ئەنتۆنی ڕابێنز

بەرەو خۆشبەختی

و: حەسەن ئەحمەد مستەفا



پڕفرۆشترین کتێبی ساڵ لە ئەمریکا

4 3 0 5 5

Preview sample - page 1 of 4 - Soran University Academic Digital Library

دەزگای وەرگێڕان

خاوەنی نیمتیاز: حەسەن ئەحمەد مستەفا

سەرنووسەر: مقداد شاسواری

ناوی کتێب: بەرەو خۆشبەختی

نووسینی: ئەنتۆنی ڕابێنز

وەرگێڕانی لە فارسییەوە: حەسەن ئەحمەد مستەفا

بەرگ و دیزاینی ناوەوە: ئاگری باڵەکی

تایپ: ئاکار جەلیل کاکەوەیس

تیراژ: ١٠٠٠

نرخ: ٥٥٠٠

چاپ: دووەم - هەولێر ٢٠٠٦

چاپخانە: منارە - هەولێر

لە کتێبخانەی گشتی هەولێر ژمارەی سپاردنی (٤٨٦) ساڵی (٢٠٠٦)ی دراوەتێ.

ناونیشان:

هەولێر/ گەڕەکی سێناقان، نزیک ئامادەیی کوردستان

Tel: ٢٥٣٢٠٩٩

Email: dazgay_wargeran@hotmail.com

Preview sample - page 2 of 4 - Soran University Academic Digital Library

پێرست

	لاپەڕە
ناساندن	٥
پێشەکی دوکتور بلانکارد	١٠
پێشەکی سێرجیسۆن وینتێرز	١٢
بەشی ١ ـ نامرازی توانامەندان	١٥
بەشی ٢ ـ جیاوازییەک کە جیاوازی بەدی دێنێ.	٤١
بەشی ٣ ـ "هێز"ێک کە لە حاڵەتی ڕۆحی پەیدادەبێ"	٥٩
بەشی ٤ ـ مرۆڤ، ئەو شتەیە کە باوەڕی پێیەتی	٨٠
بەشی ٥ ـ حەوت باوەڕی پێچەوانە کە دەبنە هۆی سەرکەوتن.	٩٩
بەشی ٦ ـ "زاڵ"بوون بەسەر "زەین"دا: چۆن "بیر"ەکانمان جڵەو بکەین؟!	١١٦
بەشی ٧ ـ پێکهاتەو ڕێکخستنی هۆکارەکانی سەرکەوتن	١٥١
بەشی ٨ ـ چۆن ستراتیژییەتی کەسانی تر بناسین.	١٦٨
بەشی ٩ـ چالاکی جەستەیی (فیسیۆلۆژی): ڕێگای بەختەوەری	١٩٢
بەشی ١٠ ـ وزە: سووتەمەنی داینەمۆی بەختەوەری	٢١٠
بەشی ١١ ـ لابردنی کەند و کۆسپەکان: ئێوە چیتان دەوێت؟	٢٤١
بەشی ١٢ ـ هێزی وردبینی و ڕاشکاوی	٢٦٥
بەشی ١٣ ـ موعجیزەی خۆشەویستی	٢٨٢
بەشی ١٤ ـ سنوورەکانی خۆشبەختی: چوارچێوەکانی زەینی	٣٠٠
بەشی ١٥ـ "چۆن بەسەر کۆسپ و تەگەرەکاندا زاڵ بین و گرفتەکانیش چارەسەربکەین."	٣٢٤
بەشی ١٦ ـ چاککردنەوەی چوارچێوەکانی زەین: هێزی بەرجەستەکردن	٣٣٩
بەشی ١٧ـ پاڵپشتەکانی زەینی: "ڕۆڵی کۆیادی لە سەرکەوتندا"	٣٦٠
بەشی ١٨ـ پلەبەندی بەهاکان (بڕیاری کۆتایی دەربارەی سەرکەوتن)	٣٧٩
بەشی ١٩ ـ پێنج کلیلی سامان و خۆشبەختی	٤٠٨
بەشی ٢٠ـ بەدیهێنانی ڕەفتارەکان، هێزی ڕازیکردنی ئەوانیتر	٤٢٣
بەشی ٢١ ـ "بەختەوەری ڕاستەقینە" ،"تێکۆشانی مرۆڤایەتی"	٤٤٢
فەرهەنگۆک	٤٥٥

Preview sample - page 3 of 4 - Soran University Academic Digital Library

دەتوانی هاوك یان دایكێكی باشتر، نۆستێكی دڵسۆزتر،
هاوسەرێكی لێوەشاوەتر، بازرگانێكی سەركەوتووتر،
بەڕێوەبەرێكی شارەزاتر، قارەمانێكی توانادارتر بیت.
دەتوانی زمانێكی پاراوت هەبێ و دەستوبرد لەگەڵ كەسانێكی
بەكاتگیر بیت.
دەتوانی جەستەیەكی ساغ و ڕێك و گونجاوت هەبێت.
دەتوانی بە هاوكاری هەر پێنج كلیلی زێڕین بە سەروەت و
خۆشبەختی بگەیت.
دەتوانی ترس، نیگەرانی، خەم و پەژارە، یان هەر جۆرە
خووێكی نەخوازراو لە خۆت دوور بخەیتەوە.
دەتوانی بە وردە و بەردەوامیت، هەتا بێ زیان بەسەر جۆرەها
ناكۆكدا زەفەر بیت.