

عشق و شور زندگی

(بکارگیری استیلا درونی برای یافتن زندگی دلخواه)

مؤلف: باربارادی آنجیس

مترجم: آزاده سخایی منش

سرشناسه: دی آنجلس، باربارا - De Angelis, Barbara
 عنوان: عشق و شور زندگی (به کارگیری اشتیاق درونی برای یافتن زندگی دلخواه)
 تکرار نام پدیدآورنده: باربارا دی آنجلس، منوچم: آزاده سخنی منش
 مشخصات نشر: قم - بزم قلم
 مشخصات ظاهری: ۸۰ ص
 ISBN: ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۹۴-۷۷-۲
 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
 یادداشت: عنوان اصلی: Passion , C ۱۹۹۸
 موضوع: هیجان ها
 شماره افزوده: سخانی منش، آزاده - مترجم
 زده بندی کنگره: ۱۲۹۶، ۵۴۱/۵۸ BF
 زده بندی دیویی: ۱۵۲/۴
 شماره مدرک: ۴۴۲۶۴۶

انتشارات بزم قلم

عشق و شور زندگی

ترجمه: باربارا دی آنجلس

مترجم: آزاده سخنی منش

نشر: بزم قلم

تیراژ: ۳۰۰۰ عدد

قیمت: ۷۰۰۰ تومان

توبت / سال چاپ: اول / ۱۳۹۶

تعداد صفحات / قطع: ۸۰ صفحه / رقعی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۹۴-۷۷-۲

قم - انتشارات بزم قلم

شماره تماس: ۰۹۱۹۵۴۱۰۹۷۳ - ۰۹۱۲۸۵۱۸۴۱۵

ایمیل: Bazmeghalam@yahoo.com

© حق چاپ برای ناشر و مؤلف محفوظ است.

فهرست مطالب:

۷	مقدمه
۹	بخش اول: عشق جوهره‌ی وجودی شما
۹	- مفهوم عشق
۱۰	- عشق جوهره‌ی اصلی شماست
۱۳	- عطش سیری ناپذیری انسان عشق
۱۷	- چگونه عشق و شور زندگی را در درون خود شعله‌ور سازیم؟
۱۹	- تعهد پدید آورنده‌ی عشق و شور زندگی است
۲۳	- عشق در برابر بی تفاوتی
۲۷	- عشق در برابر کنترل‌گری و حاکمیت
۳۰	- رازی که تمامی کودکان در خصوص عشق می‌دانند
۳۳	- عشق و تسلیم
۳۶	- قلب: جایگاه عشق و شور زندگی
۴۱	بخش دوم: عشق و برقراری روابط صمیمی
۴۱	- عشق جسمانی
۴۴	- عشق احساسی - عاطفی
۴۷	- برای عشق و عاشقی خود وقت صرف کنید
۵۱	- هرگز منتظر عشق نباشید تا شما را پیدا کند

- چرا حس جستجو و کنجکاوی خود را در دستیابی به عشق ناکام می گذاریم: ۵۴
- رابطه‌ی عشق با فداکاری و از خود گذشتگی: ۵۶
- چگونه می‌توانیم عشق و شور زندگی را در خود زنده و پایدار نگه داریم: ۵۸
- بخش سوم: زندگی با عشق ۶۱
- زندگی با عشق: ۶۱
- رابطه‌ای عشق با کار: ۶۵
- بیای تان را از پشت دیدگان عشق نظاره کنید: ۶۸
- رابطه‌ی عشق می‌توانید دنیا را تغییر دهید: ۷۱
- به عشق و شور زندگی تان ایمان و باور داشته باشید: ۷۴
- رابطه‌ی عشق با ایمان هستی: ۷۶
- عشق و موهبتش را دیگران تقسیم کنید: ۷۸

مقدمه:

این کتاب را با این هدف به نگارش در آوردم که عشق خود را نسبت به شغل و فعالیت اجتماعی، تحت ابراز عشق ورزی به زندگی و احساسات خود بیان کنم. اکثر اوقات بسیاری از افراد جامعه از من سؤال می کنند که «باربارا! خوشبختی و سعادت در چیست؟» ما به چه چیزی نیاز داریم تا بتوانیم به خودباوری و عزت نفس لازم را تحت دنیای کردن آرزوهایمان در خود خلق کنیم؟ یا «برای آنکه بتوانیم خوبی ها را در زندگی به سوی خود جلب کنیم توجه مان را باید به روی چه چیزهایی معطوف نماییم؟»

جواب بنده به تمامی این پرسشها تنها یک چیز است: «عشق و شور زندگی». عشق از هر نیروی در زندگی به مراتب بسیار گسترده تر و پرجاذبه تر می باشد که همه ی ما می توانیم در زندگی شخصی و اجتماعی خود آن را به دیگر منعکس کرده و از دیگران در خود احساس کنیم. عشق حتی با مراتب بسیار فراتر از ایمان به برآورده شدن آرزوها و عاقبتی برتر یا علاقمندی به شور و اشتیاق نسبت به روابط، کار یا حتی خانواده است. عشق هرگز آمیزه ای از خصوصیات یا ویژگی هایی نیست که بخواهیم آن را بدست آوریم یا آرزوی آن را داشته باشیم. عشق منشایی از درون است که انرژی آن بسیار قدرتمندتر از هر نیروی انرژی زایی است اما عشق در عین حال بسیار پرعاطفه و مهربان است. اگر به عشق اجازه جریان در زندگی را دهید بطور قطع خواهید توانست هر نوع تجربه و برخورد فوق العاده ای را از معنا و مفهوم زندگی کسب کنید با توجه به این

تعریفات از عشق زندگی و شور و زندگی حالتی از هستی است، که در آن حالت در هر لحظه‌ای از زندگی می‌توان خود را با تمام وجود پیدا کرد. عشق روزنه‌ای از امید است که دریچه‌ی زندگی را با گران‌بهاترین گنجینه‌های آن بر روی ما می‌گشاید. زندگی همراه با عشق معجزات زیادی را از شهامت، جسارت و قدرت در پی دارد. اما آیا برای کسانی که مدام در حال دنبال کردن بهترین‌ها هستند انتخاب دیگری نیز وجود دارد؟ تجربه‌ی عشق، ابراز و سهیم شدن در عشق در مدت کوتاهی این است که هدیه‌ای گرانبها را به خود، دیگران و دنیای پیرامونتان هدیه کرده باشید. تمام این ایما و اشاره‌های مبنی بر عشق به این منظور است که شما می‌توانید روشهای نوینی که تا قبل هرگز آنها را تصور نکرده‌اید را برای خود ایجاد کنید. شما می‌توانید رابطه‌ای بکارگیری امکاناتی برای خود، زندگی‌تان را مملو از عشق و شور زندگی کنید همانطور که همیشه آرزوها و رویاهایتان را در سر می‌پروراند.

بنده به عنوان نویسنده‌ی این کتاب امیدوارم که این کتاب انگیزه‌ایی از کسب عشق زیادت‌ر را برای ابراز دوستی و دلبستگی به رشد و پیشرفت کمک کند. این همان زندگی است که شما برآستی مستحق آن هستید.

ارادتمندتان: دکتر باربارا دی آنجلیس