

۱۱۰ ۲۳۲۸

هنر ظریف بی خیالی

روشی متفاوت برای یک زندگی خوب

www.ketab.ir

چهار
نشریات



-
- سرشناسه : ■ منسون، مارک، ۱۹۸۴ - م.
■ Manson, Mark, 1984 -
عنوان و نام پدیدآور: ■ هنر ظریف بی‌خیالی / مارک منسون : مترجم صدیقه حسینی ؛ ویراستار مونا اصفهانی.
مشخصات نشر: ■ تهران: نشر مات، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری: ■ ۷۲ ص.
شابک: ■ ۵-۷۴-۶۵۹۴-۶۲۲-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی: ■ فیبا
یادداشت: ■ 2016, The subtle art of not giving a fuck : a counterintuitive approach to living a good life
موضوع: ■ راه و رسم زندگی
Conduct of life ■ موضوع:
موضوع: ■ ابراز وجود
Self-realization ■ موضوع:
شناسه افزوده: ■ حسینی، صدیقه، ۱۳۵۸ - مترجم
BJ۱۵۸۹ ■ رده بندی کنگره:
۱/۱۵۸ ■ رده بندی دیویی:
۷۶۲۴۲۵۵ ■ شماره کتابشناسی ملی:
-

نام کتاب:

هنر ظریف بی خیالی

مؤلف:

مارک منسون

بررسی، گزینش و خلاصه‌نگاری:

تحریریه انتشارات مات

مترجم:

صدیقه حسینی

ویراستار:

مونا اصفهانی

طراح جلد:

آتلیه انتشارات مات

چاپ و صفحه‌آرایی:

چاپ نقطه

چاپ/شمارگان:

اول ۱۴۰۰ / ۵۰۰ نسخه

شابک:

۹۷۸-۶۲۲-۶۵۹۴-۷۲-۵



هرگونه کپی‌برداری، برداشت و اقتباس از تمام یا قسمتی از این اثر، منوط به اجازه کتبی ناشر می‌باشد.

کلیه حقوق این اثر برای نشر مات محفوظ است.

ارتباط با نشر مات: ۶۶۹۷۳۸۴۹ - ۰۲۱

www.NashreMaat.ir - @NashreMaat

آدرس: تهران، خیابان انقلاب، خیابان فخرررازی،

بن بست فاتحی داریان، پلاک ۱۰، طبقه اول

قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

نشریات
شرمات

پیشگفتار

اگر شما هم مثل ما باور دارید وقت طلاست و همچنان مانند ما عاشق کتاب و مطالعه هستید، ولی فرصت نمی‌کنید تمام کتاب‌هایی را بخوانید که دوست دارید، کتاب‌های مینی‌بوک را به شما پیشنهاد می‌کنیم.

ما در مجموعه مینی‌بوک با حضور تعدادی متخصص و عشق کتاب، دور هم جمع شده‌ایم تا کتاب‌ها را به صورتی خلاصه کنیم که چند اتفاق جذاب و مفید در کنار آن بیفتد؛

اول اینکه زمان بسیار کمی برای مطالعه کتاب‌های مینی‌بوک صرف خواهید کرد.

و دیگر اینکه به دلیل نوع تقسیم‌بندی و خلاصه کردن کتاب، لذت مطالعه برای تان چند برابر خواهد شد.

نکته‌ای که برای اهالی مینی‌بوک اهمیت دارد و دغدغه‌ای جدی برای آن‌ها به شمار می‌آید، چگونگی خلاصه کردن کتاب‌هاست تا هیچ نکته مهم و اساسی از کتاب مرجع جا نمانده باشد.

از دیگر فوایدی که با کتاب‌های مینی‌بوکی ارتباط دارد، صرفه‌جویی در مصرف کاغذ، پرداخت هزینه کمتر، دعوت به مطالعه بیشتر و... است.

اهالی مینی‌بوک بر آن هستند تا شما را در انتخاب کتاب‌های مورد نظر خودتان در حوزه‌های مدیریت، روان‌شناسی و... کمک کنند و در عین حال حواس‌شان به سرعت و کمبود زمان نیز باشد تا خیلی خیلی سریع به نتیجه مطلوب برسید.

فهرست

مقدمه	۹
چکیده	۱۱
فصل ۱: جدی نگرفتن مهم است	۱۹
فصل ۲: مشکلات خوشبختی می آفرینند	۲۵
فصل ۳: شما خاص نیستید	۲۹
فصل ۴: ارزش‌ها	۳۳
فصل ۵: شما همیشه در حال انتخاب هستید	۳۹
فصل ۶: شما در هر موردی اشتباه می‌کنید	۴۵
فصل ۷: شکست مسیری برای پیشرفت است	۵۱
فصل ۸: اهمیت «نه» گفتن	۵۵
فصل ۹: مرگ اجتناب‌ناپذیر است	۶۱
نتیجه‌گیری	۶۵
نکات کلیدی	۶۶۷