



نشر قطرہ

چاپ ہفدہم



سہ شنبہا با موری

مرد پیر... مرد جوان و بزرگترین درس زندگی

میچ البوم

ماندانا قہرمانلو



نشر قطره

سه‌شنبه‌ها با موری

میچ البوم

مترجم: ماندانا قهرمانلو

چاپ هفدهم: ۱۳۹۵

چاپ: صبا

صحافی: خلیج فارس

تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه

بها: ۱۶۰۰۰ تومان

Albom, Mitch

آلبوم، میچ، ۱۹۵۸

سه‌شنبه‌ها با موری، مرد بزرگ، مرد جوان و بزرگترین درس زندگی / میچ البوم؛ ترجمه‌ی ماندانا

قهرمانلو - تهران: نشر قطره، ۱۳۸۳

۲۶۴ ص. - (سلسله انتشارات - ۲۲۳) زمان - داستان خارجی - ۳۵

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیپ

عنوان اصلی: Tuesdays with Morrie: an old man, a young man, and life's greatest lesson, c 1997.

۱. شوارتز، موریس s Schwartz, Morris s. دانشگاه برانديس University - هیات علمی - سرگذشتهامه. ۳. تصاحب جانی آمیوتروفیک - ایالات متحده -

بیماران - سرگذشتهامه. ۴. معلمان - ایالات متحده - روابط پلشاکرد - نمونه‌ی پژوهی. ۵. مرگ - جنبه‌های روانشناسی - نمونه‌ی پژوهی. الف. قهرمانلو، ماندانا، مترجم. عنوان.

۹ ش ۴۱۸ ب / LD ۵۷۱ / ۱۲۰۹۲ ۳۷۸ / ۵۰۹۴

۸۴-۵۰۹۴

کتابخانه ملی ایران

شابک: ۲-۳۱۳-۳۴۱-۹۶۴-۹۷۸-۹۷۸-۹۶۴-۳۴۱-۳۱۳-۲ ISBN: 978-964-341-313-2

استفاده از این اثر، به هر شکلی،

بدون اجازه ممنوع است.

خیابان دکتر فاطمی، خیابان ششم (شیخلر)، کوچه‌ی بنفشه، پلاک ۸

دورنگار: ۸۸۹۶۸۹۹۶ ۳-۸۸۹۷۳۳۵۱

www.nashrghatreh.com

nashr.ghatreh@yahoo.com

Printed in The Islamic Republic of Iran

پیشکش به «رؤیا منجم»،

دیرآشنای مهربان

www.30book.com

فهرست مطالب

۹ سپاس و تشکر مترجم
۱۱ نظرات مختلف در مورد این کتاب
۱۵ آشنایی با نویسنده
۲۳ سپاس و تشکر نویسنده
۲۵ پیش درآمد
۲۷ واحد درسی
۳۱ فهرست منابع
۴۱ دانشجو
۴۷ سمعی بصری - قسمت اول
۵۵ جلسه‌ی توجیهی
۶۳ کلاس درس
۷۳ حضور و غیاب
۸۱ اولین سه‌شنبه، موضوع مورد بحث: جهان
۸۹ دومین سه‌شنبه، موضوع مورد بحث: دلسوزی به حال خود
۹۷ سومین سه‌شنبه، موضوع مورد بحث: افسوس‌ها و حسرت‌ها
۱۰۵ سمعی بصری - قسمت دوم
۱۰۹ استاد - قسمت اول
۱۱۹ چهارمین سه‌شنبه، موضوع مورد بحث: مرگ

۱۲۹	پنجمین سه شنبه، موضوع مورد بحث: خانواده.
۱۴۱	ششمین سه شنبه، موضوع مورد بحث: احساسات
۱۵۳	استاد - قسمت دوم
۱۶۱	هفتمین سه شنبه، موضوع مورد بحث: ترس از پیری
۱۷۱	هشتمین سه شنبه، موضوع مورد بحث: پول
۱۸۱	نهمین سه شنبه، موضوع مورد بحث: زنده نگه داشتن عشق
۱۹۵	دهمین سه شنبه، موضوع مورد بحث: ازدواج
۲۰۷	یازدهمین سه شنبه، موضوع مورد بحث: آداب و سنن
۲۱۷	سمعی بصری - قسمت سوم
۲۲۳	دوازدهمین سه شنبه، موضوع مورد بحث: بخشش
۲۳۱	سیزدهمین سه شنبه، موضوع مورد بحث: روز آرمانی
۲۴۳	چهاردهمین سه شنبه، خدا نگهدار
۲۵۱	مراسم فارغ التحصیلی
۲۵۷	اختتامیه

سپاس و تشکر مترجم

با تشکر از: استاد عزیزم، خانم دکتر فیروزه مهاجر شجاعی، که اصل این کتاب را در اختیار من قرار دادند؛
و دوست با صبر و حوصله‌ام، وودی فرانک^۱، به خاطر کمک‌های بی‌دریغش در امر ترجمه؛

(Thank you Woody, for your helps.)

دکتر قطب‌الدین صادقی؛
و آقای مهندس فیاضی؛
و مؤده آزاد.

به امید ارتباط مداوم با نیروی درون
ماندانا قهرمانلو - بهار ۱۳۸۱

نظرات مختلف در مورد این کتاب

«کتابی جذاب در مورد عشق مردی به مرشد خویش، صداقتی ماندگار در خدمت بالندگی افراد بشر.»

— رابرت بلای^۱، نویسنده‌ی

«Iron John»

«تمامی قدیسین و بودیست‌ها به ما تعلیم داده‌اند که هرآنکی برابر است با همدردی و بالعکس. اکنون موری از راه رسیده و با شجاعت تمام این معادله را اثبات کرده است. زندگی و مرگ او به منزله‌ی راهنمایی در سیر و سلوک ماست.»

— جوانا بال^۲، مؤسس و مدیر اجرایی

باشگاه گیلدا

«ملاقات من با موری در آخرین ماه‌های زندگی او صورت گرفت. در کنار او بودن موهبتی است شامل عشق، حقیقت‌بینی، شجاعت و سخاوت. میچ آلبوم از طریق کتاب «سه‌شنبه‌ها با موری» این موهبت سودمند را با ما سهیم شده است. برای گنجاندن این موهبت در قلبتان، تا چهارشنبه صبر کنید.»

— استفان ل‌وین^۱، نویسنده‌ی

«Who dies?»، «Healing into Life and Death»

«سه‌شنبه‌ها با موری ستایشی دل‌انگیز و ظریف از افراد پیر و مرحله‌ی پیری است. میچ آلبوم، از تو به خاطر این‌که مرا به موری شوارتز^۲ معرفی کردی، متشکرم. عظمت و صداقتش وجودم را به لرزه درآورد. و شوخ‌طبعی و خوش‌مشربی او خنده بر لبانم نشانده.»

— آلکس کوتلوویتز^۳، نویسنده‌ی

«There are no children here»

«فرزانگی و شفافیت با زیبایی هرچه تمام در این کتاب به‌رشته‌ی تحریر درآمده و سادگی را علی‌رغم پیچیدگی‌های زندگی عاشقانه انتقال داده.»

— دکتر ام. اسکات پک^۴، نویسنده‌ی

«The Road Less Traveled»^۵

«Denial of The Soul»

«تک تک ورق‌های این کتاب کوچک، زیبا و تکان‌دهنده با گرمای عشق پرتوافشانی می‌کنند، عشقی که برای ابراز خود شرمسار نیست.»

1. Stephen Levine 2. Morrie Schwartz 3. Alex Kotlowitz

4. M. Scott Peck

۵. این کتاب با عنوان «جاده‌ی کم‌گذر» توسط رؤیا منجم به فارسی برگردانده شده است.

— رابی هارولد کوشنر^۱، نویسنده‌ی
«When Bad Things Happen to Good People» ،
«How Good Do we Have To Be ? A New Understanding of Guilt And
Forgiveness.»

«گنجینه‌ای باور نکردنی، درکی از مرگ بشر، راهنمایی مهم و سرچشمه‌ی
روشنگری. هر کنار مرشدی که تجربه‌ی مرگ خویش را سهیم می‌شود، با
دانش و بینشی زلف آماده‌ی مواجهه با پدیده‌ی مرگ خواهیم شد. من با
این کتاب خندیدم، گریه کردم و پنج جلد از آن را برای فرزندانمان سفارش
دادم.»

— دکتر برنی اس. سیگل^۲، نویسنده‌ی
«Love, Medicine And Miracles»^۳

«شرح حالی به شدت تکان‌دهنده از فرزاندگی و شجاعت؛ مرشدی
خستگی‌ناپذیر که جنبه‌های گوناگون مرگ خویش را سهیم می‌شود. با
شرکت در آخرین کلاس درس موری نکات بی‌شماری را فرا خواهیم
گرفت.»

— جان کابات زین^۴، یکی از نویسندگان
«Everyday Blessings»،

«Wherever You Go, There You Are»

«من عاشق این کتاب هستم. به همه‌ی دوستانم گفته‌ام، شما باید این کتاب
را بخوانید.» میچ آلبوم هدیه‌ی ارزشمندی از طرف استاد خود موری

1. Rabbi Harold Kushner 2. Bernie S. Siegel

۳. این کتاب تحت عنوان «عشق، معجزه‌ی پزشکی» توسط رویا منجم به فارسی
برگردانده شده است.

4. Jon Kabat Zinn

Tuesdays with Morrie

Mitch Albom

translation by

Mandana Ghahremanlou

شاید روزگارانی پدربزرگ، مادربزرگ یا معلمی وجود داشته. پیر دهر، بزرگ‌ترِ صبوری که در کتاب می‌کرده، و زمانی که جوان بودید، کمک‌تان می‌کرده که جهان را ظرف ژرف‌تری تصور کنید، و با رهنمودهای قاطع‌اش یاری‌گر طی طریق‌تان در این دنیا بوده. شاید شما نیز مثل میچ، هنگام سیر و سلوک، ردپای مرشدتان را گم کرده، روشن‌بینی‌تان را از دست داده‌اید، و جهان را سردتر و بی‌روح‌تر احساس می‌کنید. آیا مایل‌اید، بار دیگر مرشدتان را ملاقات کنید، سؤالات مهم‌تری که هم‌چنان ذهن‌تان را تسخیر کرده، با او مطرح کنید، و کلید حل زندگی‌تان را از او بیابید؟ همانند ایام قدیم... این کتاب، تاریخ‌نگاری اعجاب‌انگیز لحظاتی است که این دو مرد با یک‌دیگر صرف کردند، و میچ از طریق این کتاب، هدیه‌ی ماندگار موری را با جهان سهیم شده. سه‌شنبه‌ها با موری، از تأثیرگذارترین و پرفروش‌ترین کتاب‌های انتشارات نیویورک تایمز است که از اکتبر ۱۹۹۷ تاکنون همواره در پنج ردیف صدر جدول پرفروش‌ترین کتاب‌های سال قرار داشته. آپرا وینفری بر اساس این کتاب فیلمی تلویزیونی تهیه کرد که از تلویزیون ایران نیز پخش شد. این اثر در سی و چهار کشور، و به‌سی زبان ترجمه و چاپ شده و پرفروش‌ترین کتاب سال در کشورهای ژاپن، استرالیا، و نیوزیل، و انگلیس نیز بوده است.

«فرزانگی و شفافیت با زیبایی هرچه تمام در این کتاب نوشته شده، و علی‌رغم

پیچیدگی‌های زندگی، سادگی را عاشقانه انتقال داده.»

- دکتر ایم. اسکات پک، نویسنده‌ی کتاب *The Road Less Traveled*

«گنجینه‌ای باور نکردنی، درکی از مرگ بشر، راهنمایی مهم و سرچشمه‌ی روشنگری.

کنار مرشدی که تجربه‌ی مرگ‌اش را سهیم می‌شود، با دانش و بینشی ژرف، آماده‌ی

مواجهه با پدیده‌ی مرگ خواهیم شد. من با این کتاب خندیدم، گریه کردم، و پنج جلد

از آن را برای فرزندان‌مان سفارش دادم.»

- دکتر برنی اس. سیگل، نویسنده‌ی کتاب *Love, Medicine, and Miracles*

۱۶۰۰
۳
۰۳

