

هنرِ ظریفِ بی‌خیالی

روشنی متفاوتِ براک داشتن
یک زندگی خوب

www.ketab.ir

مارک منسون

ترجمہ: مجید رشید

سرشناسه: منسون، مارک
 عنوان پدیدآور: هنر ظریف بی‌خیالی / نویسنده: مارک منسون / ترجمه
 مجید رشید
 مشخصات نشر: قم، عصر جوان، ۱۳۹۸.
 مشخصات ظاهری: ۲۸۸ ص. رقعی
 شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۳۸۴-۷۲-۸
 فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیپا.
 موضوع: روانشناسی
 موضوع: بی‌خیالی
 رده دیویی: ۱۳۹۸ م ۵ ۷ هـ / ۱۵۴
 شماره کتابشناسی ملی: ۹۷۸۴۵۲۳

شناسنامه

عنوان هنر ظریف بی‌خیالی
 نویسنده مارک منسون
 مترجم مجید رشید
 ناشر انتشارات عصر جوان
 نوبت چاپ اول ۱۴۰۰
 صفحه آرا و طراح جلد گرافیک جوانه
 تیراژ ۱۰۰۰ نسخه
 شابک ۹۷۸-۶۲۲-۶۳۸۴-۷۲-۸
 قیمت ۱۲۰۰۰۰ تومان

مرکز پخش:

[قم، پاساژ قدس، طبقه آخر، پلاک ۱۶۷
 تلفن: ۰۳۷۷۳۰۰۳۷ - ۰۲۵ همراه: ۰۹۱۲۵۵۲۸۴۸۰]

فهرست

۹	مقدمه‌ی مترجم
۱۱	فصل اول: تلاش نکن!
۱۸	حلقه‌ی بازخورد جهنمی
۲۹	هنر ظریف گفتنِ به درگاه
۴۱	فصل دوم: شادی یک مسئله
۴۶	بدبختی‌های پاندای ناامیدی
۵۰	شادی نتیجه‌ی حل مشکلاته
۵۴	در مورد احساسات مبالغه می‌شه
۵۸	جنگ خودتون رو انتخاب کنید
۶۵	فصل سوم: تو منحصر به فرد نیستی
۷۳	همه چیز متلاشی می‌شه
۸۶	ظلم استثنایی بودن
۹۵	فصل چهارم: ارزش رنج کشیدن
۱۰۴	پیارِ خودآگاهی

مشکلات ستاره‌ی موسیقی راک ۱۱۱

ارزش‌های مزخرف ۱۱۸

فصل پنجم: تو همیشه در حال انتخابی ۱۳۱

انتخاب ۱۳۲

اعتقاد نادرست در مورد مسئولیت یا تقصیر ۱۳۸

عکس‌العمل نشون دادن به تراژدی ۱۴۷

ژنتیک و کارت‌هایی که سهم ما شد ۱۵۱

قربانی شدن شیک و مجلسی ۱۵۷

نپرس «چه جور ی» چون زاهی وجود نداره! ۱۶۱

فصل ششم: تو در مورد همه چیز اشتباه می‌کنی (البته من هم همین‌طور) ۱۶۵

سازنده‌های عقاید ما ۱۷۱

مواظب باش که چی رو باور می‌کنی ۱۷۵

خطرهای قطعیت محض ۱۸۳

قانون اجتناب منسون ۱۹۱

خودکشی کن ۱۹۵

چه جور ی اطمینان کمتری نسبت به خودتون داشته باشید ۱۹۸

فصل هفتم: شکست همون مسیر پیشرفته ۲۰۵

تناقض شکست و موفقیت ۲۰۸

درد یک بخش از این فراینده ۲۱۲

مقدمه‌ی مترجم

در دنیای امروز که کتاب‌های موفقیت فردی و آموزشی مخاطب بسیار زیادی دارند و اکثر کتاب‌های موفقیت از تعداد محدودی اسلوب خاص پیروی می‌کنند، پیدا کردن کتابی متفاوت که بتواند مسیر زندگی افراد را تغییر دهد و سرعت حرکت آنها به سوی موفقیت را به طرز چشمگیری افزایش دهد کار سختی است. کتاب حاضر به نوعی قانون‌شکنی کرده و اصول موفقیت دنیا را جابجا کرده است؛ چرا که اصولی را آموزش می‌دهد که می‌تواند آرامش را به زندگی شما وارد کرده و باعث شود در دوراهی‌های زندگی انتخاب‌های بهتری داشته باشید. اینجانب طبق تجربه‌ی شخصی با عمل کردن به اصول این کتاب به دستاوردهای بزرگی دست یافتم.

به دلیل استفاده‌ی نویسنده از نثر روان و انتخاب لحن محاوره در نوشتن متن کتاب، ترجمه نیز به صورت فارسی روان و محاوره انجام شده که باعث شود خواندن کتاب برای مخاطب لذت‌بخش‌تر و درک مطالب کتاب آسان‌تر باشد. امیدوارم از خواندن این کتاب لذت ببرید و گام‌های خود به سمت موفقیت را با سرعت هر چه بیشتر بردارید.

در صورت داشتن هر گونه نظر، انتقاد و یا پیشنهاد به وبسایت مترجم (<http://tarjomist.ir>) مراجعه کنید و یا از طریق شماره تلفن ۰۹۱۰ ۲۸۲۰ ۲۳۰ (و شبکه‌های اجتماعی متصل به همین شماره) نظرات خود را بیان کنید. پیشاپیش از نظرات ارزشمند و سازنده‌ی شما کمال تشکر را دارم.

تقدیم به عشق ابدی‌ام