

کتاب تغییری کوچک تحولی شگرف

در مقدمه‌ی کتاب آمده است:

این کتاب به شما الهام می‌بخشد و راهنمایی‌تان می‌کند که درباره‌ی زندگی کنونی‌تان بیندیشید. حتی این که هیچ کاری انجام ندهید هم نوعی تصمیم است و به این معناست که به زندگی فعلی‌تان ادامه خواهید داد. ایجاد تغییرات آگاهانه در زندگی به این معناست که می‌خواهید زندگی‌تان را به شکل متفاوتی ادامه دهید. اگر آماده‌ی ایجاد تغییر و استقبال از ایده‌ها و چالش‌های تازه هستید، کتاب حاضر به شما نشان می‌دهد که چگونه تمرکز لازم برای برداشتن این قدم را به دست آورید. همچنین با آوردن نمونه‌هایی واقعی از زندگی افرادی که مثل شما دوست دارند به آرزوهایشان برسند و زندگی به دور از حسرتی داشته باشند، به شما الهام خواهد بخشید.

و در صفحه آخر کتاب تغییری کوچک تحولی شگرف این با این جمله روبه رو می‌شوید:

اگر دنبال راهنمایی، این کتاب چراغ راهنما خواهد بود.

نویسنده این کتاب خانم سو هادفیلد است که بیشتر از ۲۰ سال به تدریس در دانشگاه‌ها و مدارس مشغول بوده و سخنرانی‌های عمومی زیادی داشته است. او برای مدیران و معلمان دوره‌های اعتماد به نفس و ابراز وجود برگزار می‌کند و به صورت فرد به فرد بزرگسالان و کودکان را آموزش می‌دهد.

از متن کتاب:

ایجاد یک تغییر در زندگی، چیز ترسناکی نیست، حتی تغییرات کوچک هم می‌توانند اثرات بزرگی بر جای بگذارند.

