

۱ ۴۲۵۸۸

۱۱۰ راز رسیدن به خوشبختی

www.ketab.ir

سرشناسه : مملکت دوست، دنیا، ۱۳۴۹
 عنوان و نام پدیدآور : ۱۱۰ راز رسیدن به خوشبختی / مترجم و گردآورنده دنیا مملکت دوست؛
 ویراستار فرح مملکت دوست.
 مشخصات نشر : تهران: فانوس دنیا، ۱۳۹۵.
 مشخصات ظاهری : ۱۱۴ ص: ۱۵×۱۵ س.م.
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۳۰۲-۳-۳
 وضعیت فهرست نویسی : فیا
 شماره کتابشناسی ملی : ۴۲۷۸۴۸۰



Fanoos.donya.com

۱۱۰ راز رسیدن به خوشبختی
 مترجم و گردآورنده: دنیا مملکت دوست
 ویراستار: فرح مملکت دوست
 انتشارات: فانوس دنیا
 نوبت چاپ: اول ۱۳۹۵
 شمارگان: ۱۰۰۰
 قیمت: ۶۰,۰۰۰ ریال

مقدمه

تمام مردم در زندگی رو به یک هدف پیش می‌روند: خوشبختی. خوشبختی یعنی برآورده کردن نیازها یا خوشحالی و رسیدن به ساحل آرامش. با اینحال به ندرت دیده شده است که دو نفر خوشبختی را به یک شکل معنا کنند. از نظر شما خوشبختی به چه معناست؟

شاید شما هم مثل بیشتر مردم به این نکته اذعان داشته باشید که خوشبختی مطلق برای انسان‌ها دست نیافتنی است و ما در جهانی زندگی می‌کنیم که خوشبختی نسبی است. پیش از هر چیز بهتر است از خود پرسید که خوشبختی به چه معناست. شاید دلیل ناکامی‌های بیشتر انسان‌ها این باشد که تعریف دقیقی از خوشبختی ندارند. با این حال آنان نمی‌دانند از زندگی چه می‌خواهند و اهداف و آرزوهای خود را به طور دقیق مشخص نکرده‌اند. بیشتر

انتقادهایی که از زندگی می‌شود راجع به کمبودها و نقص‌های مادی زندگی است. مردم از کاستی‌های مادی زندگیشان گله و شکایت دارند، بی‌آنکه به درون خود توجه داشته باشند. بهر جهت‌های تکنولوژی‌های سده‌ی اخیر باعث شده است که شکل و ظاهر زندگی اجتماعی روز به روز تغییر یابد. انسان عصر تکنولوژی که دائم در جستجوی خوشبختی است، همیشه از زندگی گله و شکایت دارد و تشنه‌ی دستیابی به کمبودها و نقص‌های زندگی مادی بیشتر است. با این اندیشه‌هاست که روز به روز میان ارزش‌ها و مسائل اخلاقی و اهداف و نیازهای مادی فاصله می‌افتد و بشر با سرعت هر چه تمام‌تر رو به تباهی و انحطاط پیش می‌رود. شاید راهی برای رسیدن به اهداف و نیازهای مادی و کسب لذت مساوی است با خوشبختی؟

به هر حال اهداف و آرزوها هر چه باشند، نباید مانع از آن شوند که چشمان را بر روی زمان حال ببندیم و داشته‌ها و توانایی‌های خود را نادیده بگیریم و همواره افسوس گذشته را بخوریم و نگران آینده باشیم.

در این کتاب سعی شده است به نکاتی که در ایجاد و ثبات حس خوشبختی در انسان‌ها تاثیر دارد، اشاره شود. امید اینکه با پیروی از آن به آنچه که در زندگی به دنبالش هستیم، دست یابیم.