

۱۵۰۴۲۵۸

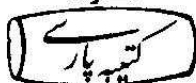
به نام خدا

هنر زن بودن

مادرانی مورگان

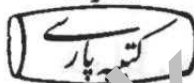
محسن صدوق

انتشارات



سرشناسه	مورگان، مارابل Morgan, Marabel
عنوان و نام پدیدآور	هنر زن بودن / مارابل مورگان ؛ [مترجم] محسن صدوق ؛
مشخصات نشر	تهران: کتیبه پارس، ۱۳۹۶.
شابک	9786009737819 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت	The total woman : [how to make your marriage come alive!], 1975.
یادداشت	کتاب حاضر نخستین بار تحت عنوان "زن کامل: راهنمای بهتر زیستن در کنار همسر" و سپس توسط مترجمان و ناشران متفاوت منتشر شده است.
موضوع	زنانشویی
موضوع	زنان (همسر) -- راه و رسم زندگی
موضوع	زنان -- روان شناسی
شناسه رده	صدوق، محسن، ۱۳۵۱ - مترجم
رده ی کنگره	۱۳۹۶ / م۸۹ / HQ۷۳۴
رده بندی دی سی	۳۰۶ / ۸۱ شماره کتابشناسی ملی: ۴۴۵۷۶۲۹

انتشارات



تهران، خ ستارخان، پ ۱۰۹ کدپستی: ۱۴۵۶۶۷۳۴۵۵
 تلفن ناشر و مرکز پخش: ۰۹۱۹۲۳۰۰۰۵۳ و ۰۹۱۹۳۸۰۶۳۸۱
Katibe.parsi.93@gmail.com
 مرکز پخش ۲: موسسه گسترش فرهنگ، مطالعات ۰۲۱-۷۷۳۵۴۱۰۵
 نام کتاب: هنر زن بودن

نویسنده: مارابل مورگان	مترجم: محسن صدوق
تنظیم و اجرا: ندارشیدی	یراستار: ماندانا حمیدی
طرح جلد: سعید خانی پاکدهی	توگرافی: مهرشاد
صفحه آرای: حروف چینی راه شهاب	چاپخانه: بد رنگ
چاپ: سوم، اسفند ماه ۱۳۹۸	پیرایش: ۵۰۰ نسخه

هرگونه کپی برداری، تکثیر کلی یا جزئی از مطالب کتاب یا طرح جلد، بدون اجازه ناشر،

بیگرد قانونی دارد

قیمت: ۲۷۰۰۰ تومان

فهرست

۹..... مقدمه ناشر

۱۰..... مقدمه

۱۰..... درباره مارابل مورگان

۱۱..... بخش اول: زن سازمان یافته

۳۱..... چارلی، رفته به گوه شادی

۳۷..... خریدن وقت

۲۹..... برنامه بیست و پنج هزار دلاری شما

۳۱..... شلوارها و کفش‌ها، زنانه

۳۵..... تجارت ABC

۳۸..... تزئینات درونی

۴۰..... برنامه برگ برنده

۴۲..... رؤیای عملی

۴۵..... فقط زشتی‌ها

۴۹..... ساماندهی زنانه

۵۱..... بخش دوم: مرد احیا شده

۵۱..... "او را بپذیرید"

۵۳..... شوهر من، دوست من

۵۷..... سالاد، سکس، ورزش

۵۸..... درمان این آفت زناشویی چیست؟

۶۰..... مرد، نه برنامه

۶۲..... او را تحسین کنید

۶۵..... پرستش قهرمان

۶۸..... بازوان نازک، قلب سرشار

- ۷۱..... بازسازی یک مرد نسیبی
- ۷۴..... با او سازگار شوید
- ۷۶..... راه من
- ۷۹..... آه، پادشاه تا ابد جاویدان بمان
- ۸۲..... آبی لاجوردی
- ۸۴..... لباس پشمی و خزدار
- ۸۶..... آه، بیا این کار را بکنیم
- ۹۰..... سرزنده در نود و نه سالگی
- ۹۱..... از او سرداشی کنید
- ۹۲..... افرات و تفریط
- ۹۵..... رفتار قدس با مناسبت
- ۹۵..... نگذارید حقوقتان را به دست دیگران سپاسگزاری تان باشد
- ۹۷..... نگذارید شوهرتان را در چنبر خست و خستگی محروم شود
- ۹۹..... زنده کردن مردتان
- ۱۰۱..... **بخش سوم: روابط زنانشویی**
- ۱۰۱..... رنگ کردن خانه
- ۱۰۲..... جست و خیز و بالا و پائین پریدن
- ۱۰۴..... برگشت شاد
- ۱۰۵..... مهمانی با لباس محلی
- ۱۱۲..... تکان‌ها در بالش
- ۱۱۱..... طبیعتاً، باز هم
- ۱۱۶..... زوج‌های تازه کار در ابتدای خلقت
- ۱۱۸..... مال او، همینطور؟
- ۱۲۰..... لیموناد ویکتوریا
- ۱۲۱..... نگه داشتن و نه نابود کردن
- ۱۲۵..... آتش بازی در صبحانه

- ۱۲۸.....رابطه جنسی برتر.....
- ۱۳۰.....ناهار مخصوص.....
- ۱۳۲.....رازهای زنانه.....
- ۱۳۳.....موج عالی از لی بی دو (شهوت).....
- ۱۳۵.....کمبودهای جنسی.....
- ۱۳۶.....خدای کامیابی.....
- ۱۳۸.....مراهی و نه رقابت.....

بخش ۳-۸-۹. ساختن پل و باز کردن خطوط مسدود شده ۱۴۱

- ۱۴۳.....سکوت و گوشه‌گیری.....
- ۱۴۴.....شوهران شاد و دلاست.....
- ۱۴۵.....شنونده خوبی باشید.....
- ۱۴۷.....به او توصیه نکنید.....
- ۱۴۸.....او را مورد انتقاد و سرزنش سرزنش.....
- ۱۴۹.....چارچوب مرجعیت‌های او را درک کنید.....
- ۱۵۱.....نسبت به حال و حوصله او حساس باشید.....
- ۱۵۲.....به عقلانیتش علاقه مند باشید.....
- ۱۵۳.....آرام کردن یک مرد عصبانی.....
- ۱۵۵.....۱- اشک هایتان را کنترل کنید.....
- ۱۵۶.....۲- برای زمان و فضای مناسب برنامه ریزی کنید.....
- ۱۵۷.....۳- به آرامی به او بگوئید که در دل شما چه چیزی می‌گذرد.....
- ۱۵۹.....۴- ببخشید و فراموش کنید. مهم نیست که واکنش او چه بوده است.....
- ۱۵۹.....۵- برف‌های سنگین خستگی او را پارو کنید.....
- ۱۶۲.....طرح اولیه برای خوشبختی.....
- ۱۶۴.....حسرت‌ها یا دلبستگی‌ها؟.....
- ۱۶۷....."من عاشق تو هستم".....
- ۱۶۸.....تفریح و بازی.....

- شما جونز هستید! ۱۷۲
- رازهای وفور نعمت و خوشبختی ۱۷۵
- در دسترس باشید: ۱۷۶
- خوش مشرب باشید: ۱۷۶
- قابل انعطاف باشید و شنونده‌های خوبی برای حرف‌های بچه‌ها باشید ۱۷۷
- او را درک کنید ۱۷۸
- بدو مرز منازعات و کشمکش‌ها ۱۸۰
- محدودیت‌هایی را در عشق قرار دهید ۱۸۱
- او را در عشق راهنمایی و تسهیل کنید ۱۸۴
- ایمان را از دست ندهید ۱۸۷
- ۱- کتاب آسمانی را هر روز برای بچه‌های‌تان بخوانید ۱۸۸
- ۲- منابع معرفی فراموش کنید ۱۹۰
- ۳- با خانواده دعا کنید ۱۹۱
- «منبع قدرت» ۱۹۳
- "جستجوی من" ۱۹۴
- متحول شده نه اصلاح شده ۱۹۸
- خانواده ابدی ۲۰۱
- تکالیف ۲۰۳
- پل زدن ۲۰۳
- خاتمه ۲۰۵
- راهنمای عزیز ۲۰۵
- توشه‌ای برای بقا ۲۰۹
- قهرمانان جهان ۲۱۱

مقدمه ناشر

در جهان امروزی با روابط عاطفی کم‌رنگ‌تر و سطحی‌تری که گریبان تمام اقشار جامعه را به خود درگیر کرده است، زنان به عنوان محور خانواده مهمترین نقش را در پایداری آن ایفا می‌کنند.

اگر زن از حال خراب برخوردار نباشد چه بسا که خانواده از هم پاشیده شود که علاوه بر فرزندان، زن و شوهر نیز آینده‌ی نامعلومی پیدا خواهند کرد.

حال خوب زن، بسا گاهی که نیاز به توجه و رسیدگی از طرف همسر دارد، هدف غایی این کتاب است.

زنان بسیاری هستند که می‌بینند زمان وابستگی عاطفی، جنسی، مالی و ... به جنس مرد به پایان رسیده. مارابل مورگان این کتاب را برای آن دسته از زنانی نوشته که اینطور فکر نمی‌کنند و هنوز هم نجات نوع بشر را در دامن آدم و حوا می‌دانند و معتقدند که اگر قرار است زیر یک سقف باشیم پس باید هنر دیگری هم داشته باشیم و برای همسر و فرزندان روح زنانه خودمان یک زن کامل باشیم و هنر زن بودن را به هر جنسیتی بلکه فراتر از آن به نمایش بگذاریم.

اگر قصد دارید حال زندگی زناشویی و خانوادگی خویش را تغییر دهید، درنگ نکنید، این کتاب برای شماست...