

بی خیالی طی کن

انتشارات دیموند بلورین

نویسنده: مارک منسون
ترجمہ: محمد ہادی آقاجانی
ویراستار: فاطمہ آقاجانی



انتشارات دیموند پلورین

بی خیالی طی کن

نویسنده: مارک منسون
ترجمه: محمدهادی آقاجانی
ویراستار: فاطمه آقاجانی
طراح و صفحه آرا: حامد حبیبی کسبی
موضوعات: نشر: تهران، انتشارات دیموند پلورین، ۱۳۹۷
مشخصات ظاهری: ۱۸۸ صفحه
نوبت چاپ: اول
شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
بند: نوتاش

بک: ۳ - ۹۹۱۴ - ۶۰۰ - ۹۷۸

ISBN: 978-600-9914-1-3

نشانی ناشر: تهران، ابتدای خیابان شهید طهرانی، خیابان لارستان، کوچه جلالیان، پلاک ۴۱

تلفن: ۸۸۹۲۸۶۰۰ - دورنگ

www.DIMOND.ir

سرشاه	منسون، مارک
Manson, Mark	
عنوان و نام پدیدآور	بی خیالی طی کن / نویسنده: مارک منسون؛ ترجمه: محمدهادی آقاجانی؛ ویراستار: فاطمه آقاجانی
آقاجانی	
موضوعات نشر	تهران: انتشارات دیموند پلورین، ۱۳۹۷
مشخصات ظاهری	۱۸۸ ص: مصور (بخشی رنگی)، جدول (بخشی سیاه و سفید)، (بخشی رنگی).
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۹۹۱۴-۶۰۰-۳
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی: The subtext of not giving a fuck: a counterintuitive approach to
living a good life, ۲۰۱۶	کتاب حاضر در سال ۱۳۹۵ تحت عنوان «هنر ظریف بی خیالی» با ترجمه پرستو حوض زاده توسط انتشارات
یادداشت	
سلسله مهر فیا گرفته است.	
عنوان دیگر	هنر ظریف بی خیالی.
موضوع	راه و رسم زندگی
موضوع	Conduct of life
موضوع	ابراز وجود
موضوع	Self-realization
شاه افزوده	آقاجانی، محمدهادی، ۱۳۶۴ - مترجم
شاه افزوده	آقاجانی، فاطمه، ۱۳۶۰ - ویراستار
رده بندی کنگره	BJ۱۵۸۹/م۸۵۹۹ ۱۳۹۷
رده بندی دیویی	۱۵۸/۱
شماره کتابشناسی ملی	۵۲۷۰۲۹۵

فهرست مطالب

۹	صلا ۱: سعی نکنید
۱۳	رخه باز خورد از جهنم
۱۹	هنر ظریف بی خیالی
۲۴	خُب و ک، هفت از این کتاب چیست؟
۲۹	فصل ۲: روشی یک مشکل است
۳۲	گمراهی پاندای ناام
۳۵	خوشحالی از حل مسئله ناشی می شود
۳۸	خیلی به هیجانات اهمیت داده می شود
۴۱	درگیری خود را انتخاب کنید
۴۷	فصل ۳: شما خاص نیستید
۵۲	همه چیز از بین می رود
۵۹	طوفان خاص بودن
۶۱	اگر قرار نیست من خاص باشم، پس هدف از خلقت من چیست؟
۶۷	فصل ۴: ارزش رنج بردن
۷۲	پیار خودآگاهی
۷۷	مشکلات ستاره‌ی راک
۸۲	ارزش‌های مزخرف
۸۶	تعریف ارزش خوب و بد
۹۳	فصل ۵: شما همیشه در حال انتخاب هستید
۹۴	انتخاب
۹۷	مسئولیت‌پذیری / استدلال اشتباه
۱۰۲	واکنش به ناراحتی‌های عمیق

۱۰۴	 نقش ژنتیک
۱۰۸	 قربانی بودن
۱۰۹	 چگونه وجود ندارد
۱۱۵	 فصل ۶: شما در مورد هر چیزی اشتباه می‌کنید
۱۱۹	 ساختار باورهای ما
۱۲۲	 دقت کن ۴ چه چیز باور داری
۱۲۶	 خطرات اطمینان کامل
۱۳۰	 قانون پشت پوش انداختن یا بیشگیری
۱۳۳	 خودتان را بکشید
۱۳۴	 چگونه به خود که شرایط مان داشته باشیم
۱۴۱	 فصل ۷: شکست زنی، جبر است
۱۴۳	 تضاد بین شکست و پیروزی
۱۴۵	 درد بخشی از فرایند است
۱۴۹	 اصل انجام کار
۱۵۵	 فصل ۸: اهمیت «نه» گفتن
۱۵۹	 رد کردن، زندگی شما را بهتر می‌کند
۱۶۰	 محدودیت‌ها
۱۶۶	 چگونه اعتماد ایجاد کنیم
۱۷۰	 آزادی از طریق تعهد
۱۷۵	 فصل ۹: ... و بعد می‌میری
۱۷۶	 چیزی فراتر از خودمان
۱۸۱	 بخش روشن مرگ