
زبان عشق، دقایقی برای زوجین

۱۰۰ روز برای رابطه صمیمی‌تر

LOVE LANGUAGE MINUTE FOR COUPLES
100 DAYS TO A CLOSER RELATIONSHIP

GARY CHAMPAN

مترجم:

نوید اوحدی اصفهانی

سرشناسه	: چپمن، گری دی، ۱۹۳۸ - Chapman, Gary D.
عنوان و نام پدیدآور	: زبان عشق، دقایقی برای زوجین : ۱۰۰ روز برای رابطه صمیمی تر / نویسنده گری چپمن؛ مترجم نوید اوحدی اصفهانی، ۱۳۳۷.
مشخصات نشر	: تهران: ندای کارآفرین، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۲۰ ص.؛ ۵/۲۱×۵/۱۴ س.م.
شابک	: 978-600-482506-1
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: عنوان اصلی: Love language minute for couples : 100 days to a closer relationship, [2019].
نوع سند	: ۱۰۰ روز برای رابطه صمیمی تر.
موضوع	: Married people -- Religious life متاهلان -- زندگی مذهبی
موضوع	: عشق -- جنبه‌های مذهبی -- مسیحیت
موضوع	: Love -- Religious aspects -- Christianity
موضوع	: Communication in marriage -- ارتباط زناشویی
رده بندی کنگره	: ۴۵۹۶L۷
رده بندی دیویی	: ۶۴۶/۴
شماره کتابشناسی ملی	: ۹۱۱۱۲۳



تهران، خیابان انقلاب، خیابان فخررازی، نبش کوچه نور، پلاک ۲۹

تلفن: ۶۶۴۰۲۷۲۲

www.NedayeKarafarin.ir

زبان عشق، دقایقی برای زوجین - ۱۰۰ روز برای رابطه صمیمی تر

نوید اوحدی اصفهانی

صفحه آرا: فاطمه صدق زاده - طراح جلد: رضا کاوه

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۸ - شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۱-۵۰۶-۴۸۲-۶۰۰-۹۷۸ - قیمت: ۲۲۰۰۰ تومان

حق چاپ محفوظ است.

فهرست مطالب

۱۱	 مقدمه
۱۳	 روز اول: گفتگوی عاشقانه
۱۴	 روز دوم: یادگیری زبان عشق
۱۶	 روز سوم: دنبال کردن سرنخ‌ها
۱۷	 روز چهارم: خود افشایی در ازدواج
۱۸	 روز پنجم: ابراز احساسات
۱۹	 روز ششم: تبادل تمایلات
۲۰	 روز هفتم: توضیح رفتارها
۲۲	 روز هشتم: تغییر از کجا شروع می‌شود
۲۳	 روز نهم: تبادل اهداف
۲۴	 روز دهم: در آغوش گرفتن هیجانات
۲۵	 روز یازدهم: ابراز خشم
۲۶	 روز دوازدهم: نشان دادن صبر
۲۷	 روز سیزدهم: یادگیری گوش دادن
۲۸	 روز چهاردهم: رعایت اصول شروع در عاشقی
۲۹	 روز پانزدهم: تأمین رابطه جنسی متقابل
۳۰	 روز شانزدهم: بینش مثبت به رابطه جنسی
۳۱	 روز هفدهم: گفتگو در مورد رابطه جنسی
۳۲	 روز هجدهم: شکست‌های گذشته
۳۳	 روز نوزدهم: بخشش یکدیگر
۳۴	 روز بیستم: صمیمیت هوشمندانه
۳۵	 روز بیست و یکم: صمیمیت هیجانی

- روز بیست و دوم: صمیمیت اجتماعی..... ۳۶
- روز بیست و سوم: صمیمیت معنوی..... ۳۷
- روز بیست و چهارم: صمیمیت جنسی..... ۳۸
- روز بیست و پنجم: پرداختن به نقطه داغ هیجانی..... ۳۹
- روز بیست و ششم: لمس فیزیکی..... ۴۰
- روز بیست و هفتم: یادگیری زبان لمس..... ۴۱
- روز بیست و هشتم: در جستجوی پادشاهی او..... ۴۲
- روز بیست و نهم: اولویت بندی خانواده..... ۴۳
- روز سی و ام: وقتی خانواده مسیر خودش را دارد..... ۴۴
- روز سی و یکم: گرسنگی داد با همدردی..... ۴۵
- روز سی و دوم: تأیید، درمان، هم توافق..... ۴۶
- روز سی و سوم: وقتی هیچ چیز به درستی پیش نمی رود..... ۴۷
- روز سی و چهارم: فصول ازدواج..... ۴۸
- روز سی و پنجم: جنگ بازمستان..... ۴۹
- روز سی و ششم: بذرها فصل بهار..... ۵۰
- روز سی و هفتم: آرامش تابستان..... ۵۱
- روز سی و هشتم: زنگ بیدارباش بایز..... ۵۲
- روز سی و نهم: گفتگوی با احترام..... ۵۳
- روز چهل: یادگیری برای تشویق..... ۵۴
- روز چهل و یکم: حل مشکلات مالی با یکدیگر..... ۵۵
- روز چهل و دوم: برنامه ریزی امور مالی..... ۵۶
- روز چهل و سوم: تنظیم اهداف برای ازدواج..... ۵۷
- روز چهل و چهارم: قدرت خدا برای تغییر و تحول..... ۵۸
- روز چهل و پنجم: حفظ بینش مثبت..... ۵۹
- روز چهل و ششم: بینش روی رفتار ما تأثیر گذار است..... ۶۰

- روز چهل و هفتم: چرا عبادت؟..... ۶۲
- روز چهل و هشتم: کشف مجدد عشق..... ۶۳
- روز چهل و نهم: عشق ورزیدن با واژگان عاشقانه..... ۶۴
- روز پنجاهم: عشق ورزی از طریق رفتار..... ۶۵
- روز پنجاه و یکم: یادگیری از تفاوت‌ها..... ۶۶
- روز پنجاه و دوم: یکی شدن..... ۶۷
- روز پنجاه و سوم: جستجوی همکاری و کنار هم بودن..... ۶۹
- روز پنجاه و چهارم: ایجاد صمیمیت از طریق گوش دادن..... ۷۰
- روز پنجاه و پنجم: گرس دادن با دقت..... ۷۱
- روز پنجاه و ششم: خدمت به زنان..... ۷۲
- روز پنجاه و هفتم: بردن ای شه‌دان..... ۷۳
- روز پنجاه و هشتم: نشان دادن عشق از طریق خدمت‌رسانی..... ۷۴
- روز پنجاه و نهم: گفتگو و بیان عشق..... ۷۵
- روز شصتم: ابراز عشق..... ۷۶
- روز شصت و یکم: یافتن نکات خوب در شکایات..... ۷۷
- روز شصت و دوم: تغییر از طریق تأیید..... ۷۸
- روز شصت و سوم: تشویق برای موفقیت..... ۷۹
- روز شصت و چهارم: واژگان آرام..... ۸۰
- روز شصت و پنجم: واژگان تشویقی..... ۸۱
- روز شصت و ششم: گفتگوی عاشقانه با هدیه دادن..... ۸۲
- روز شصت و هفتم: شواهدی از عشق..... ۸۳
- روز شصت و هشتم: جایی برای زمان با کیفیت..... ۸۴
- روز شصت و نهم: گفتگوی عاشقانه از طریق زمان با کیفیت..... ۸۵
- روز هفتادم: قدرت عشق..... ۸۶
- روز هفتاد و یکم: زبان لمس..... ۸۷

- روز هفتاد و دوم: لمس خلافتان ۸۸
- روز هفتاد و سوم: اول گوش کنید سپس پاسخ دهید ۸۹
- روز هفتاد و چهارم: ببخشید همان طور که خدا می بخشد ۹۰
- روز هفتاد و پنجم: بخشش کامل ۹۱
- روز هفتاد و ششم: آیا بخشش با فراموشی برابر است؟ ۹۲
- روز هفتاد و هفتم: تعادل مالی ۹۳
- روز هفتاد و هشتم: بصیرتی در مورد انگیزه های زیربنایی ۹۴
- روز هفتاد و نهم: منتظر شنیدن حقایق باشید ۹۵
- روز هشتاد: ارتباط و گفتگو با خدا ۹۶
- روز هشتاد و یکم: عبادت با به خاطر همسر ۹۷
- روز هشتاد و دوم: با عبادت کردن ۹۸
- روز هشتاد و سوم: عبادت اسلامی ۹۹
- روز هشتاد و چهارم: ابراز عشق به افرادی که دوستشان نداریم ۱۰۰
- روز هشتاد و پنجم: یافتن مصالحه و سرس ۱۰۱
- روز هشتاد و ششم: اجازه دهید خشم رها شود ۱۰۲
- روز هشتاد و هفتم: تفاوت ها را جشن بگیرید ۱۰۳
- روز هشتاد و هشتم: زندگی در زمان حال ۱۰۴
- روز هشتاد و نهم: ساختن روز ۱۰۵
- روز نودم: کار به عنوان یک گروه ۱۰۶
- روز نود و یکم: قدرت عذرخواهی ۱۰۸
- روز نود و دوم: فراتر از متأسفم ۱۰۹
- روز نود و سوم: ایجاد صمیمیت از طریق گوش دادن ۱۱۰
- روز نود و چهارم: ساختن پایه ای مستحکم ۱۱۱
- روز نود و پنجم: نیازهای اولیه ما ۱۱۳
- روز نود و ششم: درک ارزش هایمان ۱۱۴

- ۱۱۵..... روز نود و هفتم: یافتن اهمیت
- ۱۱۶..... روز نود و هشتم: عشق به نفع خودش پیش نمی‌رود
- ۱۱۷..... روز نود و نهم: قدرت تغییر و تحول عشق
- ۱۱۸..... روز صدم: مشروعیت شما چیست؟
- ۱۲۰..... در مورد نویسندگان

www.ketab.ir