدیمی و روایت‌های مبتنی بر مشاهده و تجربه شخصی علاقه دارد.

### کافه پولونیا

منصور ضابطیان

نشر مون



منصور ضابطیان در «کافه پولونیا» به سراع یکی از کمتر شناخته‌شده ترین فصل‌های تاریخ مشترک ایران و لهستان می‌رود: ورود مهاجران لهستانی به ایران در جریان جنگ جهانی دوم. سفر او از ورشو آغاز می‌شود و در ادامه، ردپای این مهاجرت را در شهرها و مکان‌های مختلف دنبال می‌کند. کتاب فقط درباره یک واقعه تاریخی نیست؛ ضابطیان از خلال سفر، آدم‌ها، خاطرات و مکان‌ها، معنای مهاجرت، غربت و میزبانی را نیز بررسی می‌کند. همین ترکیب سفرنامه و تاریخ، کتاب را به روایتی زنده از واقعه‌ای تبدیل کرده که هنوز نشانه‌هایش در حافظه دو کشور باقی مانده است.

### آبی وحشی دوردست

کی ردفیلد جیمیسون

نشر دیوار



می‌کند، فاصله گرفتن از زبان صرفاً پزشکی و نزدیک‌شدن به تجربه انسانی بیماری است؛ تجربه‌ای که بر هویت، روابط و تصمیم‌های فردی اثر می‌گذارد. جیمیسون هم‌زمان از جذابیت دوره‌های شیدایی و فرسودگی و انزوای دوره‌های افسردگی می‌گوید و تصویری پیچیده و شخصی از زندگی با نوسان‌های شدید خلق ارائه می‌کند.

### تبعیدیان سودایی

تی. اچ. کار

فرهنگ نشر نو



«تبعیدیان سودایی» به زندگی و اندیشه گروهی از روشنفکران روس در دهه ۱۸۴۰ می‌پردازد؛ نسلی که در فضای بسته سیاسی روسیه به اصلاحات اجتماعی و اندیشه‌های انقلابی گرایش پیدا کرد. ای. اچ. کار سرگذشت این روشنفکران را در پیوند با تجربه مهاجرت و حضورشان در اروپا بررسی می‌کند و نشان می‌دهد مواجهه با اندیشه‌های تازه چگونه جهان‌بینی آنها را تغییر داد. کتاب در کنار روایت زندگی افراد، تصویری از فضای فکری روسیه در آستانه تحولات بزرگ سیاسی ارائه می‌کند و برای شناخت ریشه‌های روشنفکری و انقلابی در روسیه قرن نوزدهم اهمیت دارد.

### جاسوس و خائن

بن مکینتایر

نشر وزن دنیا



«جاسوس و خائن» داستان واقعی اولگ گوردیفسکی، افسر بلندپایه کاگب و جاسوس بریتانیا در دوران جنگ سرد است. گوردیفسکی سال‌ها اطلاعات محرمانه شوروی را به غرب منتقل کرد و سرانجام خود در معرض خطر شناسایی قرار گرفت. بن مکینتایر این ماجرا را با ریتم یک تریلر جاسوسی روایت می‌کند و در کنار زندگی گوردیفسکی، فضای پرتنش و بی‌اعتماد جنگ سرد را نیز بازسازی می‌کند. جذابیت کتاب فقط در عملیات جاسوسی نیست؛ مسئله وفاداری، اعتماد، ترس و تصمیم‌های فردی در جهانی است که یک اشتباه کوچک می‌تواند عواقبی بسیار بزرگ داشته باشد.

پروانه‌های زرد کاغذی: زندگی‌نامه گابریل گارسیا مارکز استقن ام. هارت

نشر وزن دنیا

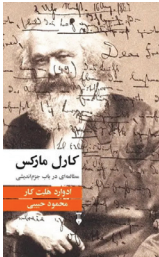


استقن ام. هارت در این زندگی‌نامه، مسیر زندگی گابریل گارسیا مارکز را از کودکی تا شهرت جهانی دنبال می‌کند. در کنار زندگی شخصی نویسنده، تجربه روزنامه‌نگاری، فضای سیاسی آمریکای لاتین و زمینه فرهنگی شکل‌گیری آثارش نیز بررسی می‌شود. کتاب می‌کوشد نشان دهد چگونه خاطرات کودکی، تاریخ منطقه، سیاست و تجربه‌های شخصی به جهان داستانی مارکز راه یافته‌اند. برای خواننده‌ای که می‌خواهد پشت صحنه شکل‌گیری آثار نویسنده‌ای چون «صد سال تنهایی» را بهتر بشناسد، این کتاب فقط یک زندگی‌نامه نیست؛ بلکه راهی برای درک ریشه‌های تخیل و جهان ادبی اوست.

#### کارل مارکس: مطالعه‌ای در باب جزم‌اندیشی

ادوارد هلت کار

فرهنگ نشر نو



فکری قرن نوزدهم ببیند و توضیح دهد چگونه یک نظریه انتقادی می‌تواند در گذر زمان به دستگاهی بسته و ایدئولوژیک تبدیل شود. کتاب از این منظر فقط درباره مارکس نیست؛ درباره رابطه میان اندیشه، تاریخ و ایدئولوژی نیز پرسش می‌کند و خواننده را به خوانشی انتقادی‌تر از میراث مارکس دعوت می‌کند.

### همیشه عصیانگر

هانری تروایا

انتشارات به‌سخن

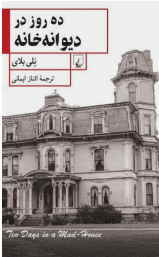


«همیشه عصیانگر» زندگی‌نامه ماریا تسوتایوا، شاعر برجسته روس، است. هانری تروایا زندگی او را از آغاز شاعری تا مهاجرت، بازگشت به شوروی و سال‌های پایانی عمر دنبال می‌کند. جنگ، مهاجرت، فقر، فقدان و روابط عاطفی دشوار بخش مهمی از این زندگی را ساخته‌اند. تسوتایوا در برابر بسیاری از محدودیت‌های زمانه‌اش شخصیتی مستقل و سرکش داشت و این روحیه در شعر و زندگی شخصی‌اش نیز دیده می‌شود. کتاب در کنار شرح زندگی شاعر، نشان می‌دهد تجربه‌های تاریخی و عاطفی چگونه به شعر او راه یافته و از او یکی از چهره‌های مهم ادبیات روسیه ساخته‌اند.

### ده روز در دیوانه‌خانه

نلی بلای

نشر ققنوس



نلی بلای، روزنامه‌نگار آمریکایی، برای بررسی وضعیت بیماران آسایشگاه روانی بلک‌ولز آیلند خود را بیمار روانی معرفی کرد و ده روز در آنجا ماند. او در این مدت با بی‌توجهی، غذای نامناسب، شرایط غیربهداشتی و رفتار خشونت‌آمیز برخی کارکنان روبه‌رو شد. بلای تجربه مستقیم خود را به گزارشی تکان‌دهنده تبدیل کرد که توجه افکار عمومی را به وضعیت مراکز نگهداری بیماران روانی جلب کرد. «ده روز در دیوانه‌خانه» نمونه‌ای کلاسیک از روزنامه‌نگاری تحقیقی است؛ روایتی که نشان می‌دهد مشاهده مستقیم و روایت بی‌واسطه می‌تواند ساختارهایی پنهان و ناکارآمد را در برابر افکار عمومی قرار دهد.

### از پیدایش روم

تیتوس لیویوس

نشر ثالث



«از پیدایش روم» یکی از مهم‌ترین متون کلاسیک برای شناخت تاریخ روم باستان است. تیتوس لیویوس در این اثر از افسانه‌ها و روایت‌های بنیادگذاری روم آغاز می‌کند و شکل‌گیری جامعه و حکومت روم را در سال‌های نخست آن دنبال می‌کند. داستان رومولوس، زنان سابین، جنگ‌ها و سقوط پادشاهی در کنار تأمل درباره منش، فضیلت و رفتار سیاسی رومیان قرار می‌گیرد. لیویوس فقط وقایع را ثبت نمی‌کند؛ گذشته را فرصتی برای اندیشیدن به قدرت، اخلاق و سرنوشت حکومت‌ها می‌بیند. این کتاب برای علاقه‌مندان تاریخ باستان و ادبیات کلاسیک، تصویری زنده از روم آغازین فراهم می‌کند.

#### مرا ببوس: زندگی و سروده‌های حیدر رقابی

کامیار عابدی

نشر مروارید

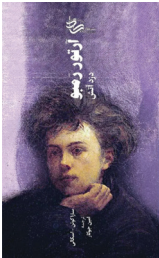


«مرا ببوس» زندگی و آثار حیدر رقابی، شاعر و ترانه‌سرای ایرانی، را بررسی می‌کند؛ شاعری که نامش بیش از همه با ترانه ماندگار «مرا ببوس» گره خورده است. کامیار عابدی زندگی، فعالیت‌های فرهنگی، دیدگاه‌ها و جایگاه تاریخی رقابی را بررسی می‌کند و در ادامه، سروده‌ها و ترانه‌های او را نیز گرد می‌آورد. اهمیت کتاب در این است که یک ترانه بسیار مشهور را از زمینه زندگی و زمانه خالقش جدا نمی‌کند. خواننده در کنار شناخت رقابی، با فضای فرهنگی و سیاسی ایران در میانه قرن بیستم و جایگاه شعر و ترانه در آن دوره نیز روبه‌رو می‌شود.

### آرتور رمبو؛ دزد آتش

سارا کوئن - اسکالی

نشر کاد



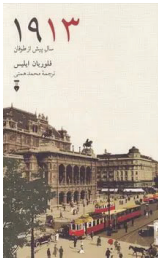
«آرتور رمبو؛ دزد آتش» زندگی‌نامه شاعر جوان و شورشی فرانسوی است؛ شاعری که در سال‌های کوتاه فعالیت ادبی خود، تأثیری عمیق بر شعر مدرن گذاشت. سارا کوئن - اسکالی از کودکی رمبو، فضای سخت خانوادگی و نبوغ زودرس او آغاز می‌کند و سپس به فرارها، شعرها، رابطه پراشوبش با پل ورلن، سفرها و ترک ادبیات می‌رسد. کتاب رمبو را فقط به شکل یک اسطوره ادبی نشان نمی‌دهد؛ بلکه نوجوانی بی‌قرار را روایت می‌کند که از چارچوب‌های زمانه‌اش گریخت و تلاش کرد زبان شعر را از نو تعریف کند.

## ۱۹۱۳: سال پیش از طوفان

فلوریان ایلیس  
فرهنگ نشر نو

ت ۷۵۰,۰۰۰

فلوریان ایلیس در «۱۹۱۳» سال پیش از طوفان» یک سال پیش از آغاز جنگ جهانی اول را از خلال زندگی هنرمندان و نویسندگان بزرگ اروپا روایت می‌کند. در این سال، پروست، کافکا، جویس، موزیل، مالویچ و استراوینسکی در جهانی سرشار از تجربه‌های تازه هنری و فکری زندگی می‌کنند؛ جهانی که هنوز از فاجعه پیش رو بی‌خبر است. ایلیس با روایت‌هایی کوتاه، طنزی ظریف و جزئیاتی چشمگیر، هم‌زمان تصویری فرهنگی و تاریخی از اروپا ارائه می‌دهد و تضاد میان شکوفایی خلاقیت و نزدیک‌شدن یک بحران بزرگ را برجسته می‌کند.

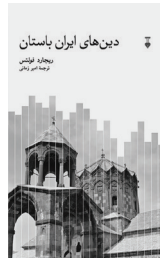


## دین‌های ایران باستان

ریچارد فولتس  
نشر نو

ت ۱,۲۰۰,۰۰۰

کتاب «دین‌های ایران باستان» نوشته ریچارد فولتس، روایتی جامع و بی‌طرفانه از کثر دینی در تاریخ ایران از باستان تا سده‌های اخیر ارائه می‌دهد. نویسنده به‌جای تحلیل‌های الهیاتی، بر بستر اجتماعی و رویدادهای تاریخی تمرکز می‌کند. کتاب طی پنج بخش، علاوه بر آیین‌های بومی مانند زرتشتی، مهر، مانی و مزدک، به ادیان وارداتی چون یهودیت، بودیسم و مسیحیت، و همچنین آیین‌های کم‌تر شناخته‌شده‌ای نظیر مندایی، ایزدی، یارسان، و تحولات دوره اسلامی (تصوف و تشیع) می‌پردازد. نقطه قوت این اثر، گستره‌ی وسیع پژوهش در ثبت پایداری و تنوع زیست‌بوم مذهبی سرزمینی است که همواره زادگاه و میزبان آیین‌های گوناگون بوده است.

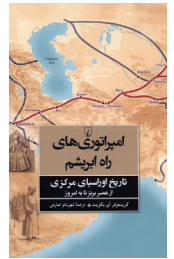


## امپراتوری‌های راه ابریشم

کریستوفر آی، بکویت  
نشر ققنوس

ت ۱,۲۰۰,۰۰۰

«امپراتوری‌های راه ابریشم» تاریخ اوراسیای مرکزی را از عصر برنز تا دوران معاصر دنبال می‌کند و این منطقه را نه حاشیه تمدن‌ها، بلکه یکی از کانون‌های اصلی شکل‌گیری تمدن، تجارت، فرهنگ و دانش می‌داند. کریستوفر آی، بکویت با بررسی اقوام و امپراتوری‌هایی مانند سکاها، هون‌ها، ترک‌ها، تبتی‌ها و مغولان، روابط آنان با ایران، چین، هند و اروپا را بررسی می‌کند. کتاب تصویری تازه از راه ابریشم ارائه می‌دهد و نشان می‌دهد جابه‌جایی انسان‌ها و کالاها چگونه با انتقال زبان، دین، فناوری و ایده‌ها همراه بوده است.



## آن سوی اضطراب

مارتا بک  
نشر مون

ت ۸۹۰,۰۰۰

«آن سوی اضطراب» اضطراب را فقط احساسی ناخوشایند که باید از میان بروید نمی‌داند؛ بلکه آن را نشانه‌ای می‌بیند که می‌تواند درباره ترس‌ها، نیازها و تعارض‌های درونی انسان اطلاعاتی در اختیار او بگذارد. مارتا بک با تکیه بر تجربه شخصی و رویکردهای روان‌شناختی، به خواننده پیشنهاد می‌کند به جای فرار از اضطراب، رابطه خود با آن را تغییر دهد. کتاب درباره چرخه نگرانی و اجتناب، شناخت بهتر خود و یافتن مسیرهایی برای تصمیم‌گیری آگاهانه‌تر است و تلاش می‌کند مفهوم اضطراب را از یک مانع صرف، به فرصتی برای شناخت و دگرگونی تبدیل کند.



## جنسیت و دیگری‌سازی

نادیا ماریا الشیخ  
نشر ثالث

ت ۶۸۰,۰۰۰

«جنسیت و دیگری‌سازی» خوانشی انتقادی از تاریخ‌نگاری‌های دوره عباسی بر اساس منابع اهل سنت ارائه می‌کند. نادیا ماریا الشیخ بررسی می‌کند که مفاهیمی مانند هویت، جنسیت و «دیگری» چگونه در روایت‌های تاریخی شکل گرفته‌اند و بازتابی زنان و گروه‌های مختلف چگونه با مناسبات قدرت پیوند خورده است. کتاب نشان می‌دهد تاریخ‌نگاری صرفاً ثبت رویدادها نیست و می‌تواند در ساختن مرز میان «خودی» و «دیگری» نیز نقش داشته باشد. این پژوهش برای علاقه‌مندان تاریخ اسلام، مطالعات جنسیت و تاریخ‌نگاری انتقادی قابل توجه است.



## جنبش‌های نافرجام

وینسنت بویز  
نشر ققنوس

ت ۷۲۰,۰۰۰

«جنبش‌های نافرجام» به موج گسترده اعتراضات مردمی در دهه ۲۰۱۰ در نقاط مختلف جهان می‌پردازد؛ از برزیل و شیلی تا هنگ‌کنگ و خاورمیانه. وینسنت بویز با استفاده از گزارش‌های میدانی و مصاحبه‌ها، این پرسش را دنبال می‌کند که چرا اعتراض‌هایی با حضور گسترده مردم، در بسیاری از موارد به تغییرات سیاسی پایدار منجر نشدند. او نقش سازمان‌دهی، رهبری، راهبرد سیاسی و ساختارهای اجتماعی را بررسی می‌کند و نشان می‌دهد فاصله میان بسیج عمومی و دستیابی به قدرت سیاسی می‌تواند سرنوشت یک جنبش را تعیین کند.

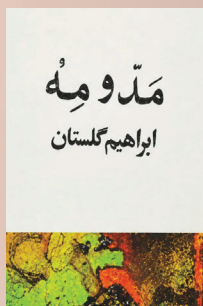
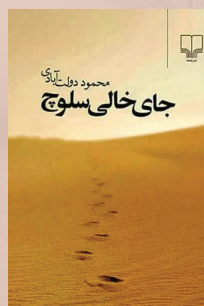
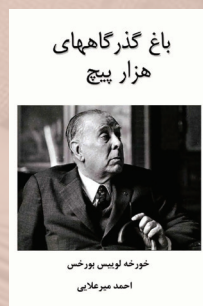


## به پیشنهاد نویسنده



معرفی نویسنده

**رضا جولایی،** داستان‌نویس و ویراستار ایرانی، از نویسندگانی است که تاریخ را به ماده‌ای برای داستان‌پردازی تبدیل کرده است. او از سال ۱۳۶۲ با حکایت «سلسله پشت‌کمانان» فعالیت ادبی خود را آغاز کرد و در بسیاری از آثارش به دوره‌های قاجار و پهلوی و رویدادهای تاریخی ایران بازگشت. جولایی شخصیت‌های خیالی را در کنار چهره‌های واقعی تاریخ قرار می‌دهد و از این ترکیب، روایت‌هایی می‌سازد که خودش آن‌ها را «قصه‌هایی تاریخ‌مند» می‌نامد. «سوء قصد به ذات همایونی»، «یک پرونده کهنه» از شناخته‌شده‌ترین آثار او هستند. آثار جولایی جوایز و تقدیرهای ادبی متعددی نیز دریافت کرده‌اند.

مد و مه  
ابراهیم گلستان  
نشر روزنآگراندیسمان  
خولیو کورتاسار  
نشر چشمهجنگ و صلح  
لئو تولستوی  
نشر نیلوفرتاریخ بیهقی  
ابولفضل بیهقی  
نشر مرکزجای خالی سلوچ  
محمود دولت‌آبادی  
نشر چشمهباغ گذرگاه‌های هزارپیچ  
خورخه لویس بورخس  
نشر جویا



**مغز سوگوار**  
مری‌فرانسیس اوکانر  
نشر نوین

«مغز سوگوار» به این پرسش می‌پردازد که فقدان دقیقاً چه تغییری در مغز ما ایجاد می‌کند. مری‌فرانسیس اوکانر، روان‌شناس و پژوهشگر علوم اعصاب، نشان می‌دهد سوگ فقط یک واکنش عاطفی نیست؛ مغز باید پس از فقدان، الگوهای انتظار و عادت‌هایی را که در حضور فرد از دست رفته شکل گرفته بودند، دوباره تنظیم کند. کتاب با پیوند دادن یافته‌های علوم اعصاب با تجربه‌های واقعی سوگ، توضیح می‌دهد چرا پذیرش نبودن یک عزیز زمان می‌برد و چرا دل‌تنگی می‌تواند حتی واکنشی جسمانی داشته باشد.



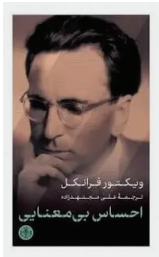
**ذهن‌های پراکنده**  
گبور مته  
نشر میلکان

گبور مته در «ذهن‌های پراکنده» اختلال کم‌توجهی، بیش‌فعالی را فقط مجموعه‌ای از نشانه‌های رفتاری نمی‌بیند و درباره ریشه‌های شکل‌گیری آن بحث می‌کند. او علاوه بر عوامل زیستی، به نقش محیط رشد، روابط عاطفی و تجربه‌های دوران کودکی توجه دارد و می‌پرسد ذهن چگونه در مواجهه با فشارهای محیطی شکل می‌گیرد. کتاب به تجربه روزمره افراد مبتلا نزدیک می‌شود و تلاش می‌کند دشواری‌های مربوط به تمرکز، سازمان‌دهی و تنظیم هیجان را در زمینه‌ای گسترده‌تر توضیح دهد. این اثر برای شناخت تجربه زیسته و زمینه‌های احتمالی ای‌دی‌اچ‌دی نوشته شده است.



**بدن سوگوار**  
مری‌فرانسیس اوکانر  
نشر نوین

«بدن سوگوار» مکملی برای فهم جسمانی فقدان است. مری‌فرانسیس اوکانر توضیح می‌دهد که سوگ فقط در ذهن اتفاق نمی‌افتد و می‌تواند خواب، اشتها، انرژی، تمرکز و واکنش‌های فیزیولوژیک بدن را نیز دگرگون کند. او با تکیه بر پژوهش‌های علوم اعصاب و تجربه شخصی فقدان، نشان می‌دهد بدن و مغز چگونه باید خود را با زندگی پس از ازدست‌دادن یک فرد مهم وفق دهند. کتاب کمک می‌کند واکنش‌هایی را که در دوره سوگ ممکن است عجیب یا غیرعادی به نظر برسند، بهتر بفهمیم و تجربه فقدان را صرفاً به «گذشت زمان» تقلیل ندهیم.



**احساس بی‌معنایی**  
ویکتور فرانکل  
کتاب پارسه

ویکتور فرانکل در «احساس بی‌معنایی» به یکی از بنیادی‌ترین بحران‌های انسان می‌پردازد: وقتی زندگی دیگر هدف و معنایی روشن ندارد. از نگاه فرانکل، انسان حتی در شرایط دشوار نیز می‌تواند برای زندگی خود معنایی شخصی بیابد و همین جست‌وجو می‌تواند نیرویی برای ادامه‌دادن باشد. کتاب با مفاهیمی چون آزادی، مسئولیت، رنج و انتخاب پیوند دارد و نشان می‌دهد خلأ معنایی چگونه می‌تواند به بی‌انگیزگی و سرگشتگی منجر شود. فرانکل به جای ارائه معنایی از پیش تعیین‌شده، بر مسئولیت هر فرد برای کشف معنای زندگی خودش تأکید می‌کند.



**زندگی در میانهٔ آشوب**  
جنی لاوسون  
نشر مون

«زندگی در میانهٔ آشوب» برای روزهایی نوشته شده که اضطراب، غم، خستگی و آشفتگی حتی انجام کارهای ساده را دشوار می‌کنند. جنی لاوسون تجربه‌های شخصی خود را با تمرین‌ها، یادآوری‌ها و راهکارهایی ترکیب می‌کند که در دوره‌های دشوار به او کمک کرده‌اند ادامه دهد و دوباره با خلاقیت و امکان شادی ارتباط برقرار کند. کتاب قرار نیست زندگی را بی‌دردسز کند؛ پیشنهادش یافتن راه‌هایی برای کنار آمدن با آشوب و ساختن لحظه‌های قابل‌تحمل و معنادار در دل آن است.



**درآمدی نو بر روان‌کاوی**  
آنتونی بیتمن  
فرهنگ نشر نو

کتاب «درآمدی نو بر روان‌کاوی» راهنمایی موجز، جامع و معتبر برای درک اصول نظری و کاربردهای بالینی روان‌کاوی و روان‌درمانی روان‌کاوانه معاصر است. این اثر با ساده‌سازی مفاهیم و الگوهای پیچیده فرویدی، متنی آسان‌فهم اما عمیق را برای دانشجویان و متخصصان بهداشت روان ارائه می‌دهد. نویسنده با تلفیق مباحث نظری و نمونه‌های بالینی ملموس، توانسته فراتر از یک اثر تئوریک، منبعی کاربردی و قابل‌ارجاع برای روان‌پزشکان، روان‌درمانگران و مشاوران فراهم کند. این کتاب تصویری روشن و به‌روز از جریان‌های فعال روان‌کاوی ارائه داده و درک دقیقی از عملکرد بالینی این حوزه به مخاطب منتقل می‌سازد.



**ذهن مطمئن**  
نیت زینسر  
نشر ذهن‌آویز

«ذهن مطمئن» به مسئله اعتمادبه‌نفس و رابطه آن با شیوه فکر کردن و رفتار کردن می‌پردازد. نیت زینسر تلاش می‌کند اعتمادبه‌نفس را ویژگی‌ای ثابت و ذاتی نداند و بر نقش تمرین، مواجهه با ترس، مدیریت افکار منفی و تجربه موفقیت‌های کوچک تأکید کند. کتاب خواننده را تشویق می‌کند به جای انتظار برای ازبین‌رفتن کامل تردید و ترس، یاد بگیرد در حضور آنها نیز عمل کند. تأکید اصلی اثر بر ساختن تصویری واقع‌بینانه‌تر از خود و تبدیل اعتمادبه‌نفس به مهارتی قابل تقویت است.



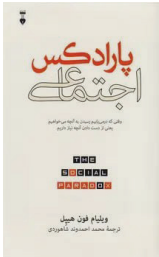
**رکود روانی**  
کوری کیز  
نشر لیوسا

کوری کیز در «رکود روانی» حالتی را توصیف می‌کند که در آن فرد لزوماً افسرده نیست، اما احساس می‌کند شورش، تمرکز، ارتباط و جهت زندگی‌اش کم‌رنگ شده است. او این وضعیت را در میانه سلامت روان و بیماری قرار می‌دهد و نشان می‌دهد چگونه ممکن است سال‌ها بدون تشخیص مشخص، احساس کنیم فقط روزها را پشت سر می‌گذاریم. کتاب علاوه بر تفاوت این حالت با افسردگی و فرسودگی، به نقش خانواده، محیط کار و روابط اجتماعی نیز توجه دارد و راه‌هایی برای بازگرداندن معنا، ارتباط و احساس زنده‌بودن پیشنهاد می‌کند.



**راهنمای افراد بسیار حساس**  
شاهیدا عربی  
نشر لالت

شاهیدا عربی در این کتاب به رابطه میان حساسیت عاطفی و روابط ناسالم می‌پردازد. او توضیح می‌دهد افرادی که واکنش‌های عاطفی شدیدتر یا همدلی بیشتری دارند، ممکن است در برابر دست‌کاری، کنترل‌گری و رفتارهای سوءاستفاده‌گرانه آسیب‌پذیرتر شوند. کتاب بر شناخت نشانه‌های رابطه سمی، تعیین مرزهای شخصی و بازپس‌گیری اختیار تأکید دارد و تلاش می‌کند به خواننده یاد بدهد حساسیت خود را نقطه ضعف نداند. هدف، قطعاً تغییر دادن دیگران نیست؛ بلکه شناخت الگوهای مخرب و یادگیری شیوه‌های سالم‌تر برای محافظت از خود در رابطه است.



**پارادوکس اجتماعی**  
ویلیام فون هیل  
نشر نو

«پارادوکس اجتماعی» درباره تناقضی در زندگی مدرن است: انسان امروز آزادی، انتخاب و استقلال بیشتری دارد، اما این امکانات لزوماً به احساس رضایت بیشتر منجر نشده‌اند. ویلیام فون هیل این مسئله را با تاریخ کامل انسان پیوند می‌دهد و نشان می‌دهد ما هم‌زمان به دو چیز نیاز داریم: تعلق و ارتباط با دیگران، و استقلال و تمایز فردی. از نظر او، سبک زندگی مدرن می‌تواند این تعادل را برهم بزند و ما را میان میل به مستقل‌بودن و نیاز به تعلق گرفتار کند. کتاب درباره رابطه، تنهایی و معنای زندگی اجتماعی دوباره فکر می‌کند.



**راهنمای کاربردی «با تو شروع نشده»**  
مارک وولن  
نشر میلکان

این کتاب نسخه‌ای کاربردی از ایده‌های مارک وولن درباره انتقال الگوهای آسیب میان نسل‌هاست. نویسنده با تمرین‌ها و پرسش‌های خودکاوانه، خواننده را به بررسی الگوهای تکرارشونده در احساسات، روابط و رفتارهایش دعوت می‌کند و می‌پرسد چه بخش‌هایی از این الگوها ممکن است ریشه در تاریخ خانواده داشته باشند. هدف کتاب سرزنش والدین یا نسل‌های پیشین نیست؛ بلکه افزایش آگاهی درباره الگوهایی است که بدون شناخت آنها ممکن است بارها تکرار شوند. تمرکز اثر بر مشاهده، نام‌گذاری و ایجاد امکان انتخابی متفاوت در برابر واکنش‌های آشنای گذشته است.



**تروما: یک همه‌گیری نامرئی**  
پل کانتی  
نشر میلکان

پل کانتی در «تروما: یک همه‌گیری نامرئی» تروما را تجربه‌ای محدود به یک حادثه مشخص نمی‌داند و به اثرات ماندگار آن بر ذهن، بدن، روابط و احساس امنیت می‌پردازد. او توضیح می‌دهد تجربه‌هایی مانند فقدان، خشونت، غفلت و ناامنی چگونه می‌توانند در سال‌های بعد نیز در رفتار و رابطه انسان با خودش و دیگران حضور داشته باشند. کتاب در عین توضیح سازوکارهای تروما، بر امکان شناخت و ترمیم تأکید می‌کند و می‌کوشد موضوعی پیچیده را به زبانی قابل‌فهم برای مخاطب عمومی توضیح دهد.

## در مسیر کوچینگ

داندل میلر  
نشر میون

ت ۵۹۰,۰۰۰

«در مسیر کوچینگ» برای کسانی نوشته شده که می‌خواهند مهارت و تجربه خود را به یک حرفه پایدار در حوزه کوچینگ تبدیل کنند. داندل میلر از تعریف جایگاه حرفه‌ای و شناخت مشتری مناسب آغاز می‌کند و به طراحی خدمات، معرفی مؤثر توانایی‌ها، جذب مشتری و ساختن یک کسب‌وکار قابل دوام می‌رسد. کتاب تأکید می‌کند که داشتن مهارت کوچینگ به تنهایی برای موفقیت کافی نیست؛ کوچ باید بتواند ارزش کار خود را روشن بیان کند و برای تبدیل تخصصش به یک مسیر حرفه‌ای برنامه داشته باشد.



## دید اقتصادی

پیتر دی. شیف و اندرو جی. شیف  
نشر آریانا قلم

ت ۴۱۸,۰۰۰

«دید اقتصادی» مفاهیم پایه اقتصاد را از طریق یک داستان ساده و قابل توضیح می‌دهد. پیتر و اندرو شیف به جای شروع با اصطلاحات پیچیده، شخصیت‌هایی را در موقعیت‌هایی قرار می‌دهند که مجبورند درباره تولید، مصرف، پس‌انداز، سرمایه، اعتبار و استفاده از منابع محدود تصمیم بگیرند. از خلال همین موقعیت‌ها، رابطه میان انتخاب‌های فردی و پیامدهای اقتصادی آشکار می‌شود. کتاب برای خواننده‌ای نوشته شده که می‌خواهد بدون ورود مستقیم به زبان تخصصی اقتصاد، سازوکارهای اساسی اقتصاد بازار و نقش انگیزه‌ها و منابع محدود را بهتر درک کند.



## یخبندان

توماس برنهارت  
نشر پیدگل

ت ۸۷۵,۰۰۰

در «یخبندان»، راوی جوان به خواست برادرش راهی منطقه‌ای دورافتاده می‌شود تا نقاشی منزوی و مرموز به نام استریایخ را زیر نظر بگیرد. آنچه ابتدا مأموریتی ساده به نظر می‌رسد، به سفری روانی در دل انزوا، بیماری، مرگ و فروپاشی ذهن بدل می‌شود. برنهارت بیش از آنکه بر حادثه تکیه کند، بر ذهن شخصیت‌ها و زبان وسواس‌گونه و تکرارشونده‌اش تمرکز دارد. فضای سرد و سنگین رمان، جهان‌بینی بدبینانه نویسنده را آشکار می‌کند و خواننده را با پرسش‌هایی درباره معنای زندگی، هنر و شکنندگی روان انسان روبه‌رو می‌سازد.



## صد سال فلسفه

جان پاسمور  
نشر هرئس

ت ۳,۲۰۰,۰۰۰

«صد سال فلسفه» روایتی تاریخی-تحلیلی از تحول فلسفه در سنت انگلیسی‌زبان، از اواخر قرن نوزدهم تا میانه قرن بیستم، ارائه می‌کند. جان پاسمور جریان‌هایی مانند ایدئالیسم، پراگماتیسم، پوزیتیویسم منطقی، فلسفه تحلیلی و فلسفه زبان را در ارتباط با منازعات فکری زمانه بررسی می‌کند. ویژگی کتاب این است که فلسفه را فهرستی از نام‌ها و نظریه‌ها نمی‌بیند؛ بلکه نشان می‌دهد پرسش‌های فلسفی چگونه در واکنش به تحولات علمی و فکری دگرگون شدند. کتاب برای شناخت مسیر شکل‌گیری فلسفه تحلیلی و تحولات بنیادین فلسفه مدرن، منبعی جامع و جدی است.



## مدیران سمی

آدلین پرز  
نشر ایوسا

ت ۶۳۰,۰۰۰

«مدیران سمی» به یکی از فرساینده‌ترین تجربه‌های محیط کار می‌پردازد؛ روبه‌روشن با مدیری که با تحقیر، کنترل‌گری، بی‌ثباتی یا فشار مداوم، محیط حرفه‌ای را به فضایی ناسالم تبدیل می‌کند. آدلین پرز رفتارهای سمی را بررسی می‌کند و نشانه‌هایی در اختیار خواننده می‌گذارد تا آنها را بهتر تشخیص دهد. کتاب فقط به مدیران محدود نمی‌شود و به رفتار کارکنان و روابط مخرب میان افراد نیز توجه دارد. هدف آن ارائه راهکارهایی برای گفت‌وگوی مؤثر، تعیین مرز، حفظ شأن حرفه‌ای و مدیریت رابطه با افراد دشوار در محیط کار است.



## برنامه بازاریابی یک صفحه‌ای

آن دیپ  
نشر نوین توسعه

ت ۵۵۰,۰۰۰

آلن دیپ در «برنامه بازاریابی یک صفحه‌ای» تلاش می‌کند بازاریابی را از مجموعه‌ای پراکنده از فعالیت‌ها به برنامه‌ای روشن و قابل اجرا تبدیل کند. ایده اصلی کتاب، خلاصه‌کردن نقشه بازاریابی در یک صفحه است؛ از شناسایی مخاطب و انتخاب بازار هدف تا جذب مشتری، تبدیل او به خریدار و افزایش ارزش رابطه با مشتری. کتاب برای کسب‌وکارهای کوچک و متوسط طراحی شده و تأکید آن بر اقدام عملی و قابل اندازه‌گیری است. به جای توصیه‌های کلی، ساختاری ارائه می‌شود که صاحب کسب‌وکار بتواند مستقیماً آن را برای فعالیت خود به کار بگیرد.



## یک‌بار مرا فریب بده

کلی ریچموند پاپ  
نشر ورن دنیا

ت ۶۰۰,۰۰۰

«یک‌بار مرا فریب بده» برخلاف پاسخی که قبلاً دادم، اثر هارلن کوبن نیست؛ این کتاب نوشته‌ی کلی ریچموند پاپ است و به موضوع کلاهبرداری می‌پردازد. نویسندۀ با استفاده از نمونه‌های واقعی، سازوکار فریب و روش‌هایی را بررسی می‌کند که کلاهبرداران برای جلب اعتماد قربانیان به کار می‌برند. کتاب نشان می‌دهد چرا حتی افراد محتاط و باهوش نیز ممکن است در دام یک فریب حساب‌شده بیفتند و چگونه هیجان، اعتماد، فشار زمانی و اطلاعات ناقص می‌توانند قضاوت ما را مختل کنند. اثری خواندنی برای شناخت روان‌شناسی فریب و سازوکار صنعت کلاهبرداری.

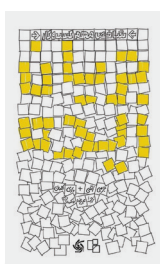


## جریان ایده

جرمی آتلی و پری کلان  
نشر آریانا قلم

ت ۶۲۸,۰۰۰

«جریان ایده» درباره خلاقیت، نوآوری و حل مسئله در سازمان‌هاست. جرمی آتلی و پری کلان بر این نکته تأکید می‌کنند که رسیدن به یک راه‌حل خوب معمولاً از تولید تعداد زیادی ایده آغاز می‌شود. کتاب میان «ایده خوب» و «فرایند خوب ایده‌پردازی» تفاوت می‌گذارد و نشان می‌دهد تیم‌ها چگونه می‌توانند با افزایش حجم ایده‌ها، آزمایش کردن آنها و انتخاب آگاهانه‌تر، احتمال دستیابی به راه‌حل‌های مؤثر را بالا ببرند. در نتیجه، نوآوری نه اتفاقی نادر، بلکه فرایندی قابل تمرین و تقویت در کسب‌وکار معرفی می‌شود.



## کتاب‌هایی که پیش از مرگ باید خواند

## چهار سوار سرنوشت

ویسنته بلاسکو ایابائز  
نشر قصه باران

ت ۱,۴۰۰,۰۰۰

«چهار سوار سرنوشت» یکی از رمان‌های مهم ضدجنگ در ادبیات قرن بیستم است و داستان دو خانواده آرژانتینی-اسپانیایی را در آستانه و جریان جنگ جهانی اول دنبال می‌کند. با آغاز جنگ، اختلاف‌های خانوادگی و سیاسی جای خود را به تجربه‌ای هولناک از خشونت و ویرانی می‌دهند. عنوان رمان از چهار سوار مکاشفه یوحنا، نمادهای جنگ، قطعی، بیماری و مرگ، گرفته شده است. ایابائز در کنار روایت زندگی شخصیت‌ها، تصویری گسترده از فضای اجتماعی اروپا و پیامدهای انسانی جنگ ارائه می‌کند.

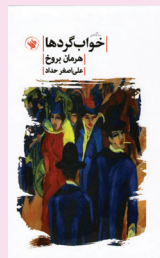


## خواب‌گردها

هرمان بروخ  
نشر هرئتا

ت ۲,۰۰۰,۰۰۰

«خواب‌گردها» سه‌گانه‌ای است که فروپاشی تدریجی ارزش‌های اخلاقی و فکری جامعه اروپا را از اواخر قرن نوزدهم تا پایان جنگ جهانی اول دنبال می‌کند. هرمان بروخ در سه بخش، سه دوره و سه جهان‌بینی متفاوت را روایت می‌کند و نشان می‌دهد چگونه نظام‌های قدیمی معنا، ایمان و اخلاق آرام‌آرام فرسوده می‌شوند. رمان میان داستان، فلسفه و تحلیل اجتماعی حرکت می‌کند و شخصیت‌هایش در جهانی زندگی می‌کنند که مرز میان باور و بی‌محتیایی در حال از بین رفتن است. از همین رو، «خواب‌گردها» یکی از آثار مهم مدرنیسم اروپایی به شمار می‌آید.



## پیامبر مطرود

ایزاک دویچر  
نشر خوارزمی

ت ۵,۴۰۰,۰۰۰

«پیامبر مطرود» جلد سوم زندگی‌نامه سه‌گانه ایزاک دویچر درباره لئون تروتسکی است و سال‌های ۱۹۲۹ تا ۱۹۴۰، از تبعید او از اتحاد شوروی تا ترویش در مکزیک، را روایت می‌کند. دویچر در کنار کشمکش سیاسی تروتسکی با استالین، به زندگی شخصی، روابط خانوادگی، شرایط تبعید و تلاش او برای ادامه مبارزه فکری نیز می‌پردازد. اسناد، نامه‌ها و منابع دست‌اول، روایت را به تصویری چندبعدی از تروتسکی تبدیل می‌کنند؛ انسانی که پس از آن دست دادن قدرت و وطن، همچنان درگیر سیاست، ایدئولوژی و آینده جنبش انقلابی بود.



## از چهارسوی موسیقی

حسین یاسینی  
نشر گیلگمش

ت ۶۹۰,۰۰۰

این کتاب مجموعه‌ای از جستارها درباره‌ی موسیقی و نسبت آن با جهان معاصر است و چهار حوزه‌ی اصلی را در کنار هم قرار می‌دهد: موسیقی قرن بیستم، موسیقی فیلم، تفسیر موسیقی و موسیقی‌شناسی. نویسنده تلاش می‌کند موسیقی را نه فقط به‌عنوان هنری شنیداری، بلکه به‌عنوان پدیده‌ای فرهنگی و تاریخی بررسی کند. از خلال این نوشته‌ها می‌توان با شیوه‌های گوناگون شنیدن و تحلیل موسیقی آشنا شد و به رابطه‌ی میان اثر موسیقایی، زمینه‌ی اجتماعی و تجربه‌ی شنونده توجه کرد. کتاب برای مخاطبی نوشته شده که می‌خواهد از لذت شنیدن فراتر برود و با مفاهیم و پرسش‌های اساسی درباره‌ی موسیقی آشنا شود.



## پس از هنر

دیوید جازلیت  
نشر گیلگمش

ت ۳۹۰,۰۰۰

پس از هنر به این پرسش می‌پردازد که هنر در جهان معاصر، پس از دگرگونی‌های بزرگ قرن بیستم، چه جایگاهی پیدا کرده است. دیوید جازلیت با عبور از تعریف سنتی اثر هنری، به نقش رسانه، بازار، سیاست، شبکه‌های ارتباطی و گردش تصاویر توجه می‌کند. در این نگاه، هنر دیگر صرفاً مجموعه‌ای از اشیای منحصر به فرد در موزه‌ها نیست، بلکه در شبکه‌ای گسترده از بازتولید، جابه‌جایی و ارتباط شکل می‌گیرد. کتاب با رویکردی میان‌رشته‌ای به تاریخ هنر و فرهنگ بصری نگاه می‌کند و نشان می‌دهد چگونه تغییر شیوه‌ی تولید و گردش تصاویر، مفهوم هنرمند و اثر هنری را نیز دگرگون کرده است.



## زوال واقعیت

رابرت جی. لیفتون  
نشر وزن دنیا

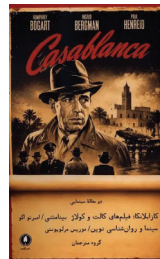
ت ۴۲۰,۰۰۰

رابرت جی. لیفتون در زوال واقعیت به سازوکارهایی می‌پردازد که در فرقه‌ها، جنبش‌های افراطی و نظام‌های ایدئولوژیک می‌توانند ادراک انسان از واقعیت را دگرگون کنند. او با بررسی نمونه‌های تاریخی و سیاسی، از جمله رهبران اقتدارگرا و جنبش‌های فرقه‌ای، نشان می‌دهد چگونه زبان، تبلیغات، فشار روانی و ساختارهای قدرت می‌توانند مرز میان واقعیت و روایت ایدئولوژیک را مخدوش کنند. کتاب در پی توضیح این مسئله است که چرا انسان‌ها گاهی در برابر روایت‌هایی قرار می‌گیرند که جهان را به شکلی کاملاً متفاوت از تجربه‌ی روزمره تعریف می‌کنند. موضوع اصلی اثر، رابطه‌ی میان قدرت، باور، تعصب و شکل‌گیری واقعیت جمعی است.

دو مقاله سینمایی: کارابلانکا / سینما و روان‌شناسی نوین  
اومبرتو اگو  
نشر یکشنبه

ت ۱۴۰,۰۰۰

این عنوان به دو جستار سینمایی اختصاص دارد که از دو مسیر متفاوت به تحلیل فیلم و فرهنگ سینمایی نزدیک می‌شوند. کارابلانکا امکان بررسی یکی از مشهورترین فیلم‌های تاریخ سینما را از منظر روایت، شخصیت، تصویر و جایگاه فرهنگی آن فراهم می‌کند و بحث فیلم‌های کالت به آناری می‌پردازد که فراتر از موفقیت معمول تجاری، در میان گروه‌هایی از مخاطبان به جایگاهی ویژه دست یافته‌اند. مفهوم کولاً بینامتنی نیز به ارتباط میان فیلم‌ها، تصاویر، ارجاعات و متون فرهنگی مختلف توجه دارد. در مجموع، کتاب برای مخاطبی است که می‌خواهد سینما را نه فقط به‌عنوان سرگرمی، بلکه به‌عنوان شبکه‌ای از ارجاعات فرهنگی و هنری بخواند.

ونگوگ: هنرمندی که جامعه او را به خودکشی واداشت  
آنتون آرئو  
نشر یکشنبه

ت ۱۶۰,۰۰۰

آنتون آرئو در این متن کوتاه، زندگی و آثار ونسان ونگوگ را از زاویه‌ای متفاوت بررسی می‌کند. او به جای آنکه هنرمند را صرفاً تابع‌های رنج کشیده یا چهره‌ای بیمار معرفی کند، به رابطه‌ی او با جامعه، نهادهای رسمی و معیارهای پذیرفته‌شده‌ی زمانه می‌پردازد. آرئو معتقد است آنچه بر ونگوگ گذشت را نمی‌توان جدا از محیط اجتماعی و فرهنگی‌ای دانست که او در آن زندگی می‌کرد. متن، هم ادای احترامی به نقاشی و جهان هنری ونگوگ است و هم اعتراضی تند به جامعه‌ای که از نظر آرئو، درک و پذیرش فرد متفاوت را نداشت.



## بدک نیستم

کریستوف کیشلوفسکی  
نشر وزن دنیا

ت ۵۶۰,۰۰۰

بدک نیستم! مجموعه‌ای از گفت‌وگوها، خاطرات و تأملات کریستوف کیشلوفسکی است که تصویری نزدیک از زندگی و مسیر هنری این فیلم‌ساز لهستانی ارائه می‌دهد. کیشلوفسکی در این گفت‌وگوها درباره‌ی فیلم‌سازی، تجربه‌های شخصی، نگاهش به انسان و دشواری‌های کار هنری صحبت می‌کند. کتاب همچنین فرصتی برای نزدیک‌شدن به مفاهیمی است که در سینمای او اهمیت زیادی دارند: انتخاب، اخلاق، سرنوشت، عشق، تنهایی و تردید. اهمیت اثر در این است که کیشلوفسکی را نه فقط از طریق فیلم‌هایش، بلکه از خلال صدای خودش می‌شناسیم: صدایی که گاه صریح و گاه متناقض است و پیچیدگی نگاه او به سینما و زندگی را آشکار می‌کند.

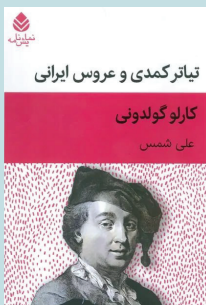
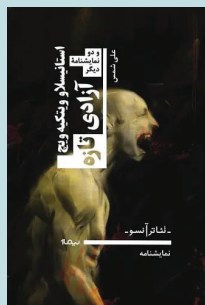
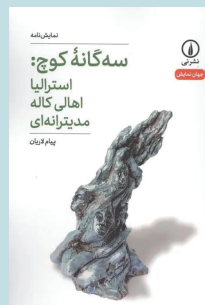
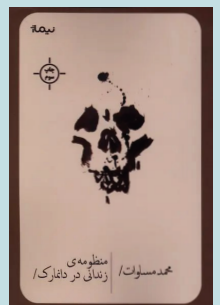
سه‌گانه صندلی: من کسی را ندارم، اتاق مخفی، صندلی  
ادوارد باند  
نشر نئی

ت ۵۸۰,۰۰۰

سه‌گانه صندلی مجموعه‌ای از سه نمایشنامه‌ی تک‌پرده‌ای ادوارد باند است. در این آثار جهانی تیره و ناآرام می‌سازد که در آن ترس، کنترل، حافظه، خشونت و فروپاشی اجتماعی به زندگی خصوصی آدم‌ها راه پیدا کرده‌اند. خانه، اتاق، صندلی و دیگر اشیای روزمره در این نمایشنامه‌ها به عناصر اصلی تنش تبدیل می‌شوند و موقعیت‌های ساده را به پرسش‌هایی درباره‌ی هویت و بقا می‌رسانند. شخصیت‌ها در جهانی زندگی می‌کنند که گذشته در آن قابل اعتماد نیست و حتی ساده‌ترین روابط انسانی زیر فشار شرایط اجتماعی و سیاسی قرار می‌گیرد.



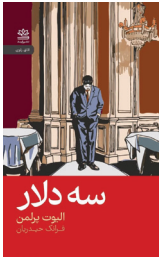
## نمایشنامه : ( )

تئاتر کمدی و عروس ایرانی  
کارلو گولدونی  
نشر قطرهآزادی‌های تازه  
علی شمس  
نشر نیمازسه‌گانه صندلی  
ادوارد باند  
نشر نئیسه‌گانه کوچ  
پیام لاریان  
نشر نئیمنظومه زندانی در دانمارک  
محمد مساوات  
نشر نیماز

## سه دلار

الیوت پرلمن  
نشر رایبند

ت ۴۱۰,۰۰۰

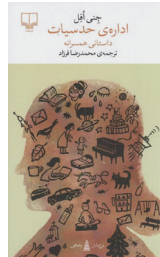


«سه دلار» داستان ادی، مردی از طبقه متوسط است که در کشوری با اقتصاد متزلزل، تلاش می‌کند خانواده و زندگی حرفه‌ای‌اش را حفظ کند. عدد «سه دلار» در زندگی او به نشانه‌ای از فاصله میان ارزش واقعی چیزها و قیمتی که برای آنها تعیین می‌شود تبدیل می‌شود. الیوت پرلمن با نگاهی اجتماعی و انتقادی، تأثیر سیاست‌های اقتصادی، ناامنی شغلی و فشارهای مالی را بر روابط و زندگی روزمره بررسی می‌کند. کتاب تصویری انسانی از فردی ارائه می‌دهد که میان وظیفه، عشق، کار و اقتصادی بی‌رحم گرفتار شده است.

## اداره‌ی حدسیات

جنی افیل  
نشر چشمه

ت ۴۲۰,۰۰۰



«اداره‌ی حدسیات» رمانی کوتاه و متفاوت درباره زندگی زن‌اشویی، مادری و ذهن پرسه‌زن زنی است که میان خاطرات، خیال، نگرانی و اتفاقات روزمره مدام در رفت‌وآمد است. جنی افیل داستان را به شکل روایتی خطی پیش نمی‌برد؛ قطعات کوتاه، فهرست‌ها، خاطره‌ها و جمله‌های پراکنده کنار هم قرار می‌گیرند و تصویری تکه‌تکه از ذهن راوی می‌سازند. شوخ‌طبعی ظریف کتاب در کنار اضطراب و خستگی روزمره، تجربه‌ای آشنا از زندگی خانوادگی را به چیزی غریب و ادبی تبدیل می‌کند.

## پچه‌های سبز

الگا توکارچوک  
نشر چشمه

ت ۲۰۰,۰۰۰



«پچه‌های سبز» داستانی کوتاه و بهم‌آلود است که از یک روایت تاریخی درباره دو کودک مرموز در سرزمین لهستان الهام می‌گیرد. الگا توکارچوک با آمیختن افسانه، تاریخ و خیال، جهانی می‌سازد که در آن مرز میان واقعیت و اسطوره کم‌کم از بین می‌رود. کودکان سبزپوست داستان فقط موجوداتی عجیب نیستند؛ حضورشان پرسش‌هایی درباره طبیعت، دیگری‌بودن و تصویری که انسان از امر ناشناخته می‌سازد پیش می‌کشد. نثر توکارچوک ساده اما چندلایه است و داستان کوتاه، فضایی غریب و ماندگار در ذهن خواننده ایجاد می‌کند.

## مغز ایدئولوژیک: علم بنیادین تفکر انعطاف‌پذیر

لئور زمیگراد  
نشر سایلاو

ت ۶۸۰,۰۰۰



«مغز ایدئولوژیک» می‌پرسد چرا بعضی انسان‌ها در برابر باورهای سیاسی و اجتماعی خود انعطاف‌پذیرند و برخی دیگر حتی در مواجهه با شواهد مخالف، بر عقایدشان پافشاری می‌کنند. لئور زمیگراد با استفاده از علوم اعصاب، روان‌شناسی و علوم شناختی، تفاوت‌های فردی در شیوه پردازش اطلاعات و تصمیم‌گیری را بررسی می‌کند. کتاب تلاش دارد ایدئولوژی را فقط نتیجه انتخاب سیاسی نداند و نقش ویژگی‌های شناختی و عصبی را نیز در آن نشان دهد. پرسش اصلی اثر این است که آیا می‌توان سازوکارهای ذهنی پشت تعصب و انعطاف‌ناپذیری فکری را شناخت و تغییر داد؟

## درد سنگ

میلنا آگوس  
نشر چشمه

ت ۳۶۰,۰۰۰



«درد سنگ» داستان زنی در ساردنی است که زندگی عاطفی و خانوادگی‌اش زیر فشار سنت، فقدان و انتظارات اجتماعی شکل گرفته است. میلنا آگوس با روایت تجربه زنانه، به رابطه میان عشق، ازدواج، میل و رنج می‌پردازد و در عین حال، فضای جزیره و فرهنگ محلی را به بخش مهمی از داستان تبدیل می‌کند. گذشته شخصیت اصلی همچون زخمی پنهان در زندگی امروز او حضور دارد و خاطره، عشق و فقدان مدام به یکدیگر بازمی‌گردند. رمان با نثری ساده اما حسی، تصویری تلخ و انسانی از تنهایی و میل به دوست‌داشته‌شدن ارائه می‌کند.

## شکستن هسته‌ی زردآلو

سینا دادخواه  
نشر چشمه

ت ۳۱۰,۰۰۰



«شکستن هسته‌ی زردآلو» رمانی کوتاه درباره زنی است که در آستانه مادرشدن، ناگهان با بخشی حل‌نشده از گذشته‌اش روبه‌رو می‌شود. روایت میان اکنون و خاطره حرکت می‌کند و رابطه‌ای قدیمی، تجربه مهاجرت، سوگ و میل به شروع دوباره را به هم پیوند می‌دهد. سینا دادخواه به جای تکیه بر اتفاقات بزرگ، از تماس‌ها، خاطرات و جزئیات رابطه‌ها برای ساختن بحران درونی شخصیت استفاده می‌کند. نتیجه، روایتی شهری و معاصر درباره انتخاب، فقدان و تلاش برای رهاشدن از گذشته است.

## خون و شن

ویسنده پلاسکو ایپانز  
نشر قلمه باران

ت ۱,۲۰۰,۰۰۰



«خون و شن» داستان جوانی است که در جهان خشن و پرزرق‌وبرق گلوبازی اسپانیا به شهرت می‌رسد. میدان گلوبازی برای او هم فرصت صعود اجتماعی است و هم عرصه‌ای که خطر، غرور و میل به شهرت را تشدید می‌کند. پلاسکو ایپانز با توصیف هیجان و خشونت مسابقات، به رابطه میان قدرت، پول، عشق و طبقه اجتماعی می‌پردازد. قهرمان داستان به‌تدریج درمی‌یابد که شهرتی که برای به دست آوردنش جنگیده، می‌تواند زندگی شخصی و روابطش را نیز ویران کند. رمان تصویری انتقادی از جامعه اسپانیای آن دوره ارائه می‌دهد.

## مرگ در توکیو

کیگو هیگاشینو  
نشر چترنگ

ت ۸۰۰,۰۰۰



«مرگ در توکیو» با قتل آغاز می‌شود؛ مردی در حالی پیدا می‌شود که جاقویی در سینه دارد و هم‌زمان مردی با کیف پول مقتول در نزدیکی محل حادثه تصادف می‌کند و به‌کما می‌رود. به‌تدریج روشن می‌شود که گذشته این مظنون با کارخانه‌ای که مقتول مدیریت می‌کرد پیوند دارد و یک حادثه کاری، مجموعه‌ای از تصمیم‌های پنهان و تهدیدها را به دنبال داشته است. کارآگاه کاگا و ماتسومیا با کنار هم گذاشتن جزئیات گذشته و حال، به حقیقت نزدیک می‌شوند. هیگاشینو معمای قتل را با مسئله مسئولیت و پیامد پنهان کاری درهم می‌آمیزد.

## معرفی مترجم



**علیرضا طهماسب**، روان‌درمانگر، مترجم و پژوهشگر ایرانی در حوزه روان‌کاوی و روان‌درمانی پویایی است. او تحصیلات خود را در رشته فلسفه در دانشگاه شهید بهشتی و روان‌شناسی در دانشگاه تهران گذراند و سپس در مقطع دکترای علوم روان‌درمانی در دانشگاه اتریش ادامه تحصیل داد. طهماسب سال‌ها در زمینه آموزش و درمان روان‌کاوانه فعالیت کرده و با ترجمه آثار تخصصی، در معرفی مفاهیم روان‌درمانی مدرن به فارسی‌زبانان نقش داشته است. از ترجمه‌های شناخته‌شده او می‌توان به «آرام‌ی بر روابط موضوعی و روان‌شناسی خود»، «آرام‌ی نو بر روان‌کاوی»، «زندگی علمی من» اثر زیگموند فروید اشاره کرد. او در پژوهش درباره شخصیت، خودشناسی و فرایندهای درمانی نیز فعال است.



**زندگی علمی من**  
زیگموند فروید  
نشر بیش نو  
ت ۱۸۶,۰۰۰

**دگرگونی زندگی‌ها**  
دیوید مالان  
نشر بیش نو  
ت ۲۴۸,۰۰۰

**مرجع روان‌درمانی پویایی**  
نشر بیش نو  
ت ۲۴۸,۰۰۰

**روابط موضوعی و روان‌شناسی خود**  
مایکل سنت کلا  
نشر بیش نو  
ت ۶۸۰,۰۰۰

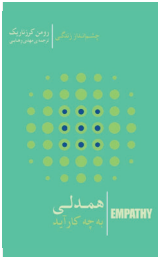
**روایت روان‌کاوی**  
آنتونی بیتمن  
فرهنگ نشر نو  
ت ۸۵۰,۰۰۰

**تاریخ روان‌کاوی**  
ژان میشل کوئینودوز  
استفن ای میچل  
فرهنگ نشر نو  
ت ۱,۸۰۰,۰۰۰

**آثار و اندیشه‌های زیگموند فروید**  
ژان میشل کوئینودوز  
فرهنگ نشر نو  
ت ۲۸۰,۰۰۰

**فروید**  
جاناناتان لیر  
فرهنگ نشر نو  
ت ۱,۰۰۰,۰۰۰

**ماتریس ذهن**  
توماس آگدن  
فرهنگ نشر نو  
ت ۸۲۰,۰۰۰



### همدلی به چه کار می‌آید؟

رومن کرزنزلیک  
نشر کتاب‌سرای نیک

ت ۷۹۰,۰۰۰

رومن کرزنزلیک در «همدلی به چه کار می‌آید؟» همدلی را فقط توانایی درک احساس دیگران نمی‌داند؛ آن را مهارتی می‌داند که می‌تواند رابطه ما با آدم‌ها و حتی جامعه را تغییر دهد. او با استفاده از نمونه‌های واقعی و پژوهش‌های روان‌شناختی نشان می‌دهد چگونه می‌توان از محدوده تجربه شخصی خود بیرون آمد و جهان را از زاویه دید دیگری دید. کتاب به نقش همدلی در خانواده، دوستی، محیط کار و زندگی اجتماعی می‌پردازد و خواننده را تشویق می‌کند به جای قضاوت سریع، کنجکاوی بیشتری نسبت به تجربه دیگران داشته باشد.



### ایجاد یک زندگی پرشور و هیجان‌انگیز

آلن دوباتن  
نشر کتاب‌سرای نیک

ت ۳۹۰,۰۰۰

آلن دوباتن در «ایجاد یک زندگی پرشور و هیجان‌انگیز» به این پرسش می‌پردازد که چرا گاهی زندگی، با وجود رفاه و امنیت، کسل‌کننده و بی‌رمق به نظر می‌رسد. او مفهوم شور زندگی را به اتفاق‌های بزرگ محدود نمی‌کند و توجه، کنجکاوی، میل، تجربه و شیوه نگاه‌کردن به روزمرگی را مهم می‌داند. کتاب به ما یادآوری می‌کند که بخشی از ملال، نه از خود زندگی، بلکه از عادت‌ها و نگاه ما به آن ناشی می‌شود. نتیجه، دعوتی به تجربه‌کردن دوباره جهان و جدی‌تر گرفتن میل به زندگی است.

نگاه‌کردن به روزمرگی را مهم می‌داند. کتاب به ما یادآوری می‌کند که بخشی از ملال، نه از خود زندگی، بلکه از عادت‌ها و نگاه ما به آن ناشی می‌شود. نتیجه، دعوتی به تجربه‌کردن دوباره جهان و جدی‌تر گرفتن میل به زندگی است.

### چگونه کلمات مناسب را پیدا کنیم

آلن دوباتن  
نشر کتاب‌سرای نیک

ت ۳۰۰,۰۰۰

این کتاب راهنمای گفت‌وگوهای دشوار است؛ موقعیت‌هایی که یک جمله نامناسب می‌تواند به رنجش، سوءتفاهم یا فاصله منجر شود. آلن دوباتن به ما یاد می‌دهد برای گفتن حرف‌های حساس، هم صریح باشیم و هم ملاحظه‌گر. موضوعاتی مثل انتقاد، عذرخواهی، بیان خواسته‌ها، اختلاف‌نظر و صحبت درباره احساسات در مرکز کتاب قرار دارند. ایده اصلی این است که ارتباط خوب به معنای پیروزشدن در بحث نیست؛ بلکه یافتن زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

مثل انتقاد، عذرخواهی، بیان خواسته‌ها، اختلاف‌نظر و صحبت درباره احساسات در مرکز کتاب قرار دارند. ایده اصلی این است که ارتباط خوب به معنای پیروزشدن در بحث نیست؛ بلکه یافتن زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.

زبانی است که هم حقیقت را بیان کند و هم رابطه را نابود نکند.



### راز مگوی من با درمانگر

میشل امی  
نشر پینش نو

ت ۷۹۶,۰۰۰

«راز مگوی من با درمانگر» به بخش‌هایی از رابطه درمانی می‌پردازد که معمولاً کمتر درباره‌شان حرف زده می‌شود: ترس از قضاوت، خشم نسبت به درمانگر، مقاومت در برابر تغییر، شرم و حتی تردید نسبت به خود فرایند درمان. کتاب نشان می‌دهد این احساسات لزوماً نشانه شکست درمان نیستند و گاهی می‌توانند سرنخ‌هایی مهم درباره رابطه مراجع و درمانگر باشند. اثر خواننده را به صادق‌بودن درباره تجربه خود در اتاق درمان دعوت می‌کند و بر اهمیت گفت‌وگوی مستقیم درباره چیزهایی تأکید دارد که گفتنشان دشوار است.

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

میشل امی  
نشر پینش نو

### افسردگی، سکه رایج زمانه ما

داریان لیدر  
نشر بیدگل

ت ۵۴۵,۰۰۰

داریان لیدر در این کتاب به سراغ مفهوم افسردگی، سوگواری و مایخولیا می‌رود و برداشت‌های رایج درباره افسردگی را به چالش می‌کشد. او می‌پرسد آیا می‌توان افسردگی را صرفاً یک اختلال زیستی دانست یا باید به تجربه فقدان، رابطه فرد با میل و زمینه اجتماعی زندگی نیز توجه کرد. لیدر از پزشکی‌شدن افراطی رنج روانی انتقاد می‌کند و تلاش دارد تفاوت میان اندوه طبیعی و وضعیت‌هایی پیچیده‌تر را روشن کند. کتاب بیشتر از آنکه نسخه‌ای سریع برای درمان ارائه دهد، دعوتی به دقیق‌تر فکرکردن درباره معنای افسردگی است.

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل

داریان لیدر  
نشر بیدگل



### صعود

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

ت ۶۷۵,۰۰۰

«صعود» درباره گذر از ذهنیت قربانی و رسیدن به شکوفایی انسانی است. اسکات بری کافمن با تکیه بر روان‌شناسی انسان‌گرا، توضیح می‌دهد انسان فقط به امنیت و رفح نیازهای اولیه احتیاج ندارد؛ معنا، تعلق، عزت‌نفس، آزادی و امکان خودشکوفایی نیز برای رشد او ضروری‌اند. کتاب تلاش می‌کند تصویری واقع‌بینانه از رشد فردی ارائه دهد و به جای وعده یک زندگی بدون رنج، درباره استفاده از ظرفیت‌های درونی در دل شرایط دشوار حرف می‌زند. ایده اصلی اثر این است که انسان می‌تواند با محدودیت‌های تحمیل‌شده بر خود فراتر برود و امکان‌های بیشتری برای زندگی پیدا کند.

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

اسکات بری کافمن  
نشر میلکان

### من کافی هستم

الن هندریکسن  
نشر مون

ت ۷۸۰,۰۰۰

«من کافی هستم» به کمال‌گرایی، خودانتقادی و احساس دائمی ناکافی بودن می‌پردازد. الن هندریکسن نشان می‌دهد چگونه استانداردهای غیرواقع‌بینانه می‌توانند انسان را وارد چرخه‌ای بی‌پایان از مقایسه، تردید و سرزنش خود کنند؛ چرخه‌ای که حتی موفقیت نیز نمی‌تواند به‌سادگی متوقفش کند. کتاب بر تغییر شیوه گفت‌وگوی درونی، پذیرفتن نقص‌ها و جداکردن ارزشمندی شخصی از عملکرد تأکید دارد. هدف آن این نیست که فرد دست از تلاش بردارد، بلکه کمک می‌کند میان تلاش برای بهترشدن و باور به «کافی نبودن» تفاوت بگذارد.

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

الن هندریکسن  
نشر مون

چطور حالمان خوب باشد وقتی هیچ چیز سر جایش نیست

مگ آرول  
نشر میلکان

ت ۷۹۵,۰۰۰

این کتاب به یکی از آشناترین تجربه‌های زندگی امروز می‌پردازد: تلاش برای حفظ آرامش در شرایطی که بسیاری از امور خارج از کنترل ما هستند. نویسنده با تمرکز بر تاب‌آوری، پذیرش و تنظیم هیجانات، نشان می‌دهد که حال خوب الزاماً به معنای حل‌شدن همه مشکلات نیست. گاهی لازم است میان آنچه می‌توان تغییر داد و آنچه باید پذیرفت، مرزی روشن ایجاد کنیم. کتاب با رویکردی کاربردی به اضطراب، فشارهای روزمره، احساس درماندگی و آشفتگی ذهنی می‌پردازد و پیشنهادهایی برای مواجهه‌ی واقع‌بینانه‌تر با دشواری‌های زندگی ارائه می‌دهد. محور اصلی آن این ایده است که حتی وقتی جهان مطابق انتظار ما پیش نمی‌رود، می‌توان شیوه‌ی مواجهه با آن را تغییر داد.

چطور حالمان خوب باشد وقتی هیچ چیز سر جایش نیست

چطور حالمان خوب باشد وقتی هیچ چیز سر جایش نیست

## میراث والدین نابالغ عاطفی

لینزی سی. گیبینس  
نشر میلگان

ت ۳۳۵,۰۰۰

لینزی سی. گیبینس در این کتاب به تجربه کسانی می‌پردازد که در کودکی با والدینی از نظر عاطفی دور، خودمحور یا ناپایدار بزرگ شده‌اند. وقتی نیازهای عاطفی کودک دیده نمی‌شود، احساس‌هایی مانند تنهایی، طردشدگی، خشم و بی‌ارزشی ممکن است تا بزرگسالی ادامه پیدا کنند و در روابط مختلف خود را نشان دهند. کتاب کمک می‌کند ویژگی‌های والدین نابالغ عاطفی و پیامدهای رفتاری آن‌ها را بهتر بشناسیم و بفهمیم کدام الگوها از گذشته به زمان حال منتقل شده‌اند. هدف اثر، سرزنش والدین نیست؛ بلکه شناخت زخم‌های قدیمی و پیدا کردن راه‌هایی برای پاسخ‌دادن سالم‌تر به نیازهای عاطفی خود است.



## فلسفه امید

الکساندر داکلاس  
نشر نگاه معاصر

ت ۲۹۰,۰۰۰

«فلسفه امید» با تکیه بر اندیشه اسپینوزا به این پرسش می‌پردازد که امید دقیقاً چیست و چه نقشی در زندگی انسان دارد. الکساندر داکلاس نشان می‌دهد امید تنها یک احساس خوش‌بینانه یا انتظار برای آینده نیست، بلکه با شیوه درک ما از جهان، امکان کنش و رابطه‌مان با دیگران پیوند دارد. کتاب از دل فلسفه اسپینوزا به مفاهیمی مانند میل، ترس و آزادی می‌رسد و می‌پرسد آیا می‌توان امید را از حالتی منفعل به نیرویی برای زیستن و عمل‌کردن تبدیل کرد. برای خوانندگانی که به پیوند میان فلسفه، سیاست، اخلاق و تجربه روزمره علاقه دارد، کتاب مدخلی جذاب به اندیشه اسپینوزا فراهم می‌کند.



## از نفس افتاده

جنیس وب  
نشر میلگان

ت ۷۵۵,۰۰۰

«از نفس افتاده» به نوعی از آسیب عاطفی می‌پردازد که اغلب دیده نمی‌شود: چیزهایی که در کودکی اتفاق نیفتاده‌اند. ممکن است کودکی از نظر امکانات و امنیت ظاهری کمبودی نداشته باشد، اما توجه، همدلی، شنیده‌شدن یا حمایت عاطفی کافی دریافت نکرده باشد. جنیس وب توضیح می‌دهد که این خلأ چگونه می‌تواند در بزرگسالی به احساس پوچی، دشواری در شناخت احساسات، مشکل در روابط و نارضایتی از خود منجر شوند. کتاب به خواننده کمک می‌کند میان گذشته و واکنش‌های امروز ارتباط پیدا کند و نیازهای عاطفی نادیده‌گرفته شده را بهتر بشناسد؛ شناختی که می‌تواند آغاز تغییر و مراقبت آگاهانه‌تر از خود باشد.



## چرخه را بشکن

ماریل بوکه  
نشر لویسا

ت ۵۲۰,۰۰۰

«چرخه را بشکن» به الگوهایی می‌پردازد که می‌توانند از نسلی به نسل دیگر منتقل شوند؛ از ترس و احساس گناه گرفته تا شیوه‌های ناسالم رابطه‌داشتن و واکنش به فشار. ماریل بوکه توضیح می‌دهد که تجربه‌های حل‌نشده خانواده چگونه می‌توانند در زندگی نسل‌های بعدی ادامه پیدا کنند، حتی وقتی فرد آگاهانه نمی‌خواهد همان مسیر را تکرار کند. کتاب با ترکیب توضیح‌های روان‌شناختی، روایت‌های شخصی و تمرین‌های تأملی، خواننده را به شناسایی این الگوها دعوت می‌کند. پیام اصلی اثر این است که آنچه به ما منتقل شده الزاماً سرنوشت ما نیست؛ شناخت چرخه می‌تواند نخستین قدم برای متوقف‌کردن آن و ساختن الگوهای تازه باشد.



## عبور از والدین دشوار

مؤسسه مدرسه زندگی  
نشر میلگان

ت ۶۳۵,۰۰۰

این کتاب به اثرات ماندگار رابطه با والدین دشوار بر زندگی بزرگسالی می‌پردازد؛ از الگوهای عاطفی و رفتاری گرفته تا شیوه شکل‌گیری روابط، تصمیم‌ها و تصویر ما از خود. «عبور از والدین دشوار» تلاش می‌کند بدون مقصرسازی، رفتارهای آسیب‌زا و الگوهای خانوادگی را روشن کند و نشان دهد چرا بعضی تجربه‌های کودکی حتی پس از سال‌ها همچنان در زندگی ما حضور دارند. کتاب کمک می‌کند نشانه‌های این تأثیرات را بهتر بشناسیم و میان گذشته و انتخاب‌های امروزمان فاصله‌ای آگاهانه ایجاد کنیم؛ فاصله‌ای که می‌تواند آغاز راهی از الگوهای قدیمی و ساختن رابطه‌ای سالم‌تر با خود و دیگران باشد.



## در باب زندگی و رنج

کیرن ستیا  
نشر خوب

ت ۴۹۰,۰۰۰

کیرن ستیا در «در باب زندگی و رنج» به سراغ مسئله‌هایی می‌رود که بخش جدایی‌ناپذیر زندگی انسان‌اند: شکست، فقدان، بی‌عدالتی، بی‌معنایی و رنج. او برخلاف بسیاری از کتاب‌های خودیاری، قرار نیست زندگی دشوار را با چند توصیه ساده قابل‌تحمل جلوه دهد؛ بلکه از فلسفه کمک می‌گیرد تا نشان دهد چگونه می‌توان نگاه خود را به مشکلات تغییر داد. ستیا معتقد است فلسفه‌هایی که به جای حل کردن رنج، می‌توانند شیوه مواجهه ما با آن را دگرگون کنند. نتیجه، کتابی آرام و صمیمی است درباره اینکه چگونه می‌توان در جهانی ناکامل، با محدودیت‌ها کنار آمد و همچنان زندگی را ارزشمند دانست.



## عمیق‌ترین چاه

نادین برک هریس  
نشر میلگان

ت ۸۳۵,۰۰۰

«عمیق‌ترین چاه» درباره اثرات بلندمدت تجربه‌های دشوار دوران کودکی بر سلامت و زندگی بزرگسالی است. نادین برک هریس نشان می‌دهد فشارهای مزمن و تجربه‌های نامطلوب کودکی تنها خاطراتی ناخوشایند نیستند و می‌توانند بر بدن، مغز، رفتار و سلامت فرد اثر بگذارند. کتاب تلاش می‌کند پیوند میان استرس دوران کودکی و مشکلاتی که در سال‌های بعد ظاهر می‌شوند را توضیح دهد و در کنار آن، بر امکان ترمیم و کاهش این آثار تأکید می‌کند. نکته مهم اثر این است که گذشته را سرنوشت قطعی نمی‌داند؛ شناخت آنچه بر ما گذشته می‌تواند نخستین قدم برای مراقبت بهتر از خود و ایجاد تغییر باشد.



## هنر نافرمانی

تاد بی. کاشدن  
نشر آموخته

ت ۵۲۸,۰۰۰

«هنر نافرمانی» از ما می‌خواهد کمی متفاوت به مفهوم سازگاری نگاه کنیم. تاد بی. کاشدن توضیح می‌دهد که مخالفت‌کردن همیشه نشانه ناسازگاری یا مشکل‌سازی نیست و در بسیاری از موقعیت‌ها می‌تواند راهی برای دفاع از ارزش‌ها، پرسیدن سؤالات ضروری و جلوگیری از تبعیت کورکورانه باشد. کتاب میان نافرمانی سازنده و رفتار صرفاً واکنشی تفاوت می‌گذارد و به اهمیت داشتن شجاعت، استقلال فکری و توانایی مخالفت‌کردن در زمان مناسب می‌پردازد. ایده محوری آن این است که برای بهترشدن زندگی و حتی محیط کار، گاهی لازم است بتوانیم «نه» بگوییم، زاویه دیگری ببینیم و با جریان غالب همراه نشویم.



## والدین به اندازه کافی خوب

آن دوپاتن  
نشر کتاب‌سرای نیک

ت ۵۹۰,۰۰۰

«والدینی ناکامل اما به اندازه کافی خوب» با نقد تصور والد کامل، از والدین می‌خواهد به جای دنبال‌کردن استانداردهای دست‌نیافتنی، بر نیازهای واقعی کودک تمرکز کنند. کتاب موضوعاتی مانند عشق، کنجکاری، گوش‌دادن، آرام‌کردن، انضباط، اعتمادبه‌نفس و روابط میان خواهر و برادرها را بررسی می‌کند و نشان می‌دهد تربیت خوب لزوماً به معنای بی‌خطابودن نیست. ایده اصلی کتاب این است که کودک بیش از والدین بی‌نقص، به والدینی نیاز دارد که بتوانند اشتباه‌های خود را ببینند، مرز بگذارند، احساسات کودک را جدی بگیرند و برای شکل‌گیری استقلال و تاب‌آوری او محیطی امن فراهم کنند.



## راهنمای والدین برای خودتنظیمی

امبر تورنتون  
نشر نسل نوآندیش

ت ۷۹۹,۰۰۰

این کتاب به والدین کمک می‌کند خودتنظیمی را نه به‌عنوان اطاعت کودک، بلکه به‌عنوان توانایی مدیریت احساسات، تکان‌ها و واکنش‌ها درک کنند. امبر تورنتون بر نقش محیط، رفتار والدین و کیفیت رابطه در شکل‌گیری این مهارت تأکید دارد و نشان می‌دهد کودکان پیش از آنکه بتوانند خودشان را آرام کنند، به بزرگسالانی نیاز دارند که در تنظیم هیجانات کنارشان باشند. کتاب با تمرکز بر موقعیت‌های روزمره، به والدین کمک می‌کند واکنش‌های خود و کودک را بهتر بشناسند و به‌جای تنبیه یا سرزنش، پاسخ‌هایی آرام‌تر و سازنده‌تر انتخاب کنند.

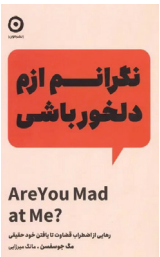


## نگرانم ازم دلخور باشی

مگ جوسفین  
نشر مون

ت ۴۵۰,۰۰۰

چقدر از زندگی‌مان را صرف این می‌کنیم که دیگران از ما ناراحت نشوند؟ «نگرانم ازم دلخور باشی» به ترس از قضاوت، نیاز افراطی به تأیید و عادت‌های می‌پردازد که باعث می‌شود خواسته‌های خودمان را مدام کنار بگذاریم تا رضایت دیگران را حفظ کنیم. مگ جوسفین با ترکیب روایت شخصی و تجربه‌های درمانی، ریشه‌های این الگو را در تجربه‌های گذشته بررسی می‌کند و توضیح می‌دهد چرا بعضی آدم‌ها حتی در موقعیت‌های عادی، دائماً نگران خشم یا نارضایتی دیگران‌اند. کتاب دعوتی است به ساختن امنیت درونی و یادگیری این نکته که نارضایتی شدن دیگران همیشه به معنای اشتباه‌کردن ما نیست.



## سلامت اجتماعی

کسلی کیلام  
نشر ققنوس

ت ۵۵۰,۰۰۰

کسلی کیلام در «سلامت اجتماعی» مفهوم سلامت را از مرزهای جسم و روان فراتر می‌برد و کیفیت روابط انسانی را هم بخشی اساسی از زندگی سالم می‌داند. از نگاه او، تنهایی، انزوا و ضعف ارتباط با دیگران فقط مشکلات اجتماعی نیستند و می‌توانند مستقیماً بر احساس خوشبختی و سلامت ما اثر بگذارند. کتاب با استفاده از پژوهش‌ها و نمونه‌های واقعی، نشان می‌دهد چرا روابط معنادار برای انسان ضروری‌اند و چگونه می‌توان ارتباط‌های عمیق‌تر و پایدارتر ساخت. این اثر در نهایت ما را به بازتعریف سلامت دعوت می‌کند؛ گاهی یکی از مهم‌ترین عوامل بهترشدن زندگی، کیفیت حضور آدم‌هایی است که در کنار ما هستند.



تهران ♥ زعفرانیه، پلادیوم اقدسیه، آواستتر سعادت آباد، مارکیز میرداماد، رودبار غربی، پیام، پ ۱۳

شیراز ♥ بلوار ارم، پلاک یک ستارخان، شیرازمال بلوار معالی آباد، پین پلازا ♥ جزیره کیش بلوار هنر، میکامال

بندرعباس ♥ گلشهر شمالی، بندرعباس مال بوشهر ♥ بزرگراه خلیج فارس، بوشهرمال ♥ کرمان چهارراه طالقانی، کرمانمال



bookland.stores

www.bookland.ir



کتاب بهم  
BOOKLAND