

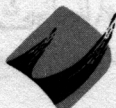
# هنر ظریف بی خیالی

رویکردی نامتعارف به خوب زیستن

مارک منسون

ترجمه

رشید جعفرپور



نشرکردن

## فهرست

۱	فصل ۱: تلاش نکنید
۲۳	فصل ۲: شادکامی خودش یک مشکل است
۴۱	فصل ۳: شما خاص نیستید
۶۳	فصل ۴: ارزش رنج
۸۹	فصل ۵: شما دائماً دارید انتخاب می‌کنید
۱۱۳	فصل ۶: درباره همه چیز اشتباه می‌کنید (من هم همین‌طور)
۱۴۵	فصل ۷: راه پیشرفت از شکست می‌گذرد
۱۶۳	فصل ۸: اهمیت نه گفتن
۱۸۹	فصل ۹: ... و بعد می‌میرید
۲۱۱	سیاسه‌گزاری

## فصل ۱

### تلاش نکنید

چارلز بوکوفسکی<sup>۱</sup> قمارباز و زن باره‌ای درجه یک بود. دائماً آدمی به خمره می‌زد. یک ولگرد تنبل، ناخن خشک و در بدترین روزهایش شاعر بود. احتمالاً آخرین آدمی است که بخواهید برای نصیحت گرفتن درباره زندگی به او مراجعه کنید، یا انتظار داشته باشید اسمش را در یک کتاب خودیاری ببینید. و درست به همین دلیل، او بهترین نقطه شروع است.

بوکوفسکی همیشه می‌خواست نویسنده شود. اما برای ده‌ها سال، نوشته‌هایش را تقریباً همه مجله‌ها، روزنامه‌ها، مجلات تخصصی و ناشرانی که کارهایش را برای‌شان می‌فرستاد، رد می‌کردند. می‌گفتند کارش افتضاح است. خام، مضمئزکننده و حتی منحرف است. و همین‌طور که نامه‌های جواب منفی ناشران یکی روی دیگری تلنبار می‌شد، شدت بالای شکست‌هایش او را در یک افسردگی عمیق آمیخته به الکل فروبرد که در سراسر عمر همراهش ماند.

بوکوفسکی کارمند بخش بایگانی اداره پست بود، با درآمد بخورونمیری که بیشترش را خرج مشروب می‌کرد. بقیه‌اش را هم در شرط‌بندی روی

1. Charles Bukowski