

# تو می توانی

لبخندت را بساز دختر

نویسنده:

حمیرا رنجبر

انتشارات کدیور

|                         |                                            |
|-------------------------|--------------------------------------------|
| سرشناسه                 | : رنجبر، حمیرا، ۱۳۷۳-                      |
| عنوان و نام پدیدآور     | : تو می توانی، لبخندت را بساز دختر/نویسنده |
|                         | حمیرا رنجبر.                               |
| مشخصات نشر              | : رشت: کدیور، ۱۴۰۰.                        |
| مشخصات ظاهری            | : ۱۸۴ص: ۵/۱۴×۵/۲۱ س.م.                     |
| شابک                    | : 978-622-7696-38-7                        |
| وضعیت فهرست نویسی       | : فیبا                                     |
| موضوع                   | : رنجبر، حمیرا، ۱۳۷۳-                      |
| موضوع                   | : زنان -- ایران -- سرگذشتنامه              |
| موضوع                   | : Women -- Iran -- Biography               |
| موضوع                   | : شعر فارسی -- قرن ۱۴                      |
| موضوع                   | : Persian poetry -- 20th century           |
| رده بندی کنگره          | : CT۱۸۸۸                                   |
| رده بندی دیویی          | : ۹۲۰.۵۵                                   |
| شماره کتابشناسی ملی     | : ۸۴۷۱۴۳۳                                  |
| اطلاعات رکورد کتابشناسی | : فیبا                                     |

عنوان: تو می توانی، لبخندت را بساز دختر

نویسنده: حمیرا رنجبر

طرح جلد: حمیرا رنجبر

چاپخانه: گیتی

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۰

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۵۰۰۰۰ تومان

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق  
به مولف می باشد.

## فهرست

| عنوان             | صفحه |
|-------------------|------|
| شعر امید          | ۱۱   |
| مقدمه             | ۱۵   |
| دوران قبل از تولد | ۳۳   |
| دوران نوزادی      | ۴۳   |
| دوران کودکی       | ۵۱   |
| دوران نوجوانی     | ۸۳   |
| شعر مادر          | ۱۰۳  |
| شعر پدر           | ۱۰۷  |
| دوران جوانی       | ۱۱۱  |
| نتیجه             | ۱۶۵  |
| سخن آخر           | ۱۷۵  |
| شعر بازی زندگی    | ۱۸۱  |

## مقدمه

(تو می‌توانی)، چه جمله‌ی زیبا و پرمحتوایی، اینطور نیست؟

- چرا انسان‌ها به خود اجازه‌ی گفتن چنین جمله‌ی زیبایی را نمی‌دهند؟

- چرا انسان‌ها از گفتن جمله‌های امیدوارکننده می‌پرهیزند؟

- چرا انسان‌ها امید خیلی از اطرافیانشان را ناامید می‌کنند؟

- چرا انسان‌ها با گفتن جمله‌های بی‌محتوا با زندگی اطرافیانشان بازی می‌کنند؟

- چرا انسان‌ها با گفتن جمله‌های امیدوارکننده به زندگی انسان‌های ناامید نور نمی‌بخشند؟

- واقعاً گفتن چنین جمله‌ی ساده و کوتاهی، خیلی سخت است؟

در صورتی که ما انسان‌ها خیلی خوب می‌دانیم این جمله‌ی بسیار کوتاه، ساده و درعین حال بسیار پرمحتوا یعنی همان (تو می‌توانی) چه معجزه‌ای می‌کند. با گفتن این جمله‌ی کوتاه می‌توانیم هر

کسی که حتی ذره‌ای امید در دل ندارد را به زندگی امیدوار کنیم.  
 پس چرا از گفتن چنین جمله‌ی معجزه‌گری پرهیز می‌کنیم؟  
 زندگی یک انسان با یک جمله‌ی هرچند ناچیز و بی‌محتوا تغییرات  
 زیادی می‌کند. پس باید در حرف زدن بسیار دقت کنیم.

چرا که بازی با زندگی دیگران عواقب خیلی بدی دارد.  
 با یک جمله‌ی بد می‌توان همه‌ی امید یک نفر را تخریب و نابود و  
 یا با یک جمله‌ی خوب می‌توان ذره‌ای از امید یک نفر را آباد کرد،  
 پرورش داد و دنیای او را زیور و کرد.

پس بیایید با گفتن یک جمله‌ی قشنگ، خوب و ساده، به دیگران  
 در رسیدن به آرزوها و اهدافشان کمک کنیم تا خودمان هم در  
 همان راستا پیشرفت کنیم. اطلاعاتی به دست آوریم و به  
 خواسته‌ها و آرزوهایمان برسیم. چون وقتی دیگران کاری انجام  
 می‌دهند، ما نیز در همان زمینه اطلاعاتی کسب می‌کنیم. این  
 باعث می‌شود که از تجربیات آن‌ها استفاده کنیم و در مسیری که  
 در حال حرکت هستیم با استفاده از تجربیات دیگران، موفق شویم.  
 همچنین وقتی ما به دیگران کمک می‌کنیم خدا هم چندین برابر  
 به ما کمک می‌کند و بالعکس وقتی برای دیگران دامی پهن  
 می‌کنیم خدا هم دامی بسیار بزرگ‌تر برای ما پهن می‌کند.