

دوره راهکار ساده

برای رسیدن به زندگی شاد

تألیف

حبیبه نظری نانگی

سرشناسه نظری ناتلی، حبیبه، ۱۳۶۳ -
عنوان و نام پدیدآور: ده راهکار ساده برای رسیدن به زندگی شاد/ تالیف حبیبه نظری ناتلی.
مشخصات نشر: تهران: آوای دانش گستر، ۱۳۹۵.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۹۷۶-۵۵-۶
موضوع: تراه و رسم زندگی
موضوع: زناشویی - ارتباط
رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱
موضوع: خوشبختی
رده بندی کنگره: ۱۳۹۵ عن ۶۳۷/۲ BF
شماره کتابشناسی ملی: ۴۲۰۷۱۱۹

وب سایت و فروشگاه اینترنتی: www.avayee.ir

انتشارات آوای دانش گستر

نام کتاب:	ده راهکار ساده	حروفچینی صفحه آرایی:	ه. سوری (۰۹۱۲۵۶۲۰۸۲۵)
نویسنده:	حبیبه نظری ناتلی	تیراژ و چاپ:	نخست، ۱۳۹۵
طراحی جلد:	محمد سوری	چاپ:	کهنمویی
ناشر:	آوای دانش گستر	شماره:	۵۰۰ نسخه
مدیر اجرایی و ناظر چاپ:	مجتبی سوری	شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۶۹۷۶-۵۵-۶
لیتوگرافی:	رایید گرافیک	قیمت:	۴۰ تومان

نشانی: تهران، خ انقلاب، روبروی دانشگاه تهران، بین خ دوازده فروردین و خیابان باختمان ظروفچی،
پلاک ۱۲۹۶، طبقه دوم، واحد ۵، تلفن: ۰۶۶۴۹۲۹۳۴-۸۳۰۳۰، همراه: ۰۹۱۲۵۱۳۹۰۱۱

کلیه حقوق و امتیاز این کتاب برای مؤلفان محفوظ می باشد و هر گونه استفاده، تکثیر یا پخش بدون اجازه مؤلف

فهرست مطالب

پیشگفتار	۷
راهکار اول: همسر، صاحب اخبار خانواده و خانه است.	۱۷
راهکار دوم: همسر یعنی زندگی، زندگی، خوشبختی، خوشبختی یعنی همسر وفادار و مرد	
زندگی	۲۲
راهکار سوم: مقصد قلب همسر است، بقیه هر چه آید زاید و مخرب است.	۲۵
راهکار چهارم: خود را به جای همسرتان بگذارید.	۲۷
راهکار پنجم: چگونه شوهر مهربان و هم‌درد داشته باشم.	۳۲
راهکار ششم:	۴۳

- ۴۳ به خاطر عشقتا مبارز کنید، بجنگید و رقابت سخت داشته باشید.
- ۴۶ راهکار هفتم: به خواست های همسر تان گوش دهید.
- ۵۰ راهکار هشتم: در برابر مسایل همسر پاسخگو باشید.
- ۵۳ راهکار نهم: همسر باید در باره ی رفتار شما اظهار نظر کند.
- ۶۰ راهکار دهم: به ثبات زندگی بیندیشید.

پیشگفتار

همیشه حق با مسرتان است

اما همواره می‌بینیم که در کشور ما این موضوع حقیقت ندارد. شاید در

کشورهای دیگر هم رویایی بیش نباشد

به پیرامون خود خوب نگاه کنید، اجتم‌های خود نبینید، خود را به جای

همسرتان بگذارید و خود را به جای خانواده‌ی همسرتان بگذارید.

هیچ‌گاه عصبانیت‌هایتان را دست کم نگیرید.

امروزه خیلی ها رقیب شده اند. رقیب همیشه جنس مخالف نیست گاهی هم یک همجنس، گاهی یک نری، گاهی یک تفريح نیز حکم رقیب را دارد و برای ما خطر آفرین است.

آهسته گام بردارید ولی به سمت رقله ی صعود فکر کنید. حواستان باشد چاهی که خشک شود دیگر آب نمی دهد.

همسر مثل آب است. آب روی زمین صاف ساکن می ماند، در سراسیمگی جریان پیدا می کند اما هرگز سربالایی را طی نمی کند.

اگر در زندگی زناشویی خود تواضع و فروتنی نشان دهید، آب در آن

جوشیده و سرازیر می‌شود. تواضع، پایه و اساس برای اعمال اخلاق نیکوست.
در جریان آب می‌توان بی‌حرکت ماند اما در دنیای ----- هرگز.

(ضرب‌المثل ژاپنی)

آموزش تواضع بسیار ساده است. فرض کنید همسر شما، خود شما است.
خود را جای همسرتان بگذارید. به این نکه توجه کنید.
خدمات خوب عاشقانه و صادقانه‌ی شما، همسرتان را خوشحال می‌کند.
موج خوشبختی به سمت شما خروشان می‌شود و سرازیر وجود شما را لبریز
می‌کند و خود به‌خود سبب خوشحالی و عاقبت به‌سیری شما می‌شود.

همسر شما تابع چندانی ندارد با یک لبخند شما راضی می‌شود. اگر مشغول کار دیگری هستید هر از گاهی نگاهی به همسر خود بیندازید و سری تکان دهید. او متوجه می‌شود برای او ارزش قایل هستید و در هر شرایطی به فکر او هستید.

راهیست راه عشق که هیچش کناره نیست
آن جا جانی آینه جان بسپارند چاره نیست
هر گه که دل به عشق دهی خوش دمی بو
در کار خیر حاجت هیچ استخاره نیست
«حافظ»

در برابر همسر پرخاشگر، رفیق‌باز، عصبی، زودرنج، همه و همه فقط و فقط محبت کنیم.

گاهی شاید با مشکلات روبرو شویم پس باید مواظب باشیم. راه‌های ساده‌ای وجود دارد که در مدارس و دانشگاه‌ها آموزش داده نمی‌شود. این راه‌ها را بیشتر در زندگی تجربه می‌کنید.

این کتاب در بردارنده‌ی برخی راه‌های ساده برای زندگی همراه با آرامش و خوشبختی قلبی هست تا هرچه بیشتر در قلب مسافران جای داشته باشید.

این راهکارها حاصل تجربه‌های زندگی من و زحمات من بوده که خود به

آنها عمل کرده و نتیجه‌ی خوبی هم به دست آورده‌ام.
پیشنهاد می‌شود این کتاب را همراه خود داشته باشید و هر از گاهی نگاهی
به آن بیندازید.

در ماه یک یا دو بار این کتاب را بخوانید و به مطالب کتاب عمل کنید.
با خواندن مرتب این کتاب نتیجه‌ی خوبی به دست می‌آورید.

با آرزوی موفقیت
حبیبه نظری ناتلی