

شجاعت خوشبخت بودن

ابخیرو کیشیمی و فومیتاکه کوگا

ترجمه علی اکبر عبدالرشیدی



نشر گویا

کیشیمی، ایچیرو، ۱۹۵۶-م. -Kishimi, Ichirō, 1956	میراث
شجاعت خوشبختی بودن : دست یافتن به خوشبختی و مسرت حقیقی بر عهده خود ماست نوشته ایچیرو کیشیمی، فیمی تاکه کوگا : ترجمه علی اکبر عبدالرشیدی.	عنوان و نام پدیدآور
تهران : نشر گویا، ۱۳۹۸.	مشخصات نشر
۲۰۴ ص؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.	مشخصات ظاهری
978-622-6528-85-6	شابک
فیبا	وضعیت فهرست نویسی
عبدالله علی :	پادداشت
The courage to be happy : true contentment is within your power - the new Japanese phenomenon from the authors of the global bestseller, The courage to be disliked, 2019	
دست یافتن به خوشبختی و مسرت حقیقی بر عهده خود ماست.	عنوان دیگر
آدلر، آلفرد، ۱۸۷۰ - ۱۹۲۷	موضوع
Adler, Alfred :	موضوع
روانشناسی آدلر :	موضوع
Adlerian psychology :	موضوع
خوشبختی :	موضوع
Happiness :	موضوع
خودسازی :	موضوع
(Self-actualization (Psychology :	موضوع
کوگا، فومیتاکه، ۱۹۷۳-م.	شناسه افزوده
-Koga, Fumitake, 1973	شناسه افزوده
عبدالرشیدی، علی اکبر، ۱۳۲۸ - مترجم	شناسه افزوده
BF1۷۵/۵ :	رده بندی کنگره
۱۵۰/۱۹۵۳ :	رده بندی دیویی
۵۹۲۳۳۱۷ :	شماره کتابشناسی ملی

شجاعت خوشبخت بودن

احمد پرو کیشیمی و قومیتا که کوگا

ترجمه: علی اکبر عبدالرشیدی

مقدمه: کیارش سلامی

صفحه‌آرایی: فریبا محمدپور

چاپ نخست: ۱۳۹۸

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۲-۵۲۸-۸۵-۶

چاپ: خانه فرهنگ و هنر



نشر گویا

خیابان کریم خان زند، روبروی ایرانشهر، پلاک ۸۹

تلفن: ۸۸۳۱۳۴۳۱ - ۸۸۸۲۸۸۸۴

www.gooyabooks.com info@gooyapub.com

حق چاپ و انتشار کلیه مطالب محفوظ می‌باشد.

هرگونه اقتباس و استفاده از مطالب منوط به دریافت اجازه از ناشر می‌باشد.



gooya.publication

فهرست

- ۹..... درباره‌ی نویسندگان و داب
- ۱۰..... آلفرد آدلر کیست؟
- ۱۳..... سرآغاز

قسمت اول

- ۲۶..... آن شخص بد و من بیچاره
- ۲۷..... آیا روان‌شناسی آدلر یک مذهب است؟
- ۳۵..... هدف از آموزش اتکای به خود است.
- ۴۴..... احترام یعنی دیدن فرد به همان شکل که هست.
- ۵۲..... به علائق دیگران احترام بگذارید.
- ۵۸..... اگر ما همان نوع هنر و زندگی را داشتیم.
- ۶۱..... شجاعت مسری است. احترام هم واگیر دارد.
- ۶۶..... چرا بعضی‌ها تغییر نمی‌کنند؟
- ۷۲..... امروز تعریف‌کننده‌ی گذشته است.

- آن شخص بد، و من بیچاره. ۷۶
- در روان‌شناسی آدلر جادویی در کار نیست. ۸۰

قسمت دوم

- چرا تشویق و تنبیه را نفی می‌کنم؟ ۸۴
- کلاس درس یک جامعه‌ی دموکراتیک است. ۸۵
- هدف از رفتار شریrane چیست؟ ۹۵
- از من هرت دانشه باش! مرا رها کن! ۱۰۱
- اگر تنبیه برقرار باشد، آیا جنایات از بین می‌روند؟ ۱۱۱
- خشونت به نام احترام ۱۱۷
- عصبانی شدن و تنبیه کردن مترادف هم‌اند. ۱۲۲
- انسان می‌تواند زندگی خودش را انتخاب کند. ۱۲۷

قسمت دوم

- از اصل رقابت تا اصل همکاری ۱۳۸
- نفی روش متکی بر تشویق ۱۳۹
- تشویق و پاداش به رقابت دامن می‌زند. ۱۴۴
- بیماری جامعه ۱۴۷
- زندگی از کامل نبودن شروع می‌شود. ۱۵۱
- شجاعت «خودم» بودن ۱۶۱
- رفتار ناشایست متوجه خود شماست. ۱۶۶
- از رقابت تا همکاری. ۱۶۸
- چرا شخصی می‌خواهد ناجی باشد؟ ۱۷۱
- آموزش، دوستی است نه شغل. ۱۷۷

قسمت چهارم

- ۱۸۴ بده تا به تو برگردد
- ۱۸۵ لذت در داشتن روابط بین فردی است.
- ۱۹۰ آیا شما «اعتماد» نمی‌کنید؟ آیا «اطمینان» دارید؟
- ۱۹۶ چرا کار تبدیل به یک وظیفه‌ی زندگی می‌شود؟
- ۲۰۱ همه‌ی شغل‌ها قابل احترام‌اند.
- ۲۱۳ چنانچه دوست نزدیک دارید؟
- ۲۱۷ ابتدا باور کنید
- ۲۲۱ مردم هرگز همدیگر را ترک نمی‌کنند.
- ۲۲۵ زندگی مرکب از آزمون‌ها، رازهای بیکاری است.
- ۲۳۰ ببخش تا به تو ببخشند
- قسمت پنجم
- ۲۳۴ آن زندگی را انتخاب کن که دوست داری
- ۲۳۵ عشق چیزی نیست که انسان به دامان آن بیفتد.
- ۲۳۹ از هنر دوست داشته‌شدن تا هنر دوست داشتن
- ۲۴۳ عشق وظیفه‌ای است که بر عهده‌ی دو نفر است.
- ۲۴۷ بحث را به موضوع زندگی تغییر دهیم.
- ۲۵۲ خود اتکایی از «من» فاصله می‌گیرد.
- ۲۵۸ عشق متوجه چه کسی است؟
- ۲۶۲ چگونه می‌توان والدین را عاشق خود کرد؟
- ۲۶۸ مردم از عشق واهمه دارند.
- ۲۷۲ هیچ چیز محتوم نیست.
- ۲۷۶ عشق یک تصمیم است.

۲۸۰..... روش زندگی خود را دوباره انتخاب کنید

۲۸۷..... ساده بگیر

۲۹۱..... تقدیم به دوستانی که عصر تازه‌ای را آغاز می‌کنند

۲۹۶..... مؤخره

www.ketab.ir