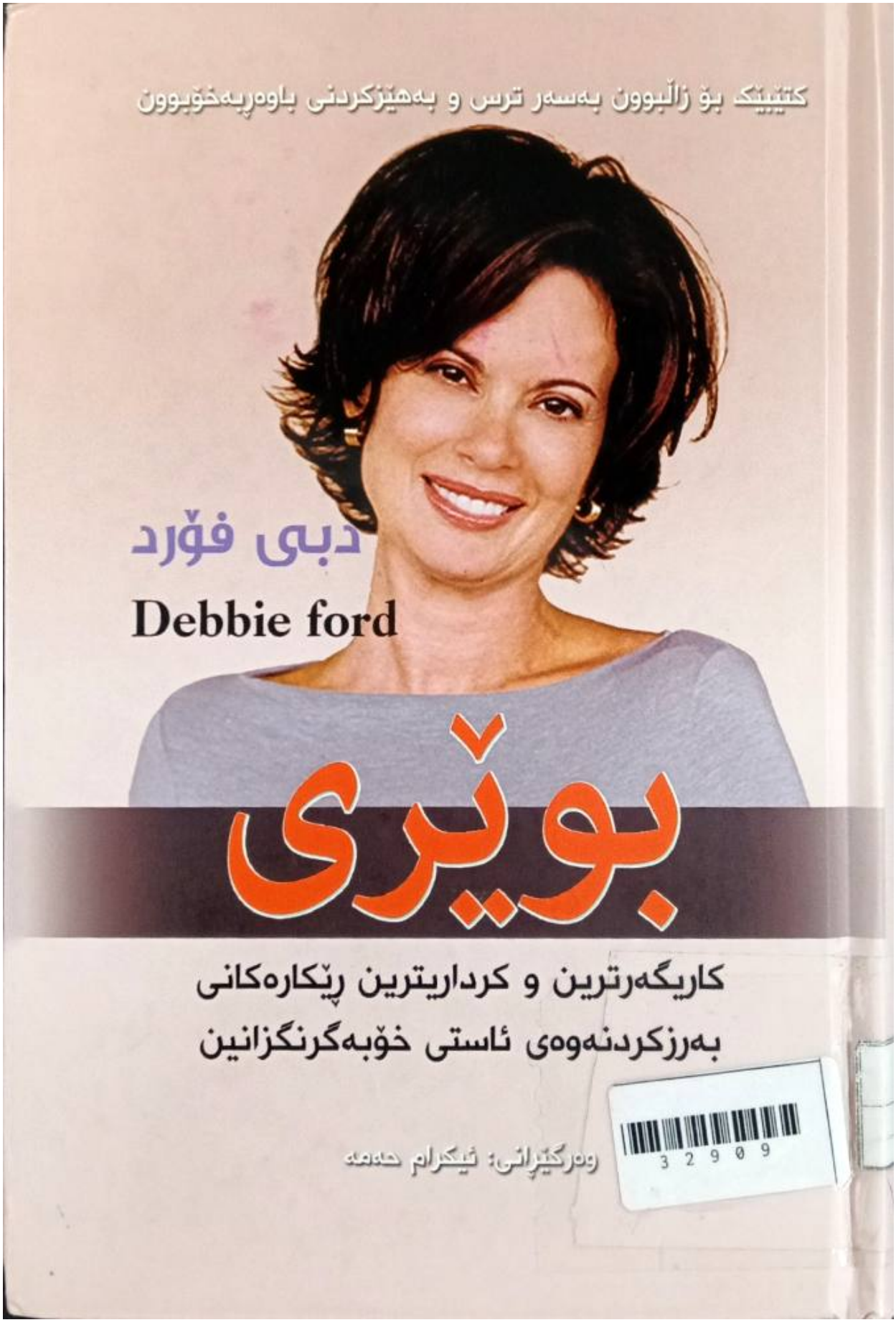
کتێبێک بۆ زاڵبوون بەسەر ترس و بەهێزکردنی باوەڕبەخۆبوون



دبی فۆرد

Debbie ford

بوێری

کاریگەرترین و کرداریترین ڕێکارەکانی
بەرزکردنەوەی ئاستی خۆبەگرنگزانین

32909

وەرگێڕانی: ئیکرام حەمە

Preview sample - page 1 of 5 - Soran University Academic Digital Library

له بلاّوکراوه‌کانی خانه‌ی چاپ و په‌خشی ڕێنما

زنجیره ٦٤٨

ناسنامه‌ی کتێب

بوێری

☐ نووسینی: دبی فۆرد
☐ وه‌رگێڕانی: ئیکرام حه‌مه
☐ بابه‌ت: ده‌روونزانی، بنیادنانی خود
☐ دیزاینی و به‌رگ: فواد که‌ڵۆسی
☐ نۆبه‌تی چاپ: چاپی یه‌که‌م
☐ ساڵی چاپ: ٢٠١٩
☐ شوێنی چاپ: چاپخانه‌ی گه‌نج
☐ تیراژ: ١٠٠٠

له به‌ڕێوه‌به‌رایه‌تی گشتی کتێبخانه گشتییه‌کان ژماره سپاردن: (١٧٠٠)ی ساڵی ٢٠١٩ی پێدراوه.

ناونیشان

سلێمانی ــ سابوونکه‌ران ــ نێوان گه‌راجی عوسمانی ته‌مین و شوقه‌کانی ته‌کیه ڕووته.

ژماره‌ی مۆبایل: (٠٧٧٠١٥٧٤٢٩٣) (٠٧٥٠١١٩١٨٤٧)

Preview sample - page 2 of 5 - Soran University Academic Digital Library

پێڕست

پێشەکی ٥

قسەیەک لەگەڵ نێودا ٩

دەستپێک ٢٥

بەشی یەکەم

سەرمەشقێکی نوێ ٤٥

تاوانباری سەرەکی ٤٧

متمانەی خودایی ٦٧

جەنگاوەری بوێری عەشق ٩٠

بەشی دووەم

لەعەقڵەوە تا دڵ/ نهێنییەکانی جەنگاوەرێکی بوێر ١٠٩

ڕەمزی ڕێنموونی خودایی ١١١

ڕەمزی سەرسپێری ١٣٣

ڕەمزی ڕزگاریی عاتفی ١٥٥

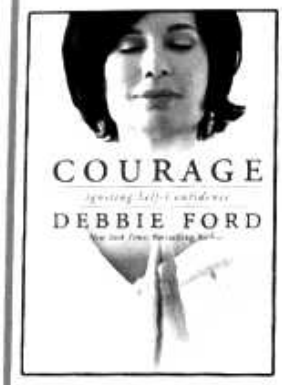
ڕەمزی هاودڵی قوڵ ١٧٧

ڕەمزی دڵی عاشق ١٩٩

Preview sample - page 3 of 5 - Soran University Academic Digital Library

ڕەمزی خەونی خودایی ٢٢١
ڕەمزی جوانی خودایی ٢٤١
فەرمانی جەنگاوەری بوێر ٢٦٩
لەبارەی نوسەرەوە ٢٧٥

Preview sample - page 4 of 5 - Soran University Academic Digital Library



COURAGE

Debbie Ford

تواناکانتان ئاشکرا بکەن.

هێزی خۆتان کۆنترۆڵ بکەن و

ڕزگاریی خۆتان لە ئامێز بگرن.

دبی فۆرد فێرکارێکی مەعنەوی بێوێنەیە کە دەتوانێت ڕەشترین هەورەکانی ژیانتان بگۆڕێت بۆ پەلکەزێڕینە.

((بۆچوونی خوێنەران))

ئەو زمانەی کە "دبی فۆرد" قسەی پێ دەکات ئیلهامم پێ دەبەخشێت و لەگەڵ ئاوازی دڵنەوازی ژیاندا هاوئاهەنگ و ئارامم دەکات. من بۆ هەمیشە بەهۆی ئەو ئەزموونەی کە بە ئەم کتێبە خستییە بەردەستم، سوپاسگوزاری دەبم .

((ئالانێس مۆریس))

دبی فۆرد، ڕێنموونیمان دەکات بۆ ئەوەی کە لە هەموو بیرکردنەوەکان و هەڵسوکەوتەکانی خودی وێرانکەرمان و بڕیاردان لەبارەی خۆمانەوە دووربکەوینەوە. بۆچوونەکانی ئەو زۆر باوەڕپێکەرانە و کاریگەرن.

((ماریان ویلیامسۆن))

دبی فۆرد، فێرمان دەکات کە ڕووە تاریك و ڕووناکەکانی بوونمان دەستنیشان بکەین، لەئامێزی بگرین و لە کۆتایشدا خۆشمان بووێت.

((دکتۆر دین ئۆرانیش))

1 19184 71500 3

لە بڵاوکراوەکانی خانەی چاپ و پەخشی ڕێنما

Preview sample - page 5 of 5 - Soran University Academic Digital Library