



بفندوزندگی کن

ترجمه‌ی زهره زاهدی

بخند و زندگی کن
جمعی از نویسندگان
مترجم: زهره زاهدی



سرشناسه	:	واینر، سارا Viner, Sarah
عنوان و نام پدیدآور	:	بخند و زندگی کن [کتاب] / [گردآوری سارا واینر] ؛ ترجمه‌ی زهره راهدی.
مشخصات نشر	:	تهران: پندار تابان، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	:	۱۵۶ ص.: مصور.؛ ۱۰×۹/۵ س.م.
شابک	:	978-600-6895-28-4
وضعیت فهرست نویسی	:	فایا
یادداشت	:	عنوان اصلی: Live laugh love, 2014
موضوع	:	زندگی -- کلمات قصار
موضوع	:	کلمات قصار
موضوع	:	خوشبختی -- کلمات قصار
موضوع	:	راه و رسم زندگی -- کلمات قصار
شناسه افروده	:	راهدی، زهره، ۱۳۳۰ - ، مترجم
رده بندی کنگره	:	۱۳۹۳ ۱۲۵ و ۲۵ / PN۶۰۹۵
رده بندی دیویی	:	۸۰۸/۸۸۳
شماره کتابشناسی ملی	:	۲۵۳۷۷۴۰

کسی نمی‌تواند میهمانی‌ای بیش از حد بزرگ بگیرد.

جین آوستین

(Jane Austen)

خنده تفریح فوری است.

میلتون برل

(Milton Berle)

همه‌ی ارقام و آمار دنیا هم نمی‌توانند گرمای یک لبخند را اندازه بگیرند.

کریس هارت

(Chris Hart)

کمی حماقت قاطی نقشه‌های جدیات کن. بلاهت در لحظه‌ی درست برای خودش عالمی دارد.

هوراس

(Horace)

جسورانه در غلظت زندگی غوطه‌ور شو و هر کجا می‌توانی تصاحبش کن.
این همواره جالب است.

یوهان وولفگانگ فون گوته
(Johann Wolfgang von Goethe)

خنده صدای رقص روح است.

جارود کینتز

(Jarod Kintz)

جرات کن و خودت را جوری دوست بدار که گویی رنگین‌کمانی هستی
از هر دو سو طلایی.
ابرجانی
(Aberjhani)

همه را دوست بدار، به عده‌ی کمی اعتماد کن و به هیچ کس بدی نکن.

ویلیام شیکسپیر

(William Shakespeare)

عشق یعنی حماقت مشترک.

پل والری

(Paul Valéry)

زندگی بوم سفید بزرگی است که باید هر چه می‌توانی به آن رنگ بپاشی.
دنی کی
(Danny Kaye)

از زندگی نگذر، از طریق زندگی رشد کن.

اریک باترورث

(Eric Butterworth)

خنده بُرسی است که تار عنکبوت‌های قلبت را پاک می‌کند.
مورت واکر
(Mort Walker)

فرصت فراوان به دست نمی‌آید.

پس وقتی آمد، آن را بجاپ.

آدری هپبورن

(Audrey Hepburn)

هر کجا عشقی بزرگ باشد، همیشه معجزه هم هست.
ویلا کارتر
(Willa Cather)

خنده آرام بخشی است که عوارض جانبی ندارد.

آرنولد اچ. گلاسو

(Arnold H. Glasow)

چیز خوب زیادش هم عالی است.

می وست

(Mae West)

اگر به آدم‌ها فرصت بدهید، خواهند درخشید.

بیلی کانولی

(Billy Connolly)

زندگی خوب آن است که از عشق الهام بگیرد و با دانش هدایت شود.
برتراند راسل
(Bertrand Russell)

چیزی پیدا کن که مشتاقش باشی و بی‌نهایت علاقه‌مند نسبت به آن باقی بمان.
جولیا چایلد
(Julia Child)

هر کس شاد باشد، دیگران را هم شاد خواهد کرد.
انی فرنک
(Anne Frank)

در محاسبات عشق،

یک + یک = همه چیز

و

دو - یک = هیچ چیز.

میگنون مک‌لافلین

(Mignon McLaughlin)

نقاش بودن خوش‌تر از رنگ بودن است.

جورج کلونی

(George Clooney)

جایی که محبت هست، زندگی هم هست.

ماهاتما گاندی

(Mahatma Gandhi)

شادی واقعی ناشی از مسرت خوب انجام دادن کار است، طعم خوش آفرینش چیزهای تازه.
آنتوان دو سنت اگزوپری
(Antoine de Saint-Exupéry)

خودت باش.
دنیا اصیل را می‌پرستد.
اینگرید برگمن
(Ingrid Bergman)

هر کجا می‌روی خنده را هم با خودت ببر.

هیو سیدنی

(Hugh Sidey)

هر کس که خوب زندگی کند، اغلب بخندد، و بیشتر دوست بدارد، موفق است.

بسی آندرسون استنلی

(Bessie Anderson Stanley)

دوست داشتن و از دست دادن، بهتر از هرگز دوست نداشتن است.

الفرد لرد تنیسون

(Alfred, Lord Tennyson)

فکر می‌کنم زیبایی در اثر شادی و در ارتباط بودن با عزیزانمان ایجاد می‌شود.

مارسیا کراس

(Marcia Cross)

تنها با عبور از ممکن و رسیدن به ناممکن است که می‌شود مرزهای امکان را تعیین کرد.
آرتور سی. کلارک
(Arthur C. Clarke)

هر کجا هستی، هر قدر ناچیز، خوبی کن. همین تکه‌های کوچک خوبی است که کنار هم قرار می‌گیرند و بر جهان غلبه می‌کنند.
دزموند توتو
(Desmond Tutu)

اسکیموها پنجاه و دو اسم برای برف دارند، زیرا برایشان اهمیت دارد.
برای محبت هم حداقل همین تعداد باید اسم وجود داشته باشد.
مارگارت اتوود
(Margaret Atwood)

در گذشته ساکن نشو. رؤیای آینده را نبین.
ذهنت را روی لحظه‌ی حاضر متمرکز کن.
سیذارتا گوتاما بودا
(Siddhārtha Gautama Buddha)

نژاد بشر تنها یک سلاح واقعاً مؤثر دارد، و آن خنده است.
مارک توین
(Mark Twain)

احتیاط را به باد بسیار و کار را به انجام برسان.
کری آندروود
(Carrie Underwood)

عشق جادوگری است که مرد را از زیر کلاه خودش بیرون می‌کشد.

بن هچت

(Ben Hecht)

هر کجا می‌روی، با همه‌ی وجود برو.

کنفوسیوس

(Confucius)

خنده کوتاه‌ترین راه میان دو نفر است.

ویکتور بورگه

(Victor Borge)

تو می‌توانی، باید بتوانی، اگر برای شروع شجاعت کافی داشته باشی، خواهی توانست.
استیفن کینگ
(Stephen King)

اگر با خود واقعی‌ات صادق باشی، اتفاقات حیرت‌انگیزی خواهند افتاد.

دبورا نورویل

(Deborah Norville)

عشق چه احساسی دارد؟
باور نکردنی!
ربکا ادلینگتون
(Rebecca Adlington)

اگر فکر کنی، به هر چیز که باشد، افکار بزرگ خواهی یافت.
دانلد ترامپ
(Donald Trump)

عشق،

فجر مسحورکننده‌ی هر دلی است.

آلفونس دو لامارتین

(Alphonse de Lamartine)

همواره شاد بودن را به حق داشتن بسیار ترجیح می‌دهم.
داگلاس آدامز
(Douglas Adams)

جفت روحی ما کسی است که به زندگی ما زندگی ببخشد.

ریچارد باخ

(Richard Bach)

بخند تا دنیا با تو بخندد.

الا ویلر ویل کاکس

(Ella Wheeler Wilcox)

دوست داشتن را فقط از طریق دوست داشتن می‌توان یاد گرفت.

آیریس مورداک

(Iris Murdoch)

اگر به جای «نه» گفتن بگویید «بله»، زندگی بسیار بیشتر خوش خواهد گذشت.
ریچارد برانسون
(Richard Branson)

عشق آفریده شده تا در خود همه چیز داشته باشد ... واقعاً ارزش جنگیدن، شجاعت به خرج دادن و به خطر انداختن همه چیز را دارد.
اریکا یونگ
(Erica Jong)

خود را در زمانی که از تو بسیار دور است، نیاز. لحظه‌ای را که از آنِ توست، در چنگ بگیر.
فردریش شیلر
(Friedrich Schiller)

زندگی گلی است که عشق عسل (عصاره) آن است.
ویکتور هوگو
(Victor Hugo)

در خواب و در عشق هیچ چیز محال نیست.

یانوس آرانی

(János Arany)

با دوست داشتن، هرگز چیزی از دست نخواهی داد.
باربارا دو آنجلیس
(Barbara De Angelis)

چرا در زمان حال زندگی نکنیم، خصوصاً اگر بر وفق مراد باشد؟
گلدی هاون
(Goldie Hawn)

در زندگی همه چیز باید بر مبنای محبت باشد.

ری بردبری

(Ray Bradbury)

با خود صادق باش.
ویلیام شیکسپیر
(William Shakespeare)

افکار بزرگ داشته باش، اما از خوشی‌های کوچک لذت ببر.
اچ. جکسون براون (پسر)
(.H. Jackson Brown Jr)

آنچه دنیا حقیقتاً نیاز دارد، محبت بیشتر و کاغذبازی کمتر است.

پرل بیلی

(Pearl Bailey)

کافی است تا وقتی سواره‌ای، از سواری لذت ببری.

جانی دپ

(Johnny Depp)

بهترین چیزی که در زندگی می‌توانیم برای خود نگه داریم، وجود همدیگر است.
آدری هپبورن
(Audrey Hepburn)

در زندگی فقط یک بار فرصت دست می‌دهد، که باید آن را جسورانه بقاپی.
بر گریلز
(Bear Grylls)

می‌گویند عشق کور است. اما عشق کور نیست. بلکه چشمی اضافی است که به ما نشان می‌دهد چه چیز ارزش در نظر داشتن دارد.
جی. ام. بَری
(J. M. Barrie)

چرا منتظر بمانیم؟
چرا یک‌باره به لذت چنگ نزنیم؟
جین آوستین
(Jane Austen)

ساده زندگی کن.

رؤیاهای بزرگ داشته باش.

شاکر باش.

محبت کن.

زیاد بخند.

ناشناس

در اوج خنده،

کل کائنات به لوله‌ی شکل‌نمایی پر از احتمالات جدید پرتاب می‌شود.

جین هاوستون

(Jean Houston)

خوشبختی با کمال میل به خانه‌ای قدم می‌گذارد که در آنجا شادی باشد.
ضرب‌المثل ژاپنی

رؤیاهایت را دنبال کن و از کنار زدن حصارها نترس. و زیاد بخند. برایت خوب است.
پل رادکلیف
(Paula Radcliffe)

غریزه‌ای قوی‌تر از دل نیست.

لرد بایرون

(Lord Byron)

دلی که دوست بدارد، همواره جوان می ماند.
ضرب المثل یونانی

فقط یک بار زندگی می‌کنی، پس بهتر است خوشایند باشی.
کوکو شانل
(Coco Chanel)

اگر ذهنم درکش کند و دلم باورش کند.

می‌دانم که می‌توانم انجامش دهم.

جسی جکسون

(Jesse Jackson)

محبتی که به دیگری می‌کنیم، تنها محبتی است که می‌توانیم برای خودمان نگه داریم.
البرت هوبارد
(Elbert Hubbard)

هیچ چیز بیشتر از موضوعی که برای شخص خنده‌آور است، شخصیت او را آشکار نمی‌کند.
یوهان وولفگانگ فون گوته
(Johann Wolfgang von Goethe)

عشق تشکیل شده از روحی که در دو جسم ساکن است.

ارسطو

(Aristotle)

به آنچه در درونت وجود دارد، وفادار باش.
آندره ژید
(André Gide)

یک خنده‌ی دلِ سیر، آفتابی است که در خانه می‌درخشد.

ویلیام میک‌پیس تگری

(William Makepeace Thackeray)

هر روز زندگيات را زندگى كن.
جاناتان سويفت
(Jonathan Swift)

چه نیرویی قوی‌تر از عشق است؟
ایگور استراوینسکی
(Igor Stravinsky)

اشتياق جهان را به حرکت درمی‌آورد.
آرتور بالفور
(Arthur Balfour)

بهتر است همیشه نسخه‌ی اصلی خودت باشی، نه نسخه‌ی بدلی کسی دیگر.
جودی گارلند
(Judy Garland)

عشق مانند لبخند است.
هرگز محو نمی‌شود و مسری است.

ناشناس

همه چیز را ببین، خیلی چیزها را نادیده بگیر.

چیزهای کمی را اصلاح کن.

پاپ، ژان پل بیست و سوم

(Pope John XXIII)

عشق بوم نقاشی‌ای است ساخته‌شده به وسیله‌ی طبیعت، تزئین‌شده به وسیله‌ی تخیل.
ولتر
(Voltaire)

اگر یک کیلومتر جلوتر بروی، دیگر ترافیکی نخواهد بود.

راجر استاوباخ

(Roger Staubach)

دوست داشتن و دوست داشته شدن، مانند احساس کردن گرمای آفتاب از هر دو طرف است.
دیوید ویسکات
(David Viscott)

چنان رؤیا داشته باش که گویی تا ابد زنده خواهی بود. چنان زندگی کن که گویی امروز خواهی مرد.
جیمز دین
(James Dean)

در زیبایی‌های زندگی ساکن شو.
ستارگان را تماشا کن و خودت را بین که همراهشان می‌دوی.
مارکوس اورلیوس
(Marcus Aurelius)

شادی مسیر سفر است، نه مقصد آن.

رُی ام. گودمن

(Roy M. Goodman)

اگر همه‌ی ما آنچه را از دستان ساخته است انجام می‌دادیم، خود میبھوت می‌شدیم.

توماس ادیسون

(Thomas Edison)

اول به خودت بگو چه می‌خواهی بشوی، سپس کاری را که باید، انجام بده.
اپیکتتوس
(Epictetus)

آینده بستگی به کاری دارد که امروز انجام می‌دهی.
ماهاتما گاندی
(Mahatma Gandhi)

دلی داشته باش که هرگز سخت نشود، خُلقی که هرگز تنگ نشود و تماس انگشتانی که هرگز نخراشد.
چارلز دیکنز
(Charles Dickens)

از نظر من خنده یعنی زنده بودن.

ویلیام سارویان

(William Saroyan)

هرگز برای تبدیل شدن به کسی که باید می‌بودی، دیر نیست.

جورج الیوت

(George Eliot)

ستاره‌ی خودت را دنبال کن.
دانته الیگیری
(Dante Alighieri)

به من بگو چه کسی تحسینت می‌کند و دوستت دارد، تا به تو بگویم که هستی.

چارلز آگوستین سینت بیو

(Charles-Augustin Sainte-Beuve)

بزرگ‌ترین لذت زندگی عشق است.

سر ویلیام تمپل

(Sir William Temple)

جای خودت باش.
جای همه‌ی کسان دیگر قبلاً اشغال شده است.
اسکار وایلد
(Oscar Wilde)

از نظر من هیچ چیز خوش‌تر از یک خنده‌ی از ته دل نیست.

استیو کارل

(Steve Carell)

زندگی کوتاه است.

آهسته ببوس.

دیوانه‌وار بخند.

حقیقتاً دوست بدار و فوراً ببخش.

پائولو کوئیلو

(Paulo Coelho)

چین و چروک صورت به سادگی جای لبخندها را نشان می‌دهد.
مارک تواین
(Mark Twain)

عشق غیرعادی، غیرمنطقی و بسیار مهم است.

لیزا هافمن

(Lisa Hoffman)

روزهایت را حساب نکن.
کاری کن روزهایت به حساب بیایند.
ناشناس

تنها دلیل زنده بودن، لذت بردن از آن است.

ریتا می‌براون

(Rita Mae Brown)

عشق بازی‌ای است که دو نفر می‌توانند بازی کنند و هر دو برنده شوند.

اوا گابور

(Eva Gabor)

اگر جوری عمل کنی که انگار عمل تو اهمیت دارد، اهمیت خواهد یافت.

ویلیام جیمز

(William James)

اگر افکار مثبت داشته باشی، مانند اشعه‌ی آفتاب در چهره‌ات خواهند درخشید و همواره دوست‌داشتنی به نظر خواهی رسید.
رولد دال
(Roald Dahl)

عشق زنبوری است که گرده‌ها را از یک دل به دل دیگر حمل می‌کند.

اسلش کولمن

(Slash Coleman)

ما دیوار زیاد می‌سازیم، اما پل به قدر کافی نمی‌سازیم.
آیزاک نیوتون
(Isaac Newton)

از چیزهای کوچک لذت ببر،
زیرا ممکن است روزی به گذشته نگاه کنی و ببینی که چیزهای بزرگی بوده‌اند.
رابرت برالت
(Robert Brault)

منتظر نمان.

زمان درست هرگز نخواهد رسید.

ناپلیون هیل

(Napoleon Hill)

صادقانه بگویم،

خندیدن را از همه چیز بیشتر دوست دارم.

بیماری‌های زیادی را درمان می‌کند.

آدری هپبورن

(Audrey Hepburn)

زندگی را با تعداد نفس‌هایی که کشیده‌اید اندازه نمی‌گیرند، بلکه با چیزهایی که نفس‌تان را بند آورده‌اند، اندازه می‌گیرند.
ناشناس

عشق دوست دارد
که عشق را دوست بدارید.
جیمز جویس
(James Joyce)

سعی کن مثل لاک‌پشت، در لاک خودت راحت باشی.
بیل کوپلند
(Bill Copeland)

کاری شگفت‌انگیز انجام بده.
شاید دیگران هم از تو تقلید کنند.
آلبرت شوایتزر
(Albert Schweitzer)

در زندگی تنها یک خوشبختی وجود دارد:
دوست داشتن و دوست داشته شدن.
ژرژ ساند
(George Sand)

در دنیا هیچ چیز مثل خنده و خلقِ خوش بی‌اختیار سرایت نمی‌کند.
چارلز دیکنز
(Charles Dickens)

همیشه کار درست را انجام بده.
نیمی از افراد را خشنود و بقیه را مبهوت خواهی کرد.
مارک تواین
(Mark Twain)

چیزهایی که دوست می‌داریم،
نشان می‌دهند که (چه کسی) هستیم.
توماس آکیناس
(Thomas Aquinas)

هر وقت می‌توانی بخند.

داروی ارزانی است.

لرد بایرون

(Lord Byron)

هر لحظه شروعی تازه است.

تی. اس. الیوت

(T. S. Eliot)

کسی که دوست می‌دارد و می‌خندد،
حتماً کار درست را انجام می‌دهد.
الکساندر پوپ
(Alexander Pope)

بعضی چیزها را به خاطر بعضی کسان رها کن.
اما هرگز کسی را به خاطر چیزی رها نکن.
انید بلایتون
(Enid Blyton)

چیزی را که دلت می‌خواهد به تو برگردد، به دیگری بده.

رابین شارما

(Robin Sharma)

تا جایی که چشمت کار می‌کند پیش برو.
وقتی به آنجا رسیدی، تازه می‌توانی پیش‌تر بروی.
توماس کارلایل
(Thomas Carlyle)

من قدردان خندیدن هستم، جز در مواقعی که شیر از سوراخ دماغم بیرون می‌زند.
وودی آلن
(Woody Allen)

جنون عشق،
بزرگ‌ترین موهبت خداست.
افلاطون
(Plato)

هر چه هستی،
خوبش باش.
ابراهام لینکلن
(Abraham Lincoln)

چیزی را برای مناسبتی خاص کنار نگذار.
هر روز زندگیاات مناسبتی خاص است.
ناشناس

کیست که دوستش بدارند و فقیر باشد؟
اسکار وایلد
(Oscar Wilde)

هر کاری را که می‌توانی انجام دهی یا رؤیایش را داشته باشی، همین حالا شروع کن. شجاعت، در خود نبوغ، قدرت و جادو دارد.
یوهان وولفگانگ فون گوته
(Johann Wolfgang von Goethe)

عشق بر همه چیز پیروز است.

ویرژیل
(Virgil)

اگر زندگی را دوست داشته باشی، زندگی هم تو را دوست خواهد داشت.

آرتور رابین اشتاین

(Arthur Rubinstein)

هر کاری می‌کنی بکن، اما بگذار شادی ایجاد کند.
هنری میلر
(Henry Miller)

اگر کسی تو را عمیقاً دوست بدارد، قوی می‌شوی.
در حالی که اگر تو کسی را عمیقاً دوست بداری، شجاع خواهی شد.
لاؤ تزو
(Lao Tzu)

شروع کن و برای عاقل بودن،
شجاع و جسور باش.
هوراس
(Horace)

برای کوبیدن آهن منتظر نمان تا داغ شود.
با کوبیدن داغش کن.
دبلیو. بی. ییتس
(W. B. Yeats)

دوست داشتن،
یعنی یک نظر ملکوت را دیدن.
کارن ساندی
(Karen Sunde)

گاهی دل چیزی را می‌بیند که برای چشم قابل رؤیت نیست.
اچ. جکسون براون (پسر)
(.H. Jackson Brown Jr)

روزی که در آن نخندیده باشیم، تلف شده‌ترین روزهاست.

نیکلاس چمفورت

(Nicolas Chamfort)

نکته‌ی مهم «چند سال در زندگی‌ات» نیست،
بلکه «چه میزان زندگی در سال‌هایت» است.
ادوارد استیگل‌لیتز
(Edward Stieglitz)

داستان عشق‌های حقیقی، هرگز پایان ندارد.

ریچارد باخ

(Richard Bach)

با هر آنچه داری و هستی، خوشحال باش و در هر دو مورد سخاوت به خرج بده. در این صورت دیگر لازم نیست به شکار خوشبختی بروی.
ویلیام ئی. گلداستون
(William E. Gladstone)

هر چه بیشتر عمل کنیم، اعمال بیشتری می‌توانیم انجام دهیم.
ویلیام هزلیت
(William Hazlitt)

کسانی که روشنایی آفتاب را به زندگی دیگران می‌آورند، خودشان از آن محروم نخواهند شد.
جی. ام. بَری
(J. M. Barrie)

کاری که صابون با بدن می‌کند، خنده با روح می‌کند.
ضرب‌المثل عبری

اگر در جاده به یک چنگال برخوردید، کنارش بزنید.

یوگی بِرا

(Yogi Berra)

من فکر می‌کنم بهترین کار شجاعانه دوست داشتن است.

مریلین مونرو

(Marilyn Monroe)

خود را به روی مناسبتی که زندگی نام دارد، بگشا.

ویرجینیا ئوور ولف

(Virginia Euwer Wolff)

اگر می‌بینی فرصت در نمی‌زند، برایش در بساز.

میلتون برلی

(Milton Berle)

خنده اشعه‌ی آفتاب روح است.

توماس مان

(Thomas Mann)

هر کاری را با عشق انجام بده.
اُگ مندینو
(Og Mandino)

