

۱۱۱۱

۱۴۱۵۱۰۷

بخشودن

چگونه از شدت تأثیر گذشته
بر حال و آینده خود بکاهید

دکتر سیدنی سیمون

مهدی قراچه‌داغی



انتشارات لیوسا

Simon, Sidney

سیمون، سیدنی
بخشودن / سیدنی سیمون
۲۶۴ ص.

سرشناسنامه
عنوان و نام پدیدآور
مشخصات ظاهری

Forgiveness

گذشت
۲ س ۲ گ / BF۶۳۷
۱۵۸/۱
۵۵۱۳۱۲۵

عنوان اصلی
موضوع
رده‌بندی کنگره
رده‌بندی دیویی
شماره کتابشناسی ملی



انتشارات لیوسا

- نام کتاب: بخشودن
- نویسنده: دکتر سیدنی سیمون
- مترجم: مهدی قراچه‌داغی
- ویراستار: حمیده رستمی
- شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۶۰-۰۰۸۲-۵
- نوبت چاپ: هفتم ۱۴۱۰ (دوم لیوسا)
- تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه
- چاپ: تهران
- صحافی: تهران
- قیمت: ۸۰۰۰۰ تومان



۶۶۴۶۶۹۵۹ - ۶۶۹۶۳۰۳۵



۳۰۰۰۲۴۰۰۴۲



www.nashreliusa.com



instagram.com/dorsaliusa

۶۶۴۶۴۵۷۷

www.dorsabook.ir

liusa@nashreliusa.com

telegram.me/dorsaliusa



خیابان انقلاب، بین خیابان وصال و قدس (جنب سینما سیده)، کوچه اسکو،
پلاک ۱۲، طبقه همکف. (کدپستی: ۱۴۸۷۳-۱۴۱۷۸)

فهرست مطالب

۱۴	فصل یک: بخشودن
۳۳	فصل دو: چگونه متالم شدیم
۵۶	فصل سه: کاری که انجام دادیم
۸۲	فصل چهار: فرآیند تغییر: سفر به سوی کمال
۱۰۲	فصل پنج: مرحله‌ی انکار
۱۲۸	فصل شش: مرحله‌ی سرزنش خویش
۱۵۶	فصل هفت: مرحله‌ی قربانی
۱۸۵	فصل هشت: مرحله‌ی خشم
۲۱۵	فصل نه: مرحله‌ی بازمانده
۲۲۵	فصل ده: مرحله‌ی یکپارچگی