

هنر برقراری ارتباط

www.ketab.ir

تیج نات هان

فیبا

سرشناسه: نات هان، تیک، ۱۹۲۶-م. Nhât Hạnh, Thích, ۱۹۲۶-

عنوان و نام پدیدآور: هنر برقراری ارتباط / تیج نات هان

مترجم: فاطمه محبی سطلسری

ویراستار: فاطمه همتی

مشخصات نشر: قم: بام سبز، ۱۴۰۲.

مشخصات ظاهری: ۹۷ ص؛ ۵/۱۴ × ۵/۲۱ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۸۱۴۰-۰۴-۹

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: The art of communicating, ۲۰۱۳.

یادداشت: کتاب حاضر قبلاً با همین عنوان با ترجمه مهین خالصی توسط انتشارات ققنوس در سال ۱۳۹۳ منتشر شده است.

موضوع: ارتباط بین اشخاص جنبه‌های مذهبی Interpersonal communication-Religious

aspects, روابط بین اشخاص جنبه‌های مذهبی Interpersonal relations Religious aspects

زندگی مذهبی (بودیسم) -- Buddhism -- Religious life

شناسه افزوده: محبی سطلسری، فاطمه، ۱۳۸۰-، مترجم

رده بندی کنگره: ۵۲۹/۲۱۴۰۲/۴الف/۵

رده بندی دیویی: ۲۹۴/۴۴۴

شماره کتابشناسی ملی: ۱۶۲/۱۳۹۹

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

شناسنامه

عنوان: هنر برقراری ارتباط

نویسنده: تیج نات هان

مترجم: فاطمه محبی سطلسری

ویراستار: فاطمه همتی

صفحه آرای: زهرا همتی

ناشر: بام سبز

چاپخانه: آریا

نوبت چاپ: اول

شمارگان: ۱۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۸۱۴۰-۰۴-۹

قیمت: ۱۰۰/۰۰۰ تومان

مرکز پخش

آدرس: میدان معلم خیابان سمیه کوچه ۲۶ پلاک ۸

شماره تماس: ۰۹۳۹۵۱۵۷۱۸۷/۰۹۱۲۵۱۵۷۱۸۷

فهرست

۸.....	غذای ضروری.....
۹.....	مصرف با ذهن آگاهی.....
۱۰.....	روابط بدون غذای مناسب دوام نمی آورند.....
۱۱.....	ارتباط با خودتان.....
۱۲.....	اتصال داخلی.....
۱۳.....	هدف دیجیتال.....
۱۴.....	آمدن به خانه.....
۱۴.....	ارتباط با نفس.....
۱۵.....	فکر نکردن و حرف نزدن.....
۱۷.....	برگرد.....
۱۷.....	ارتباط با بدن.....
۱۹.....	خودتان را به پیاده روی ببر.....
۲۰.....	اتصال به رنج ما.....
۲۱.....	رنج اجداد ما.....
۲۱.....	گوش دادن عمیق.....
۲۲.....	رنج خوشبختی می آورد.....
۲۵.....	کلیدهای ارتباط با دیگران.....
۲۶.....	گفتن سلام.....
۲۷.....	دو کلید برای ارتباط دلسوزانه.....
۲۸.....	اکنون زمان تنها گوش دادن است.....
۳۲.....	گفتار عاشقانه.....
۳۳.....	گفتار اشتباه.....
۳۴.....	چهار عنصر گفتار درست.....
۳۵.....	حقیقت را بگو.....
۳۶.....	اغراق نکنید.....
۳۶.....	مقاوم باش.....
۳۷.....	چهار معیار.....
۴۳.....	استفاده از گفتار صحیح در زندگی روزمره.....
۴۴.....	شش مانترا سخنانی عاشقانه.....

۴۵		مانترا اول
۴۶		مانترا دوم
۴۸		مانترا سوم
۴۸		مانترا چهارم
۵۱		مانترا پنجم
۵۲		مانترا ششم
۵۶		ارتباط دلسوزانه را به روابط خود بیاورید
۵۷		هنگامی که مشکلات به وجود می آید
۵۹		کمک به یکدیگر برای رنج کمتر
۶۳		آشتی در خانواده
۶۵		برقراری ارتباط در روابط بلند مدت
۶۷		درک متقابل در موقعیت های چالش برانگیز
۶۹		مذاکرات صلح
۷۰		ارتباط آگاهانه در محل کار
۷۱		رهبری با مثال
۷۲		جواب دادن به تلفن
۷۳		جلسات ذهنی
۷۴		ایجاد انجمن در محل کار
۷۵		صخره ای در رودخانه
۷۶		ایجاد جامعه در جهان
۷۷		ایجاد اعتماد و به اشتراک گذاشتن رنج
۸۰		ارتباط ما ادامه ماست
۸۲		هر ارتباطی دارای امضای ماست
۸۳		تغییر گذشته
۸۳		تمرین هایی برای ارتباط دلسوزانه (زنگ کامپیوتر)
۸۴		نوشتن چای در ذهن آگاهی
۸۴		گوش دادن به کودک درونتان
۸۵		نوشتن نامه عاشقانه
۸۶		معاهده صلح و یادداشت های صلح
۸۷		معاهده صلح

- کیک در یخچال ۹۱
- مدیتیشن در آغوش گرفتن ۹۲
- چکیده کتاب ۹۴
- درباره نویسنده ۹۵

www.ketab.ir