

شادی در همین لحظه!



سرشناسه	:	متیوز، آندرو، ۱۹۵۷-م. Matthews, Andrew
عنوان و نام پدید آورنده	:	شادی در همین لحظه/آندره ماتوس؛ ترجمه: آرزو کریمی مقدم
مشخصات نشر	:	اصفهان: زبان عطا، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	:	۱۲۲ ص.
شابک	:	978-600-6713-31-1
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبا
یادداشت	:	عنوان اصلی: Happiness now, 2005
موضوع	:	خوشبختی
موضوع	:	Happiness
شناسه افزوده	:	کریمی مقدم، آرزو، ۱۳۶۷.
رده بندی کنگره	:	BF۵۷۵/خ۹م۲ ۱۳۹۶
رده بندی دیویی	:	۱۵۸/۱
شماره کتابشناسی ملی	:	۴۸۰۹۵۶۶

انتشارات زبان عطا



اصفهان: خانه ادبی جهان خیابان رزمندگان، پلاک ۳۴ تلفن: ۳۳۳۲۳۰۵۰

نام کتاب	:	Happiness now, 2005
تألیف	:	آرزو کریمی مقدم
ناشر	:	انتشارات زبان عطا
شمارگان	:	۱۰۰۰ جلد
مدیر تولید	:	موسسه فرهنگی هنری سپهر ایران
طراحی صفحات و جلد	:	حمید زیدی
خدمات چاپ و لیتو گرافی:	:	پارسیان
صحافی	:	پارسیان
قطع و شمارش صفحات	:	وزیری، ۱۲۲ صفحه
شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۶۷۱۳-۳۱-۱

قیمت: ۲۰۰۰۰۰ ریال

۶۹	۴- دوستان و خانواده	۷	۱- فلسفه ی شما
۷۱	روابط	۱۱	۲- یک روز در یک زمان
۷۳	خانواده	۱۳	وقتی کارها سخت می شوند
۷۵	تعاریف	۱۵	اسطوره های شادی
۷۷	تلاش برای تغییر دادن افراد	۱۷	عادت نگرانی را دور کنید
۷۹	بخشیدن افراد	۱۹	شخصیت
۸۱	دوستان و پول	۲۱	چرا؟
۸۳	هدیه ها	۲۳	آمادگی ذهنی
۸۵	ارتباطات افراد دیگر	۲۵	خنده
۸۷	مرا شاد کن!	۲۷	وقتی کارها از کنترل شما خارج است
۸۹	دوستت دارم	۲۹	خشم
۹۱	۵- استراتژی های موفقیت: اکنون چه کار کنیم؟	۳۱	به کجا روم؟
۹۳	مهمترین چیز چیست؟	۳۳	صبر
۹۵	چه چیز شما را احاطه کرده؟	۳۵	آیا عجیب نیست؟
۹۷	همانها	۳۷	شادی
۹۹	نمی توانم این کار را انجام دهم!	۳۹	۳- قوانین زندگی
۱۰۱	چرا نمی توانم؟	۴۱	درس ها
۱۰۳	بر روی آنچه خواهید تمرکز کنید	۴۳	درد
۱۰۵	فقط بپرسید	۴۵	الگوها
۱۰۷	چیزهای بی ارزش را دور بپازید	۴۷	گفتگو با خود
۱۰۹	کامیابی	۴۹	ذهن شما یک آهنربا است
۱۱۱	اول پس انداز کنید	۵۱	چرا اهداف تعیین می کنیم؟
۱۱۳	فقط آن را انجام دهید	۵۳	آرزوی چیز ها
۱۱۵	بهترین کارتان	۵۵	تعهد
۱۱۷	چه وقت دست بکشیم؟	۵۷	سابقه
۱۱۹	چه چیزی داریم؟	۵۹	از کارتان لذت ببرید
۱۲۱	همه چیز در ارتباط است	۶۱	پول بیشتری به دست آورید
		۶۳	قانون بذر
		۶۵	چرا مثبت فکر کنیم؟
		۶۷	آرامش ذهن