

به نام خدا

حگونه زندگی بهتر می شود

اندرو دیوز

ترجمه صفورا دل به ری



انتشارات اشجع

سرشناسه	متیوز، اندرو، ۱۹۵۷ - م. Matthews, Andrew
عنوان و نام پدیدآور	چگونه زندگی بهتر می شود/ اندرو متیوز؛ { ترجمه } صفورا دل بهاری.
مشخصات نشر	تهران: اشجع، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	۱۹۳ص: مصور. ؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.
شابک	978-964-2613-91-5
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی: How life works.
موضوع	راه و رسم زندگی
شناسه افزوده	دل بهاری، صفورا، ۱۳۶۳ - مترجم
رده ندی کنگره	BF۶۳۷ ۱۳۹۵ م ۱۵۶ / ۲
رده ی دیویی	۱۵۸
شماره کتبی شناسی ملی	۴۱۹۳۸۱۷



انتشارات اشجع

چگونه زندگی بهتر می شود

اندرو متیوز

مترجم: صفورا دل بهاری

ویراستار: نگار اشجع

ناشر: اشجع

چاپ: اول - پاییز ۱۳۹۵

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۶۱۳-۹۱-۵

تهران، بزرگراه رسالت، مجیدیه شمالی، خیابان برادران محمودی شرقی، کوچه امید، پلاک ۱

تلفن: ۲۲۵۲۰۷۰۲ و ۲۲۵۱۲۸۳۴ دورنگار: ۲۶۳۰۰۶۶۸ www.ashja.com

مقدمه مترجم

و اینگونه فصل جدیدی از زندگی برایم آغاز شد
با اطمینان می گویم که تک تک خوانندگان این کتاب از مطالب آموزنده آن
بهره مندی و گام هایی به سوی هر چه بهتر شدن زندگیشان در هر سنی ، با
هر شغلی ، از هر قومی و در هر شرایطی خواهند داشت.
با تشکر از جاب آقایی سید عباس مجتهدی که این کتاب را به من معرفی
کردند و از راهنمایی های ایمان ، بسیار بهره بردم.
سپاس از انتشارات اشجع ، ویژه سرکار خانم بنفشه اشجع که یاری گر من در
انتشار این اثر بودند.
اینجانب پذیرای نظرات ، انتقادات و بازخوردهای پس از مطالعه این کتاب از
طرف خوانندگان عزیز هستم. delbakhari@yahoo.com

صفیرا دل بهاری

فهرست مطالب

- فصل ۱- وقتی که همه چیز بد اتفاق می افتد ۹
- فصل ۲- چه چیزی زندگی شما را کنترل می کند؟ ۱۵
- فصل ۳- چرا اتفاقات مشابه همچنان برای من اتفاق می افتند؟ ۲۱
- فصل ۴- ما خودمان را چگونه می بینیم؟ ۲۵
- فصل ۵- فکر چیست؟ ۳۳
- فصل ۶- آنچه احساس می کنید به دست می آورید ۴۱
- فصل ۷- قانون جذب ۵۹
- فصل ۸- وقتی که قانون جذب عمل نمی کند ۶۵
- فصل ۹- تصور کن! ۷۷
- فصل ۱۰- دنیا آینه شما است ۸۷
- فصل ۱۱- عمل چقدر مهم است؟ ۹۵
- فصل ۱۲- مقاومت (مخالفت) ۱۰۳
- فصل ۱۳- رها کن! ۱۱۱
- فصل ۱۴- وقتی که همه چیز به اشتباه پیش می رود ۱۱۷
- فصل ۱۵- پذیرش ۱۲۳
- فصل ۱۶- بخشش ۱۲۹
- فصل ۱۷- بدن معجزه آسای شما ۱۳۷

- فصل ۱۸- دل شما ۱۴۳
- فصل ۱۹- همه ما به هم متصل ایم ۱۴۷
- فصل ۲۰- الهام ۱۵۲
- فصل ۲۱- روش بهتری برای دستیابی به اهداف ۱۶۳
- فصل ۲۲- طرح خلاصه‌ای از اینکه زندگی چگونه بهتر می‌شود ۱۶۷
- فصل ۲۳- سیاست‌گذار باشید ۱۷۳
- فصل ۲۴- زندگی کردن در زمان حال ۱۷۷
- فصل ۲۵- عاشق هم‌دتان باشید ۱۸۳
- فصل ۲۶- چرا این بهریم؟ ۱۸۹