

۱۰۶۱۱۰۵۲

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

حیر ظریف رهایی از دغدغه‌ها

بررسی نو برای خوب زندگی کردن

نویسنده:

مارک منسن

مترجم:

محبوبه سلیمانی دُرچه

نشر عالی تبار

سرشناسه	: منسون، مارک، ۱۹۸۴-م. Manson, Mark, 1984
عنوان و نام پدیدآور	: هنر ظریف رهایی از دغدغه‌ها: روشی نو برای خوب زندگی کردن/ نویسنده مارک منسن؛ مترجم محبوبه سلیمانی درچه.
مشخصات نشر	: تهران: نشر عالی تبار، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۱۷۶ ص؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.
شابک	: ۲۸۰۰۰۰ ریال: 978-622-6153-25-6
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی: The subtle art of not giving a fuck: a counterintuitive approach to living a good life, 2016.
یادداشت	: کتاب حاضر نخستین بار با عنوان "هنر ظریف بی‌خیالی" با ترجمه پرستو عوض‌زاده توسط انتشارات سلسله مهر در سال ۱۳۹۵ منتشر سپس عناوین مختلف توسط مترجمان و ناشران متفاوت در سال‌های مختلف ترجمه و منتشر شده است.
خوان دیگر	: روشی نو برای خوب زندگی کردن.
عنوان دیگر	: هنر ظریف بی‌خیالی
موضوع	: راه و رسم زندگی
موضوع	: Conduct of life
موضوع	: براز وجود
موضوع	: Self-realization
شناسه افزوده	: سلیمانی درچه، محبوبه، ۱۳۵۲- مترجم
رده‌بندی کنگره	: ۱۵۸۹
رده‌بندی دیویی	: ۱۵ / ۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۹۲۰۰۲۰

کلیه حقوق قانونی و شرعی برای ناشر محفوظ است. تکثیر تماماً یا قسمتی از این اثر به صورت حرفه‌پژینی و چاپ مجدد، چاپ افست، پلی‌کپی، فتوکپی و انوار دیگر جاپ ممنوع است. نقل مطالب به صورت معمول در مقاله‌های تحقیقاتی با ذکر نام کامل ناشر و شابک مجاز است. متخلفان به موجب بند ۵ از ماده ۲ قانون حمایت از مؤلفان، مصنفان و هنرمندان، تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

Email: Alitabar publication@gmail.com



هنر ظریف رهایی از دغدغه‌ها

مارک منسن

مترجم: محبوبه سلیمانی درچه

ناشر: عالی تبار

چاپ: طرح و نقش نوین / نوبت چاپ: اول ۱۳۹۹

شمارگان: ۵۰۰ جلد / قیمت: ۲۸۰۰۰ تومان

شابک: ۶-۲۵-۶۱۵۳-۶۲۲-۹۷۸ 978-622-6153-25-6

آدرس: تهران - میدان انقلاب - خ روانمهر - بین فخر رازی و دانشگاه - پ ۸۱ - طبقه اول

تلفن: ۰۲۱-۶۶۹۷۳۶۴۰ تلفکس: ۶۶۹۵۴۷۸۹

مرکز پخش: (فاطر) ۰۲-۶۶۹۷۳۶۴۰

فهرست مطالب

فصل اول: تلاش نکن.....	۵
فصل دوم: خوشحالی یک مشکل است.....	۲۳
فصل سوم: شما خاص نیستید.....	۳۹
فصل چهارم: ارزش رنج بردن.....	۵۷
فصل پنجم: شما هم شایسته حال انتخاب هستید.....	۷۹
فصل ششم: شما را می‌خواهند، همه چیز اشتباه می‌کنید؛ من هم همین‌طور.....	۹۹
فصل هفتم: شکست راه شرافت است.....	۱۲۵
فصل هشتم: اهمیت داشتن.....	۱۳۹
فصل نهم: و بعد شما می‌میرید.....	۱۵۹