

۱۰۸۷۲۲۰

۵۰۰۰۰

وقتی عشق شیوه زندگی است

از هفت کلید تحول تمام جوانب زندگی تان آگاه شوید

دکتر گری چاپمن بر گردان سیمین موحد



نشر ویدا

Chapman, Gary D., 1938-

چاپمن، گری، ۱۹۳۸ - م

وقتی عشق شیوه زندگی است / گری چاپمن؛ برگردان سیمین موحد - تهران: ویدا، ۱۳۸۹.

ISBN: 978-600-291-636-5

۲۲۴ ص.

فهرست‌نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

Love as a Way of Life: Seven Keys to Transforming

عنوان اصلی:

۱. زندگی. ۲. زندگی - روابط. ۳. عشق. الف. موحد، سیمین. ۱۳۳۷ - مترجم. پ. عنوان.

ج. عنوان: از هفت کلید تحول تمام جوانب زندگی تان آگاه شوید.

۶۴۶/۷۸

۹ پ ۲ ح / HQ ۷۳۴

۱۳۸۳

م ۸۹-۲۲۶۴۰

کتابخانه ملی ایران

۱۹۹

نشر ویدا

وقتی عشق شیوه زندگی است
از هفت کلید تحول تمام جوانب زندگی تان آگاه شوید

نویسنده: گری چاپمن

مترجم: سیمین موحد

طرح و اجرا روی جلد: احسان اسماعیلیان

لیتوگرافی: نقره آبی

چاپ: رسام

صفحه‌ای: رسام / الفبا

چاپ اول: ۱۳۸۹

شمارگان: ۱۱۰۰

قیمت: ۶۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۹۱-۱۳۷-۸
ISBN 978-600-291-636-5

Email: vsfd@vidapub.com | Web: www.vidapub.com

Instagram: vida_pub | Telegram: @vida_pub

مراکز پخش

پخش گسترش	پخش ققنوس
۰۲۱-۷۷۳۵۴۱۰۵	۰۲۱-۶۶۴۶۰۰۹۹

بخش یک: چرا ما می‌خواهیم مهر بورزیم؟	۱۳
۱. خلق یک زندگی زیبا و مهرآمیز	۱۵
بخش دو: هفت راز مهر ورزیدن	۲۹
۲. مهربانی: کشف لذت کمک کردن به دیگران	۳۱
۳. صبر: پذیرش عدم کمال دیگران	۷۱
۴. بخشش: کشف آزادی از چنگال خشم	۱۰۹
۵. ادب: با دیگران هم‌حون دوست رفتار کردن	۱۳۹
۶. فروتنی: یک گام پایین آمدن برای این‌که دیگری یک گام بالا بیاید	۱۷۵
۷. سخاوت: بخشیدن به خود و دیگران	۲۰۷
۸. صداقت: فاش ساختن واقعیت وجودتان	۲۴۷
بخش سه: عشق را شیوه زندگی‌تان بسازید	۲۸۳
۹. عشق را شیوه زندگی زنشویی‌تان بسازید	۲۸۵
۱۰. عشق را شیوه تربیت فرزندتان بسازید	۳۰۵
۱۱. عشق را شیوه رفتارتان در محیط کارتان بسازید	۳۱۹
۱۲. انگیزه‌ای برای مهر ورزیدن	۳۳۵
○ گفتار پایانی	۳۸۴

مقدمه

من و دخترم شلی خوشحال از این که بلیط درجه یک گرفته‌ایم سوار هواپیمای فینیکس شدیم. اما صندلی من A4 بود و صندلی او AV، هر دو کنار پنجره. تمام بیست‌وهشت صندلی قسمت درجه یک هواپیما پُر بود بنابراین امیدوار ماندیم که شاید کسی بخواهد جایش را عوض کند تا ما در این پرواز ۴ ساعته بتوانیم کنار هم بنشینیم.

شلی به مرد پهلودستی‌اش در کنار صندلی AV گفت دوست داریم جاتونو عوض کنیم تا من کنار پدرم بنشینم؟
مرد پرسید: صندلی اون کنار راهرو نه؟
نه کنار پنجره است.

مرد گفت: نمی‌تونم این کارو بکنم. من دوست ندارم موقع پیاده شدن از هواپیما از سر و کول مردم بالا برم.

شلی در حالی که روی صندلی‌اش می‌نشست گفت: می‌فهمم.
کمی بعد مردی که باید روی صندلی کنار من می‌نشست از راه رسید.
من گفتم: دوست داریم روی صندلی هفت A بشینیم تا من و دخترم بتونیم کنار هم بشینیم؟

مرد نگاهی به صندلی AV انداخت و گفت آره خوشحال می‌شم.
گفتم واقعاً ممنونم.

در حالی که روزنامه‌اش را برمی داشت و به طرف صندلی AV می رفت گفت: خواهش می کنم.

بعداً که به آن واقعه فکر می کردم با خودم گفتم: چه چیزی باعث آن دو پاسخ متفاوت شد؟ آن دو مرد تقریباً هم سن بودند. فکر کنم اواخر پنجاه سالگی یا اوایل شصت سالگی شان را می گذراندند. هر دوی آنها سر و وضع بازرگانان را داشتند. با این حال یکی شان با سماجت به صندلی اش چسبید اما آن یکی به راحتی صندلی اش را رها کرد تا ما به خواسته مان برسیم.

آیا ممکن است که یکی از آنها دختر داشته باشد ولی دیگری نداشته باشد؟ شاید مردی که راحت صندلی کنار راهرویش را با ما عوض کرد واقعاً صندلی کنار پنجره را دوست داشت؟ یا شاید هم آنها به کودکانی متفاوتی رفته بودند و مادران متفاوتی داشتند؟ آیا به یکی از آنها یاد داده بودند که به مردم کمک کند اما به آن یکی گفته بودند همیشه نفر اول باشه؟ آیا یکی شان زن عشق داشت اما آن یکی نه داشت؟

ده ها سال است که من شاهد وقایع کوچک و بزرگ مشابه بوده ام و از خودم پرسیده ام چه چیزی آدم های بامحبت را از کسانی که هیچ توجه و دلسوزی ای نسبت به دیگران نشان نمی دهند، متمایز می کند؟ خصایص آدم های بامحبت چیست؟ این خصایص چه طور پرورش داده شدند؟

من ظرف یک سال گذشته در تلاش برای پاسخ دادن به این پرسش ها به اقصی نقاط کشور سفر کرده ام و رفتار مردم را بررسی کرده ام، مصاحبه کرده ام، ستون پژوهش روزنامه ها و مجلات را خوانده ام، و تعالیم مذهبی گوناگون را به دقت مطالعه کرده ام، به علاوه سی و پنج سال تجربه خودم به عنوان مشاور ازدواج و خانواده را مرور کرده ام.