

عشق

www.ketab.ir

انتشارات شباهنگ

۱۳۸۴



انتشارات شباهنگ

عشق

باربارا دو آنجلیس

ترجمه بهناز روان آسا



حروف‌نگاری شهرام فرجی

لینوگرافی صدف

چاپخانه گلرنگ پکتا

صفافی پیوند

شمارگان ۳۰۰۰ جلد

شماره استاندارد بین‌المللی کتاب (شابک) ۴ - ۲۷ - ۶۱۲۷ - ۹۶۴

International Standard Book Number (ISBN) 964 - 6127 - 27 - 4



حق چاپ محفوظ است



فروشگاه انقلاب: خیابان انقلاب، پلاک ۱۳۳۰ تلفن ۶۴۹۱۰۹۸

فروشگاه فروزده: خیابان انقلاب، خیابان فروزده، ساختمان ناشران، پلاک ۱۶ تلفن ۶۴۱۳۱۷۵

دفتر مرکزی: خیابان انقلاب، خیابان شهدای زاندارمری، پلاک ۱۰۱، تلفن ۶-۶۹۶۴۲۳۵ فاکس ۶۴۶۰۴۶۵



با اجرای سخنان باربارا دو آنجلیس و الهام گرفتن از آن، هر روز بر درک، توانایی، شور و نشاط ما افزوده می شود.

عشق

عشق مانند آهن ربایی است که ما را به طرف خود می کشاند.
ما جذب افرادی می شویم که عشق را به جهانیان ارزانی داشته، با عشق زندگی می کنند و نفسشان بوی خوش عشق را می دهد.
قدرتمندترین نیروی حقیقی عشق شماست.
هر چه به دیگران عشق بیشتری ابراز کنید، آنها هم شما را بیشتر دوست خواهند داشت.

عشق

عشق از جسم شما جان گرفته و به رقص روح منتهی می گردد.
زمانی که جسم و روح شما هر دو همزمان با یکدیگر یکی می شوند، می توانید بگویید که عاشق شده اید.
بنابراین سدی برای عشق ورزیدن به یکدیگر وجود نخواهد داشت.
عشق، ارتباطی مقدس و از خود بی خود شدن است.

عشق

شما این قدرت را دارید که یک زندگی کاملاً رضایت بخش را خلق کنید.
شما این قدرت را دارید که یک زندگی، همراه با هدفی عالی خلق کنید.
قدرت شما در عشق نهفته است.
به خود جرأت دهید تا در هر کجا که تمایل دارید، عشق را جاری سازید.
به خود جرأت دهید تا به هر کسی که تمایل دارید، عشق بورزید.
وقتی شما زندگی همراه با عشق را انتخاب می کنید، جهان هم عشق را به شما باز می گرداند.

فهرست

عشق

یادداشت مترجم ۱۱

مقدمه ۱۳

بخش اول

عشق: خود واقعی شماست

منشاء عشق، خود واقعی شماست ۱۷

اشتیاق ما به عشق ۲۱

عاشق شوید ۲۵

تعهد، عشق را به ارمغان می آورد ۲۹

عشق و بی تفاوتی ۳۳

عشق و مهار آن ۳۷

رازی که تمام کودکان در مورد عشق می دانند ۴۱

عشق و پذیرش آن ۴۵

قلب شما جایگاه عشق است ۴۹

بخش دوم عشق و روابط زناشویی

- عشق را همراه با جسم خود هدیه کنید ۵۵
عشق احساسی ۵۹
در زندگی خود زمانی را برای عشق ورزیدن به یکدیگر اختصاص دهید ۶۳
منتظر نباشید که عشق به دنبال شما بیاید ۶۷
خودتان مانع جستجوی یک رابطه عاشقانه می شوید ۷۱
مفهوم عشق واقعی را در قلبتان بیابید ۷۵
عشق را زنده نگه دارید ۷۹

بخش سوم با عشق زندگی کنید

- زندگی عاشقانه شهامت می طلبد ۸۵
کار و تلاش و عشق ۸۹
به دنیا با چشمانی عاشق بنگرید ۹۳
عشق شما دنیا را دگرگون می کند ۹۷
به عشق خود ایمان داشته باشید ۱۰۱
عشق جهانی ۱۰۳
موهبت عشق را با دیگران تقسیم کنید ۱۰۷

یادداشت مترجم

ضمن عرض سلام، از تمام عزیزانی که با خواندن کتاب روابط موفق مرا در امر ترجمه یاری کرده‌اند تا آن کتاب به چاپ سوم برسد، بی نهایت متشکرم. تشویق شما عزیزان مرا بر آن داشت تا این کتاب را ترجمه کنم که البته به دلیل از دست دادن مادر بسیار عزیز و ارجمندم، مدتی وقفه در ترجمه این کتاب افتاد.

با ترجمه‌ی این کتاب عشق بیکران خود را به شما عزیزان خواننده نثار می‌کنم و امیدوارم که با خواندن آن بیاموزید که به تمام اطرافیان و دوستان و آشنایان، عشقی پاک بورزید و آن را زنده نگه دارید.

این کتاب را به همسر عزیزم تقدیم می‌کنم که همواره یار و یاور و دوستی حقیقی برایم بوده و مرا در انجام اهدافم تشویق کرده است. این هدیه کوچک را همراه با عشق وجودم و از صمیم قلب نثارش می‌کنم.

این کتاب را به روح بزرگوارِ مادرم خانم فاطمه آل حسن تقدیم می‌کنم که همواره راه گشا و مشوق من در تمام زندگیم بوده، مادری که لحظه‌ای از زندگیم او را فراموش نخواهم کرد و هر لحظه و همه جا یادش را گرامی می‌دارم. امید است که روحش قرین رحمت ابدی گردد.

این کتاب را به پدر بزرگوار و مهربانم تقدیم می‌کنم که در نبود مادرم، برای من، هم مادر بوده و هم پدر و جای خالی مادرم را پر کرده است. امیدوارم که بتوانم زحماتش را جبران کنم.

از ناشر عزیز آقای احمدزاده، نهایت تشکر را دارم که مرا در این امر یاری می‌رسانند. از تمام دوستان و آشنایانی که مشوق من بوده‌اند نهایت تشکر را دارم. امیدوارم که این کتاب الهام بخش شما در ابراز عشق و زنده نگه داشتن آن باشد.

در صورت هر گونه انتقاد یا پیشنهادی با صندوق پستی ۷۸۹-۱۵۷۴۵ به نام بهناز روان‌آسا و یا Email : behnaz_ravanasa@yahoo.com تماس حاصل فرمایید.

مقدمه

این کتاب را با عشق به کارم نوشتم تا شاید انگیزه‌ای برای شما باشد که با احساسی بهتر و با عشقی بی‌کران زندگی کنید و لذت ببرید. اغلب، مردم از من می‌پرسند: «بار بار، راز خوشبخت شدن چیست؟» یا «چگونه می‌توانم اعتماد به نفس حقیقی خود را بالا ببرم تا به رؤیاهایم برسم؟» یا «چگونه می‌توانم توجه افراد را به خود جلب کنم؟» و همیشه من به تمام این سؤالات جواب می‌دهم با: **عشق**.

مفهوم عشق از جاذبه‌ی فیزیکی که نسبت به فرد دیگری احساس می‌کنیم یا اعتماد به هدف یا حتی اشتیاق به روابط، شغل و خانواده پر معنا تر است. عشق را نمی‌توان تنها مالکش شد یا تنها احساس امید داشتن صرف نیست بلکه عشق یک نیروی درونی قوی و دوست داشتنی و خوشایند است، هنگامی که این نیرو در زندگی جاری می‌شود، با قدرت جادویی خود، به تمام زندگی شور و نشاط و معنا می‌بخشد. بدین طریق، عاشقانه زندگی کردن، بیانی از هستی ماست که شخص هر روز و در هر لحظه از زندگی خود قلب و روحش را ارزانی می‌دارد.

عشق، دریچه‌ی قلب ماست که به روی زندگی باز می‌شود، دری که با ارزش‌ترین گنجینه‌های زندگی را به ما هدیه می‌کند. با عشق زندگی کردن و دوست داشتن، شجاعتی غیر قابل تصور می‌طلبد. اما آیا واقعاً برای کسانی که در جستجوی والاترین عشق‌ها هستند تا آن را ابراز کنند، راهی وجود دارد؟ چشیدن طعم عشق، ابراز آن و تقسیم آن برای خود، دیگران و دنیای اطرافمان تحفه‌ای ارزشمند است.

چنین تفکراتی از عشق چنان طراحی شده‌اند که موجب می‌شوند شما به

عشق‌تان به گونه‌ای دیگر بنگرید. شاید به گونه‌ای که قبلاً به آن هرگز نگاه نکرده‌اید، زیرا دارای پیامدهایی نو برای ایجاد شور و نشاط در شما خواهد بود و شما را طبق خواسته‌ی خود، شخصی قدرتمند، خواهد کرد. امیدوارم همان‌گونه که خواستارش هستید، الهام بخش شما در شغل، فعالیت، دوست داشتن و پیشرفت همراه با عشق بیشتر باشد. شما شایسته‌ی چنین زندگی هستید.

— باربارا دوانجلیس