

۳۶۵ راه برای
شادمانی

سایمون هارلند

ترجمه: طاهره فرخ‌رو

365 WAYS TO BE HAPPY

Simone Harland

Translated By: Tahereh Farrokhroo

Harland. Simone

هارلند، سایمون

۳۶۵ [سیصد و شصت و پنج] راه به سوی شادمانی / سایمون هارلند، مترجم

طاهره فرخ‌رو. -- تهران: سبزان، ۱۳۸۴.

۱۷۶ ص.

ISBN 964 - 8249 - 15 - 6 ۱۵۰۰۰ ریال

365 ways to be happy.

عنوان اصلی:

فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیبا.

۱. شادی، ۲. راه و رسم زندگی. الف. فرخ روز، طاهره، ۱۳۴۶ -

مترجم. ب. عنوان.

۱۷. BU ۱۴۸۶/۵/۲۵۲

۱۳۸۳

۴۰۲۹۳ - ۸۳ م

کتابخانه ملی ایران



انتشارات سبزان

میدان فردوسی - خیابان فرصت - ساختمان ۹۸ تلفن: ۸۸۴۷۰۴۴ - ۸۸۱۲۴۳۹

۳۶۵ راه به سوی شادمانی

● مولف: سایمون هارلند

● مترجم: طاهره فرخ‌رو

● ویراستار: فرهنگ فرهی

● حروف چینی، صفحه آرایی، طراحی و لیتوگرافی: مجتمع چاپ امید

۸۳۰۳۴۱۹ - ۸۳۰۳۵۷۲

● نوبت چاپ: ۱۳۸۴

● تیراژ: ۳۰۰۰ جلد

● چاپ و صحافی: سبحان

● قیمت: ۱۵۰۰۰ ریال

مرکز پخش: روشنگران ۸۷۲۲۶۶۵

فروش اینترنتی و online از طریق سایت آی آی کتاب www.iiketab.com

ISBN 964 - 8249 - 15 - 6

شابک ۹۶۴-۸۲۴۹-۱۵-۶

فهرست

نکته‌های کلیدی.....	۲۱ - ۱
تعادل روان.....	۱۷۹ - ۲۲
هوشیار ساختن ادراک به همهی زیباییها.....	۲۱۸ - ۱۸۰
غلبه بر مشکلات.....	۲۴۶ - ۲۱۹
تقسیم شادیه‌ها با دیگران قوشی شما را مضاعف می‌کند... ..	۲۴۷ - ۲۸۰
کارهای ساده‌ای که شما را شاد می‌کنند.....	۳۶۵ - ۲۸۱

این کتاب ترجمه‌ای از:

365 ways to Be Happy

Simone Harland

Dumont monte UK, London