

پنج زبان

دل بستگی

چگونه احساسات قلبی خود  
را به همسران بیان کنید

ترجمہ

نوشتہ

احمد جعفری

گری چین



انشارات فروزش

۱۳۹۷

فرست‌نذرجات

مقدمه مترجم	
درباره نویسنده کتاب	
۱	بعد از عروسی، آن همه دلبستگی چه می‌شود؟
۹	پُر نگه داشتن ظرف دلبستگی
۱۵	عشق و عاشقی
۲۹	زبان دلبستگی شماره ۱: اظهار قدردانی و تشکر
۴۷	زبان دلبستگی شماره ۲: توجه به همسر و فرزندان
۷۱	زبان دلبستگی شماره ۳: هدیه گرفتن
۸۷	زبان دلبستگی شماره ۴: انجام وظایف
۱۰۵	زبان دلبستگی شماره ۵: تماس فیزیکی
۱۲۱	شناخت زبان اولیه دلبستگی
۱۲۹	عشق یک انتخاب است
۱۳۷	دلبستگی فرق می‌کند
۱۴۳	دوست داشتن دوست نداشتنی‌ها
۱۵۷	بچه‌ها و زبان‌های دلبستگی
۱۶۷	کلام آخر
۱۷۱	تست پنج زبان دلبستگی برای آقایان
۲۰۰	تست پنج زبان دلبستگی برای خانم‌ها

کتابی که پیش رو دارید ترجمه‌ای از کتاب *The Five Love Languages* می‌باشد که پرفروش‌ترین کتاب روانشناسی در قاره آمریکا و اروپا بوده است. این کتاب به زبانی ساده و با محتوایی نشاط‌بخش و نیز با مثال‌هایی شاد، نکاتی آموزنده و اندیشه برانگیز را که گاهی در زندگی روزمره مشاهده می‌کنیم به خواننده ارائه می‌دهد.

نویسنده این کتاب آقای دکتر گری چپمن *Dr. Gary Chapman* با کوله باری سنگین از تجربه و دانش در این زمینه تخصصی، که سالیان سال در آمریکا، اروپا و استرالیا به آن اشتغال داشته است، دست‌آوردهای فکری خود را به زبانی ساده و جذاب در اختیار علاقمندان در سراسر دنیا قرار داده است.

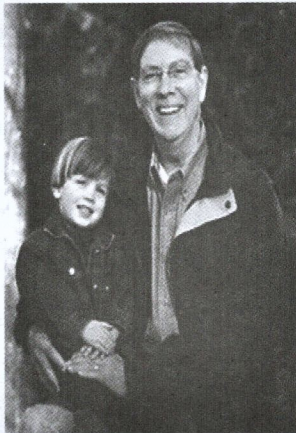
سبک ترجمه تلفیقی از امانت‌داری حرفه‌ای نسبت به متن اصلی و نیز تلاش برای رسا بودن مفهوم ترجمه بوده است به گونه‌ای که هیچ کدام فدای دیگری نگردد. در خصوص انتخاب کلمه دل‌بستگی به جای کلمه *The Five Love Languages* این توضیح را لازم می‌دانم که کلمه انگلیسی *love* به معنای عشق، دل‌بستگی آمده است و از آنجا که خود نویسنده در این کتاب اشاره می‌کند مفهوم دوست داشتن و دل‌بستگی بهتر از عشق است.

امیدوارم این ترجمه برای هم‌میهنان عزیز و همچنین کلیه زوج‌های جوان مفید و موثر باشد و این کتاب باعث آن گردد که همه زندگانی بهتر، شادتر و موفق‌تر داشته باشند. نیز بر خود واجب می‌دانم از کلیه عزیزانی که صمیمانه پذیرای زحمت ویراستن و نمونه‌خوانی این ترجمه گردیدند از جمله آقای دکتر حسن تقوی، آقای احمد جلیلی فرد، و آقای غفار عادل که با گشاده‌رویی پیوسته در تنگناها مرا یاریگر بوده‌اند. با وجود تمام کوشش‌هایی که برای ارائه ترجمه‌ای صحیح صورت گرفته است، باز امکان دارد لغزش‌هایی در ترجمه مشاهده گردد؛ لذا از خوانندگان ارجمند این اثر تمنا دارم چنانچه لغزشی در ترجمه یافتند و یا هر نکته دیگری را که لازم دانستند تذکر دهند، از طریق پست الکترونیکی مترجم را آگاه سازند که موجب مزید امتنان است:

E-mail: [scc.jafari@gmail.com](mailto:scc.jafari@gmail.com)

## درباره نویسنده کتاب

**دکتر گری چپمن** متولد سال ۱۹۳۸ میلادی نویسنده کتاب معروف پنج زبان دل‌بستگی، پس از اتمام تحصیلات کارشناسی و کارشناسی ارشد در رشته مردم‌شناسی از دانشگاه ویک فورست و دوره دکترا در رشته روان‌شناسی، و پس از سال‌ها تجربه‌اندوزی، کتاب‌هایی در زمینه روان‌شناسی به رشته تحریر در آورده است. وی همچنین سمینارهای متعددی در زمینه روان‌شناسی از جمله موضوع کتاب پنج زبان دل‌بستگی برگزار نموده که مورد استقبال اکثر شرکت‌کنندگان قرار گرفته است.



وی تجربیات سی ساله خود را در کتابی به نام پنج زبان دل‌بستگی نشان داده که یکی از پرفروش‌ترین کتاب‌های روان‌شناسی جهان می‌باشد. وی همچنین در سمینارها و برنامه‌های متعدد رادیو و تلویزیونی، در این رابطه سخن گفته است که استقبال فراوان مردم را به همراه داشته است.

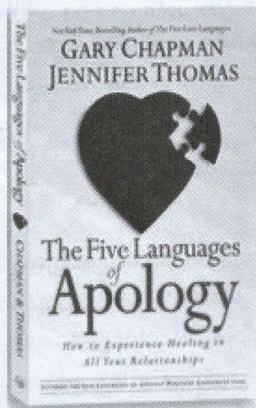
از کتاب‌های وی می‌توان به اینها اشاره کرد:

### پنج زبان عذرخواهی:

یاد بگیریم چگونه عذرخواهی کنیم

و چگونه در تمامی روابط زندگی خود بهبودی را تجربه

کنیم.



همانطوری که انسان‌ها، ارزش‌های فردی و زبان دل‌بستگی مشخصی دارند، عذرخواهی آنها نیز متفاوت است. این کتاب با مطالعه و بررسی نحوه بیان عذرخواهی افراد گوناگون، نشان می‌دهد که این موضوع تحت تاثیر عواطف انسان‌ها بوده و نحوه بیان آن متفاوت است. با شناخت زبان عذرخواهی در این کتاب، شما قادر خواهید بود تا در بهبود روابط فردی بکوشید.