

شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱
 شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱
 شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱
 شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱
 شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱

در امتداد آن بخندیم، عشق بورزیم و بیاموزیم

شکوه زندگی



سوزان جفرز
ترجمه‌ی زهرا رضایی

موضوعات

- شکوه زندگی • زندگی در شهر • زندگی در روستا
- تغییرات آب و هوا • زندگی در فصل‌های مختلف
- زندگی در زمانه‌های مختلف
- شکوه زندگی در ایران • زندگی در کشورهای دیگر
- زندگی در گذشته • زندگی در حال حاضر • زندگی در آینده

شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱

شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱

شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱

شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱

شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱

شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱

شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱

شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱

شابگردی: ۱۷۸۳۲۱۱۱

۲۶۱/۶۱ / برای مدت زمانی کوتاه ؟ آنچه ناله‌ها می‌شناسند همه زیاده‌اند
 ۷۶۱ / تسبیح له شده ۷۶۱
 ۲۷۲ / تعطیلات / تعطیلاتی دلپذیر بپوشانید
 ۲۷۵ / نقشه / نقشه لحظه ۲۷۵
 ۲۸۱ / فرشتگان نجات ۲۸۱

۲۹۱/۶۱ / هدیه شما به دیگران، قدرت، آرامش و عشق به‌مانند صفت‌های روحانی
 ۱۵۰/۶۶۱ / جهان را چون عاشقان در برگیرید / همیشه به باغ لیاقت ۱۵۰/۶۶۱
 نقشه / همیشه در راه ۶۶۱/۶۶۱

فهرست

۱۳ / سیاست‌گذاری ۵۶۱/۵۶۱
 ۱۷ / مقدمه ۷۵۱/۷۵۱
 ۲۱ / سندرم قالیچه صورتی ۱۹۲/۱۹۲

۲ / پاسخ مثبت به سرطان سینه ۱۷۱/۱۷۱
 ۳ / تجرد، سیری به سوی تکامل ۶۷۱/۶۷۱
 ۴ / مردان کوتاه قدرتمندتر بهترند! ۶۸۱/۶۸۱

۵ / نگذارید رد شدن شما را متوقف کند! ۲۶۱/۲۶۱
 ۶ / کودک در روز ولنتاین بزرگ می‌شود ۶۶۱/۶۶۱
 ۷ / اخبار؛ راست یا دروغ ۲۰۶/۲۰۶

۸ / چرا مردم ایده خودیابوری را به استهزا می‌گیرند؟ ۱۱۶/۱۱۶
 ۹ / شب‌های سحرآمیز ۱۱۶/۱۱۶
 ۱۰ / اگر من آدم مهمی بودم... ۱۲۶/۱۲۶

۱۱ / نگاهی نو به چین و چروک‌ها ۵۲۶/۵۲۶
 ۱۲ / میدان‌های افتخار را باز آورید ۱۶۶/۱۶۶
 ۱۳ / ده روش برای راهیابی به قلب مرد ۳۶۶/۳۶۶

۱۴ / «شیندلر» در وجود همه ما ۵۲۶/۵۲۶
 ۱۵ / روزی سرنوشت‌ساز برای جری‌گرشمن ۱۵۲/۱۵۲
 ۱۶ / اشک شادی در سوپرمارکت ۵۵۲/۵۵۲

۱۷ / چرا او تلفن نکرد؟ ۴۵۲/۴۵۲
 ۱۸ / نیروی شگفت‌انگیز جمله‌های مثبت ۵۹۲/۵۹۲

| | |
|-----|--|
| ۲۶۹ | ۴۶ / برای مدت زمانی کوتاه |
| ۲۷۳ | تریلوژی تعطیلات |
| ۲۷۵ | ۴۷ / تعطیلاتی دلپذیر بیافرینید |
| ۲۸۱ | ۴۸ / فرشتگان نجات |
| ۲۸۷ | ۴۹ / هدیه شما به دیگران؛ قدرت، آرامش و عشق |
| ۲۹۱ | ۵۰ / جهان را چون عاشقان در بگیرید |

| | |
|-----|--|
| ۱۲۱ | ۱۹ / این همه خشونت نوجوانان چرا؟ |
| ۱۲۷ | ۲۰ / هدف ما چیست؟ |
| ۱۳۱ | ۲۱ / قربانی بودن کافی است؛ مسئولیت زندگی را بپذیریم |
| ۱۳۷ | ۲۲ / قصه عشق |
| ۱۴۱ | تریلوژی یازدهم سپتامبر |
| ۱۴۳ | ۲۳ / آیا خواب می بینم؟ |
| ۱۴۹ | ۲۴ / چهره رو به بهبود عشق |
| ۱۵۳ | ۲۵ / تقدیر از نیویورک |
| ۱۵۷ | ۲۶ / آیا شما هم فریبش دارید؟ |
| ۱۶۱ | ۲۷ / مسائل جزئی را نادیده بگیریم |
| ۱۶۷ | ۲۸ / آیا لازم است والدین بهرأسند؟ |
| ۱۷۱ | ۲۹ / چرا مادران به استراحت نیاز دارند؟ |
| ۱۷۹ | ۳۰ / پاسخ مربی ارتباط به پرسش های شما |
| ۱۸۹ | ۳۱ / تقدیر از یک قهرمان |
| ۱۹۳ | ۳۲ / ضربه های دوست داشتنی؛ قدرت طبل ها |
| ۱۹۹ | ۳۳ / از خود به درآیید تا خود را بیابید |
| ۲۰۳ | ۳۴ / دستیابی به آرامش خاطر در جهانی بی ثبات |
| ۲۱۱ | ۳۵ / سرزمین اشک ها |
| ۲۱۷ | ۳۶ / بچه های شیطان! بچه های پر سر و صدا! |
| ۲۲۱ | ۳۷ / قواعدی جهت باشکوه ساختن و لذت بخش کردن زندگی |
| ۲۲۵ | ۳۸ / آیا همه چیزدانان واقعاً همه چیز را می دانند؟ |
| ۲۳۱ | ۳۹ / پس از جدایی؛ ۱۲ گام به سوی شادکامی |
| ۲۳۹ | ۴۰ / تماشای اخبار بدون ناراحتی |
| ۲۴۵ | ۴۱ / اما تو قول داده ای! |
| ۲۵۱ | ۴۲ / ای کاش... |
| ۲۵۵ | ۴۳ / ایده ای در میهمانی می تواند زندگی تان را دگرگون کند |
| ۲۵۹ | ۴۴ / در مورد افزایش خشونت به بچه ها چه بگوییم؟ |
| ۲۶۵ | ۴۵ / عشقی برتر به من ببخش |

1. Rowena
2. Suzzellen Strupp of Powersource

در نیمه دوم قرن بیستم از سوی روان‌شناسان و نویسندگان برجسته‌ای نظیر سوزان جفرز به عزیزان را در یازدهم سپتامبر ۱۹۹۱ آموختن عشق به زندگی و به‌ویژه به عشق به خود و به عشق به دیگران، به‌عنوان یکی از مهم‌ترین مهارت‌های زندگی در نظر گرفته شد. سوزان جفرز در کتاب خود به‌عنوان «دوستی که مرا از بی‌شوقی نجات داد» یاد کرده است. او در این کتاب به‌عنوان «دوستی که مرا از بی‌شوقی نجات داد» یاد کرده است. او در این کتاب به‌عنوان «دوستی که مرا از بی‌شوقی نجات داد» یاد کرده است.

در این کتاب به‌عنوان «دوستی که مرا از بی‌شوقی نجات داد» یاد کرده است. او در این کتاب به‌عنوان «دوستی که مرا از بی‌شوقی نجات داد» یاد کرده است. او در این کتاب به‌عنوان «دوستی که مرا از بی‌شوقی نجات داد» یاد کرده است.

در این کتاب به‌عنوان «دوستی که مرا از بی‌شوقی نجات داد» یاد کرده است. او در این کتاب به‌عنوان «دوستی که مرا از بی‌شوقی نجات داد» یاد کرده است. او در این کتاب به‌عنوان «دوستی که مرا از بی‌شوقی نجات داد» یاد کرده است.

در این کتاب به‌عنوان «دوستی که مرا از بی‌شوقی نجات داد» یاد کرده است. او در این کتاب به‌عنوان «دوستی که مرا از بی‌شوقی نجات داد» یاد کرده است. او در این کتاب به‌عنوان «دوستی که مرا از بی‌شوقی نجات داد» یاد کرده است.

مقدمه

به‌راستی که زندگی با شکوه است!
زندگی از احساسات گوناگونی سرشار است، مانند لذت، اندوه، حماقت، جدیت، عشق، نفرت، خشم، ترس، اتکا به نفس، آشفتگی، کنجکاوی، وضوح، شجاعت، آرامش، اضطراب، صلح، شادی، و...
زندگی آرایه‌ای عظیم از تجربیاتی است که طی آن کسب می‌شود؛ مانند تنهایی، تعطیلات، سلامتی، ورزش، سیاست، تلویزیون، جنگ، صلح و بسیاری آرایه‌های دیگر.

شکی نیست که... زندگی به‌راستی با شکوه است!

در چند سال گذشته، سعی کرده‌ام برخی از مصادیق شکوه زندگی را در ستونی که ماهانه در وب‌سایتیم (به آدرس www.susanjeffers.com) می‌نویشم، ثبت کنم. نام این ستون را جهان از نگاه سوزان جفرز گذاشته‌ام؛ چرا که بیانگر مشاهدات شخصی من هستند و در طی زمان گردآوری شده‌اند مبنی بر اینکه شوخی طبعی همواره نیاز مبرم در زندگی‌ام بوده است، درس‌هایی که آموخته‌ام و می‌خواهم آنها را به شما منتقل کنم. لحظات سخت سبب می‌شود تا کمی تأمل کرده و درباره هدف اصلی زندگی بیندیشیم. سرانجام عشق ما را یاری می‌دهد تا بر همه آنچه که در زندگی تحملش سخت به نظر می‌رسد، فایق آییم.

این کتاب شامل پنجاه گفتار است که در مضمون و سبک با هم