





# محاسبات خوشحالی

## انتشارات دیموند بلورین

نویسنده: اسکات گالووی

ترجمه: امین استوار بيمرغی  
ویراستار: هادی بهی

۱۳۹۹



# محاسبات خوشحالی

نویسنده : اسکات گالووی  
 ترجمه : امین استوار بیمرغی  
 ویراستار : هادی بهی  
 طراح جلد و صفحه آرا: حامد حبیبی کسبی  
 مشخصات نشر : تهران، انتشارات دیموند بلورین، ۱۳۹۹  
 مشخصات ظاهری : ۲۷۰ صفحه  
 نوبت چاپ : اول  
 شمارگان : ۱۰۰۰ نسخه  
 چاپ: نوتاش  
 شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۲۱۰-۰۲۸-۵  
 ISBN: 978-622-210-028-5  
 نشانی ناشر: تهران، خیابان میرداماد، نرسیده به خیابان ولیعصر (عج)، پلاک ۳۴۹، طبقه ۲، واحد ۱  
 تلفن و دورنگار: ۸۸۹۲۸۶۶۰  
 www.DIMORIN.ir

|                                                                                                                          |                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| گالووی، اسکات galloway، scott، ۱۹۷۰ بررسی                                                                                | سرشناسه :            |
| محاسبات خوشحالی/نویسنده اسکات گالووی ؛ ترجمه امین استواربیمرغی ؛ ویراستار هادی بهی. تهران: انتشارات دیموند بلورین، ۱۳۹۹. | Galloway, Scott      |
| ۲۷۰ ص.؛ مصور، نمودار.                                                                                                    | عنوان و نام پدیدآور: |
| ۹۷۸-۶۲۲-۲۱۰-۰۲۸-۵                                                                                                        | مشخصات نشر :         |
| فیبا                                                                                                                     | مشخصات ظاهری:        |
| عنوان اصلی: The algebra of happiness : notes on the pursuit of success, love, and meaning                                | شابک :               |
| خودسازی                                                                                                                  | وضعیت فهرست نویسی:   |
| Self-actualization -Psychology                                                                                           | یادداشت :            |
| خوشبختی                                                                                                                  | and meaning, 2019.   |
| Happiness                                                                                                                | موضوع :              |
| موفقیت                                                                                                                   | موضوع :              |
| Success                                                                                                                  | موضوع :              |
| استوار، امین، ۱۳۷۶-، مترجم                                                                                               | موضوع :              |
| بهی، هادی، ۱۳۵۸-، ویراستار                                                                                               | شناسه افزوده :       |
| BF۶۳۷                                                                                                                    | شناسه افزوده :       |
| ۱۵۸/۱                                                                                                                    | رده بندی کنگره :     |
| ۷۲۶۹۴۰۰                                                                                                                  | رده بندی دیویی :     |
|                                                                                                                          | شماره کتابشناسی ملی: |

THE  
**Algebra**  
OF  
**Happiness**

Notes on the Pursuit of  
Success, Love, and Meaning

**SCOTT GALLOWAY**

PORTFOLIO / PENGUIN



تقدیم به جرج توماس گالووی  
(پدر خوبم)

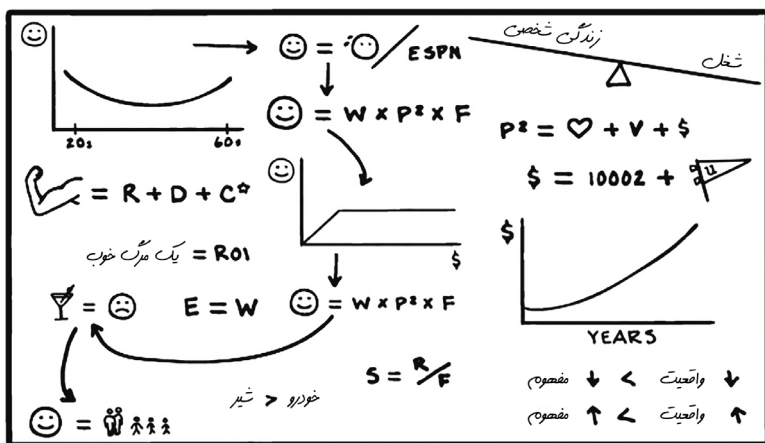


# فهرست مطالب

|     |                        |
|-----|------------------------|
| ۱۳  | ..... مقدمه            |
| ۴۹  | ..... موفقیت           |
| ۱۳۵ | ..... عشق              |
| ۲۲۵ | ..... سلامت            |
| ۲۶۱ | ..... کلام آخر         |
| ۲۶۷ | ..... تقدیر و تشکر     |
| ۲۶۹ | ..... درباره‌ی نویسنده |



# مقدمه





## مقدمه

### محاسبات خوشحالی

من در سال ۲۰۰۲ به هیأت علمی دانشکده‌ی اقتصاد دانشگاه نیویورک پیوستم. بیش از پنج هزار دانشجو در کلاس‌های برندینگ من شرکت کردند.

دانشجویان من، گروهی بسیار اثرگذار هستند از نیروهای ویژه‌ی ایالت جورجیا گرفته تا مشاوران حوزه‌ی آی‌تی از شهر دهلی نو. آنها آنجا هستند تا ارزش زمان را در پول، استراتژی و رفتار مصرف‌کننده بیاموزند، اما زمانی را که با هم می‌گذرانیم معمولاً از استراتژی برند به سمت استراتژی‌های مناسب برای زندگی می‌رود. چه شغلی باید

انتخاب کنم، چطور می‌توانم خودم را برای موفقیت آماده کنم؟ چطور می‌توانم همت بلند را در کنار رشد شخصی قرار دهم؟ حالا چه کاری باید انجام دهم تا وقتی ۴۰، ۵۰ یا ۸۰ سالم شد افسوس نخورم؟

ما در شلوغ‌ترین جلسه‌ی کلاس به این موضوعات می‌پردازیم. سه جلسه‌ی آخر کلاس ما، محاسبات خوشحالی نام دارد. ما در این جلسه، موفقیت، عشق و تعریف زندگی خوب را مورد بررسی قرار می‌دهیم. ما در ماه می سال ۲۰۱۸ نسخه‌ی خلاصه‌ای از آن را در یوتیوب منتشر کردیم. این ویدئو را در ۱۰ روز اول انتشارش یک میلیون نفر دیدند. انتشاراتی که با آن کار می‌کردم از من می‌خواست کتابی بنویسم پیرامون چهار موضوع: دی‌ان‌ای مخفی آمازون، اپل، فیسبوک و گوگل. اما چیزی که باعث عصبانیتش شد این بود که به او اطلاع دادم که دومین کتابم پیرامون خوشحالی خواهد بود.

من اعتبار و مجوز آکادمیک ندارم که نشان دهد باید به مردم در مورد چگونه زندگی کردن مشاوره دهم. من شکست‌های کاری بسیاری دارم، سی و چهار بار مرا اخراج کرده‌اند و اخیراً هم موفق‌ترین شرکت سرمایه‌گذاری تاریخ را راه انداختم. با شرکای من در شرکت ال ۲ تماس بگیرید تا از صحت سخنانم مطمئن شوید. این‌که می‌گویم در ال ۲ سرمایه‌گذاری کنید جوک نیست. یادآوری کنم که شرکت جنرال