

زندگی

زیبا است اگر ...

لقمان رضوی

سرشناسه	:	رضوی، لقمان، ۱۳۵۰-
عنوان و نام پدیدآور	:	زندگی زیبا است اگر.../ لقمان رضوی.
مشخصات نشر	:	سنندج: انتشارات روژ، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	:	۸۵ ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۹۸۸۱۹-۲-۷
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
موضوع	:	خودسازی (Self-actualization (Psychology راه و رسم زندگی Conduct of life
رده بندی کنگره	:	۶۳۷BF
رده بندی دیویی	:	۱/۱۵۸
شماره کتابشناسی ملی	:	۸۶۹۶۰۷۴
اطلاعات رکورد کتابشناسی	:	فیا



زندگی زیبا است اگر...

مولف: لقمان رضوی

صفحه آرایی: صمد احمدی نیاز (۰۹۱۸۶۵۰۴۲۵۶)

ناشر: روژ

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۰

تیراژ: ۵۰۰

قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۸۸۱۹-۲-۷

مرکز پخش: سنندج - خیابان شهداء جنوبی - پاساژ آیدر - کتابسرای نیشتمان

فهرست مطالب

۹.....	سخنی با خوانندگان
۱۱.....	مقدمه
۱۳.....	خلوت دل
۱۶.....	چه خریدی تو ز فرش
۱۸.....	با افکار دیگران زندگی نکنیم
۱۹.....	خوبی و خوشی این سرای فانی در تفاوت‌ها است
۲۱.....	از قید و بندها و باورهای غلط، خود را رها کنیم
۲۳.....	رژیم گرفتن برای همه چیز
۲۵.....	بعضی مواقع باید در برابر اعمال و رفتار دیگران ایستاد
۲۶.....	همه جا پر از بوی خوش و معطر خداست
۲۸.....	هم‌دیگر را درک کنیم
۳۰.....	به خودمان صدمه نزنیم
۳۲.....	نعمت‌های‌مان را ببینیم

- از اشتباه‌ترین کارها ۳۵
- از گفتن دوست دارم دوری نکنیم ۳۷
- مشکلات را شکلات کنیم ۳۸
- هرچه به جای خود ارزشمند است ۴۰
- نشدن‌های مان، نشدن‌شان خوب است! ۴۱
- خط قرمزهای مان را مشخص کنیم ۴۲
- چاره‌ی پیری سکوت است و ۴۴
- گاهی لازم است به خواسته‌ی کودک درون مان توجه کنیم ۴۵
- آرامش را برای خودمان فراهم کنیم ۴۷
- «مهاجرت» کنیم ۴۹
- خودمان را دست‌کم نگیریم ۵۰
- از سختی‌ها و مشکلات به کمک خداوند به سلامتی گذر خواهیم کرد ۵۱
- زمینه‌ی افسردگی خودمان را فراهم نکنیم ۵۲
- هرچند گاه سری به قبرستان و مأوای ابدی مان بزنیم ۵۴
- برای خودمان زندگی کنیم ۵۶
- باید از گردنه‌های سخت زندگی عبور کنیم ۵۷
- شاگرد نعمت‌های نادیده هم باشیم ۵۸
- کتاب بخوانیم تا یک‌بار دیگر زندگی کنیم ۵۹
- این نیز بگذرد ۶۰
- جوادانه ببخشیم ۶۱
- جعبه سیاه زندگی مشترک مان را پیش هر کسی نبریم ۶۲

- برتری کمال بر جمال!! ۶۳
- چرا عاقل کند کاری که آخر باز آرد پشیمانی ۶۴
- رابطه ی ما با خودمان ۶۶
- من از بینوایی نیم روی زرد ۶۷
- تشخیص به موقع خود هنر است ۶۸
- هرطالبی سزاوار مطلوبی است ۶۹
- مواظب و مراقب کلاممان باشیم ۷۰
- گذشته‌ها گذشت ۷۲
- چراغ خاموش حرکت کنیم ۷۴
- مراقب هم باشیم ۷۵
- مرگ واقعی انسان ۷۶
- قناعت در زندگی ۷۷
- بعضی وقت‌ها تنهایی را انتخاب کنیم ۷۹
- از چیزهایی که داریم راضی باشیم ۸۰
- هدف و برنامه داشته باشیم ۸۱
- تمام عمر نباید کودک ماند ۸۲
- استفاده از تجربه‌ی دیگران ثروت است ۸۳
- الهی ۸۴

سخنی با خوانندگان

برخورداري خيلي از مردمان از امکانات و رفاهيات و وسايل زندگي روزمره و آسايش آور در طول حيات آنان نمي تواند و نتوانسته آرامشي که آنان را از ناراحتي و استرس و هيجان و ... فارغ کند براي شان به ارمغان بياورد يا آورده باشد. در عوض کساني و خانواده هاي هستند با وصف کم و کاستي هاي فراواني که در معيشت و کار و وسايل زندگي دارند همواره خوش و سرحال و بدور از استرس هاي روزانه و ناخوشي هاي ناشي از آن زندگي مي گذرانند و شايد هم کساني آرزومند حال و روزشان باشند!! علت در بود و نبود امکانات و وسايل و رفاهيات نيست. گم شده ي انسان ها چيز ديگري است که در اندرون خود بايد جستجو کرد نه در بيرون خود.

گذشت زمان و طي کردن روزگاران خود همه درس است و پند، خصوصاً اگر انسان در گذر زمان و در طول سال هايي که زندگي مي کند با ديدی متفاوت بتواند به اين کاروان گذراي عمر بنگرد. اتفاقات، حوادث، کاستي ها، سربالايي و سرازيري هاي روزگار همه و همه مي تواند درس و عبرت باشد از براي انسان و آيندگان. هر چند انسان در اين ميدان جنگ زندگي دنيايي همه در يك حال و وضعيت نمي ماند و گذر زمان و سختي ها و نارسايي ها و کژي و کاستي ها او را پرورده و آماده مي کنند، ولي زمان و وقت لازم دارد و به اصطلاح جگرها خون شود.