

و ... زندگی باید کرد

مهدی نصراصفهانی



سرشناسه: نصر اصفهانی، مهدی، ۱۳۵۵
 عنوان و پدیدآور: و... زندگی باید کرد / مهدی نصر اصفهانی.
 مشخصات نشر: اصفهان: سرو چمان، ۱۳۸۵
 مشخصات ظاهری: ۸۰ ص.
 شابک: ۲-۲۸-۲۵۶۲-۹۶۴-۹۷۸
 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
 موضوع: راه و رسم زندگی
 رده بندی کنگره: ۶ن۶/۳۷ BF
 رده بندی دیویی: ۱۵۸/۱
 شماره کتابخانه ملی: ۴۷۷۵۳-۸۵ م



چهارراه آبادانا، مقابل پمپ بنزین، ساختمان ۴، واحد ۳
 تلفن: ۶۶۲۵۷۶۵ - ۰۳۱۱

و... زندگی باید کرد

مهدی نصر اصفهانی

ویراستار: زهره علایگی

مدیر تولید: مهر انگیز بیدمشکی

صفحه آرا و پردازش جلد: مهرداد بیدمشکی

طرح جلد: زهرا نصر اصفهانی

چاپ اول: ۱۳۸۶

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۴۰۰ تومان

لیتوگرافی: تصویر / چاپ: فردا / صحافی: سپاهان

ISBN: 978-964-2562-28-2

شابک: ۲-۲۸-۲۵۶۲-۹۶۴-۹۷۸

«کلیه حقوق محفوظ می باشد»

فهرست مطالب

پیشگفتار / ۷

فصل اول: تصورات / ۹

ذهن / ۱۰

حافظه / ۱۳

افکار مزاحم / ۱۶

فصل دوم: موانع زندگی / ۲۱

مشکلات از کجا شروع می‌شود / ۲۲

دلایل مشکلات / ۲۵

فصل سوم: تفاهم / ۲۹

ارتباط / ۳۰

درک متقابل / ۳۲

درک والدین / ۳۴

فصل چهارم: نیازها / ۳۹

حق انتخاب / ۴۰

عشق / ۴۳

انتخاب دوست / ۴۶

انتخاب همسر / ۵۰

فصل پنجم: ردائل اخلاقی / ۵۵

خواسته‌ها / ۵۶

غرور و تکبر / ۵۸

حسادت / ۶۱

خود کشی / ۶۴

فصل ششم: هدفها و ارزش‌ها / ۶۷

ارزش زندگی / ۶۸

چرا زندگی می‌کنیم / ۷۰

چرا خداوند ما را آفرید / ۷۳

نتیجه / ۷۶

پیشگفتار

مدتها بود می‌خواستیم مطالبی بنویسیم که برای همه مفید و هر قشری از جامعه بتواند از آن استفاده کند. تا اینکه فرصتی دست داد و بالاخره توانستیم به آنچه می‌خواهیم جامه عمل بپوشانیم و با ارائه این کتاب مطالبی را به خود و شما یادآوری نمائیم. هر چند در این مورد کتاب‌های بسیاری نوشته شده و افراد زیادی در این رابطه سخن‌ها گفته‌اند و آنچه ما نوشته و گفته‌ایم در مقابل آنها تحفه‌ای بیش نبوده است، اما می‌تواند بیانگر مشکلات عدیده‌ای باشد که همه کمابیش با آن روبرو هستند و کمتر کسی را می‌توان یافت که با آن در زندگی برخورد نکرده باشد. چرا که مسائل مهمی در زندگی همه‌ی ما وجود دارد و با اینکه بر آنها وقوف کامل داریم اما گاهی^۱ در اثر سهل‌انگاری و غفلت به

آنها توجه کمتری داریم و به همین جهت مشکلات فراوانی را بوجود می‌آوریم که برای حل آن وقت و هزینه زیادی لازم است در حالیکه می‌توانیم با اهمیت دادن به زندگی خود و دیگران راه‌گشائی برای نسل‌های بعد باشیم تا پس از مرگ هم از ما به نیکی یاد کنند. بنده حقیر و همسر تجربیات خود را که توأم با رنج‌ها و سختی‌های زیادی بوده است در این کتاب به یادگار نگاشته‌ایم تا بتوانیم یأس و ناامیدی را به حداقل برسانیم و راه خوشبختی را به شما بیاموزیم و نسل‌های بعد از ما، نویسندگان و صاحبان قلم این مقدمه را تکمیل و از ما به نیکی یاد کنند و دیگران نیز بر ما منت گذارده در جهت بهتر شدن این مطالب با نظرات ارزشمند خود همواره رهنمون ما باشند.

در این کتاب راهکارهایی ارائه شده است تا بتوانیم راهنمای خوبی برای فرزندان خود باشیم. بدانیم همه ناکامی‌ها و نابسامانی‌های زندگی در اثر جهل و نادانی خود ما بوجود می‌آید و بهتر است انسان‌ها در تمامی مسائل زندگی دقت و توجه لازم را داشته باشند و بدانند که مشکلات زندگی مانند معادلات ریاضی قابل حل می‌باشد.