

## بمائی و نرنجانی





- سرشناسه : رضایی لشکاجانی، صدیقه، ۱۳۴۸-  
عنوان و نام پدیدآور : بمانی و نرنجانی / صدیقه رضایی لشکاجانی؛  
ویراستار محسن ساکتی.  
مشخصات نشر : قزوین: شمع آوید، ۱۴۰۱.  
مشخصات ظاهری : ۹۶ ص؛ ۱۹×۹/۵ س.م.  
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۶۴۷۵۴-۴-۷  
وضعیت فهرست‌نویسی : فیپا  
موضوع : قطعه‌های ادبی فارسی -- قرن ۱۴  
Literary passages, Persian -- 20th century\*
- رده بندی کنگره : PIR۸۳۴۵:  
رده بندی دیویی : ۸۱۶۲/۸۶۲:  
شماره کتابشناسی ملی : ۸۸۶۳۱۰۰ :  
اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیپا  
کد پیگیری : ۸۸۶۱۸۰۶:

# بمانی و نرنجانی

صدیقہ رضایی لشکاجانی



### بمانی و نرنجانی

گردآورنده: صدیقه رضایی لشکاجانی

ویراستار: محسن ساکتی

حروف چینی و صفحه‌آرایی: انتشارات شمع آوید

طراح جلد: صنم پورکلباسی

چاپ و صحافی: مهرگان

چاپ اول: ۱۴۰۱

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۴۷۵۴-۴-۷

شمارگان: ۲۰۰ جلد

قیمت: ۴۰۰۰۰ تومان

انتشارات شمع آوید

کد نشر: ۱۶۰۱۹

تلفن: ۰۹۱۲۱۸۲۷۵۲۵ - مدیر مسئول: محسن ساکتی

ایمیل: [shameavid.pub@gmail.com](mailto:shameavid.pub@gmail.com)

آدرس سایت و دریافت نسخه الکترونیکی کتاب:

<https://chaponashr.ir/shameavid>

---

### فروشگاه فروش کتاب:

قزوین، میدان نخبگان، ضلع شرقی دانشگاه آزاد قزوین، شهر کتاب قزوین

همه حقوق چاپ و نشر این کتاب برای انتشارات شمع آوید محفوظ است.

تکثیر، انتشار و بازنویسی این اثر یا قسمتی از آن به هر شیوه از جمله فتوکپی، الکترونیکی، ضبط و ذخیره در سیستم‌های بازیابی و پخش بدون دریافت مجوز قبلی و کتبی از ناشر ممنوع است.

این اثر تحت حمایت «قانون حمایت از حقوق مؤلفان، مصنفان و هنرمندان

ایران» قرار دارد.

## فهرست

- ظرفیت آدمی ..... ۹
- کودک بمان ..... ۱۰
- شاد زیستن ..... ۱۲
- بمانی و نرنجانی ..... ۱۳
- همدیگر را پیر نکنیم ..... ۱۴
- نقطه جابه جا ..... ۱۵
- ریشه زندگی ..... ۱۶
- لحظه‌ای تأمل ..... ۱۸
- فرمان زندگی ..... ۲۰
- این دیوانگی است ... ..... ۲۱
- عشق و ازدواج ..... ۲۳
- چرا اکثریت مردم موفق نیستند ..... ۲۵
- ارزش آدم‌ها ..... ۲۷
- شک نکنید ..... ۲۹
- افزایش اعتمادبه‌نفس ..... ۳۰
- تغییر ذهنیت ..... ۳۳
- من - می توانم ..... ۳۴
- برای خودت زندگی کن ..... ۳۵
- درس‌های مهم زندگی ..... ۳۷

- زندگی ..... ۳۸
- با هم بودن هایمان را قدر بدانیم ..... ۳۹
- طنازی شعر شهریار ..... ۴۰
- بی تفاوتی سکوت ..... ۴۱
- رد پا ..... ۴۲
- شارژ همسر ..... ۴۳
- همیشه همیشه تموم کرد ..... ۴۵
- الگوپذیری از کودک ..... ۴۶
- دعوا کن، ولی با کاغذت ..... ۴۷
- نسل بلا تکلیف ..... ۴۸
- دروغ سفید نگوئیم ..... ۵۰
- کاش کسی برایمان گفته بود ..... ۵۱
- درس هایی برای زندگی ..... ۵۴
- پشتکار ..... ۵۵
- مهربانی را دریغ نکنید ..... ۵۶
- آدم ها در دنیای امروز ..... ۵۷
- موفقیت ..... ۵۸
- آرامش سهم توست ..... ۵۹
- آواز قو ..... ۶۰
- خط فاصله ..... ۶۲
- درخت ها می میرند ..... ۶۴
- حرف بزنیید ..... ۶۶
- تقدیم به بهترین ها ..... ۶۸
- فرهنگ یعنی کتاب ..... ۷۰

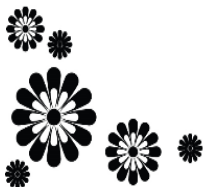
- ۷۲ ..... کلبه بساز
- ۷۳ ..... ساده که باشی
- ۷۴ ..... سادگی مانند شبنم
- ۷۶ ..... هنر شاد زیستن
- ۷۷ ..... به یاد بسپارید
- ۷۹ ..... یک دقیقه مطالعه
- ۸۰ ..... منت دنیا
- ۸۱ ..... کمی متفاوت بنگریم
- ۸۳ ..... خاطره
- ۸۴ ..... کاری به کار همدیگه نداشته باشیم
- ۸۵ ..... خار خوردن
- ۸۶ ..... مادر
- ۸۸ ..... تکرار تاریخ
- ۸۹ ..... خودت باش
- ۹۱ ..... منتظر هر چه باشیم، همان برایمان پیش می‌آید
- ۹۳ ..... راه انسان شدن
- ۹۵ ..... غرور بی جا
- ۹۶ ..... مثل کتاب





## ظرفیت آدمی

آدم‌ها شبیه لیوان‌اند!  
ظرفیت‌های مشخصی دارند...  
بعضی به اندازه استکان،  
بعضی فنجان،  
بعضی هم یک پارچ بزرگ!  
وقتی بیش از ظرفیت لیوان در آن آب بریزی، سرریز می‌شود!  
خیس می‌شوی...  
حتی گاهی که در اوج بدشانسی باشی و در لیوان به جای آب،  
شربت‌ی چیزی را زیادی ریخته باشی  
و سرریز شده باشد،  
لکه‌اش تا ابد بر روی لباست می‌ماند...!  
آدم‌ها مثل لیوان می‌مانند...  
ظرفیت‌های مشخصی دارند...



## کودک بمان

مادری می‌گفت:

زود بزرگ نشو مادر.

کودکی‌ات را بی حساب می‌خواهم و در پناهِش جوانیم را!

زود بزرگ نشو فرزندم

قهقهه بزن، جیغ بکش، گریه کن، لوس شو، بچگی کن، ولی

زود بزرگ نشو تمام هستی‌ام.

آرام آرام پیش برو، آن‌سوی سن و سال هیچ خبری نیست گلم.

هرچه جلوتر می‌روی همه چیز تندتر از تو قدم برمی‌دارد.

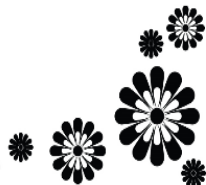
حالا هنوز دنیا به پای تو نمی‌رسد از پاکی.

الهی هرگز هم قدمش نشوی هرگز!

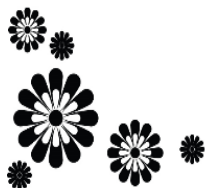
همیشه از دنیای ما آدم‌بزرگ‌ها جلوتر باش، یک قدم، دو قدم،

ولی زود بزرگ نشو مادر.

آرام آرام پیش برو گلم.



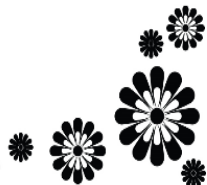
آنجا که عمر وزن می‌گیرد دنیا به قدری سبک می‌شود که هیچ  
هیجانی برای پیمودنش نخواهی داشت.  
آن سوی سن و سال خبری نیست.  
کودکی کن، از ته دل بخند به اداهای ما که برای خندانندت  
دلک می‌شویم،  
بزرگ که شدی از نگاه دلک‌ها گریه‌ات می‌گیرد می‌دانم.  
عشق من! کودک بمان، دنیا بزرگت می‌کند.



## شاد زیستن

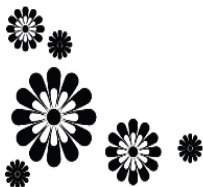
سه قدم برای یک زندگی شاد:

۱. خود را به خاطر افراد بی‌فایده‌ای که لایق داشتن هیچ جایگاهی در زندگی‌تان نیستند، دچار استرس نکنید.
  ۲. هیچگاه احساسات خود را بیش از حد صرف چیزی نکنید، چون در غیر این صورت صدمه خواهید دید.
  ۳. پیام‌زید بدون نگرانی زندگی کنید، چون خدا در همه حال هوایتان را خواهد داشت.
- اعتماد کنید و ایمان داشته باشید.



## بمانی و نرنجانی

زمان کمک می‌کند به رنج‌های عادت کنی  
زمان کمک می‌کند صبور باشی  
زمان ثابت می‌کند که برای چه کسانی ارزش واقعی داشته‌ای و  
چه کسانی ماندند با تو  
اگرچه بارها رنجاندی و رنجاندند...  
در این عصر یخبندان و زمانهٔ مصلحت‌ها و منفعت‌ها و  
کسالت‌ها و بی‌حوصلگی‌ها  
اگر کسی در کنارت ماند، فرشته‌ای است که از سوی خداوند  
برای آرامشت آمده است.  
اگر بود، اگر داشتید، روی چشمانتان نگهش دارید.  
روزگار، روزگارِ رفتن است و نماندن...!  
پس تو سعی کن بمانی و نرنجانی  
متفاوت باش بمان و نرنجان.



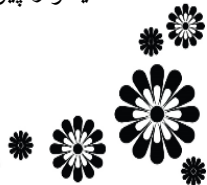
## همدیگر را پیر نکنیم

باور کنید تک تک آدم‌ها زخمی‌اند.  
هرکس درد خودش را دارد، دغدغه و مشغله خودش را دارد.  
باور کنید ذهن‌ها خسته‌اند، قلب‌ها زخمی‌اند، زبان‌ها بسته‌اند.  
برای دیگران آرزو کنیم بهترین‌ها را، راحتی را.

یاری کنیم همدیگر را تا زندگی برایمان لذت‌بخش شود.  
آدم‌ها آرام‌آرام پیر نمی‌شوند.

آدم‌ها در یک لحظه با یک تلفن، با یک جمله، یک نگاه، یک  
اتفاق، یک نیامدن، یک دیر رسیدن، یک باید برویم و با یک  
تمام کنیم پیر می‌شوند.  
آدم‌ها را لحظه‌ها پیر نمی‌کنند.  
آدم را آدم‌ها پیر می‌کنند.

سعی کنیم هوای دل همدیگر را بیشتر داشته باشیم.  
\*همدیگر را پیر نکنیم\*



## نقطه جابه‌جا

دقت کردی؟

گاهی جای رحمت، میشیم زحمت

جای محرم، میشیم مجرم

جای ژست، میشیم زشت

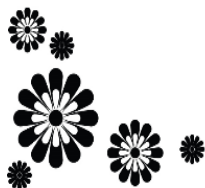
جای یار، میشیم بار

جای قصه، میشیم غصه

جای زبان، میشیم زیان

پس به خودمان مغرور نباشیم

چون با یک نقطه جابه‌جا میشیم!



## ریشه زندگی

ریشه‌های قالی را تا می‌کنیم تا سالم بماند... ولی ریشه زندگی  
یکدیگر را با تبر نامهربانی قطع می‌کنیم و اسمش را می‌گذاریم  
بر خورد منطقی!

دل می‌شکنیم و اسمش می‌شود فهم و شعور!  
چشمی را اشک بار می‌کنیم و اسمش را می‌گذاریم حق!  
غافل از اینکه اگر در تمام این موارد فقط کمی صبوری کنیم  
دیگر مجبور نیستیم عذرخواهی کنیم...  
ریشه زندگی انسان‌ها را دریابیم و چون ریشه‌های قالی محترم  
بشماریم...

گاهی متفاوت باش...

بخشش را از خورشید بیاموز...

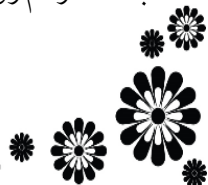
که ترازویی ندارد...

سبک‌وسنگین نمی‌کند...

جدا نمی‌سازد...

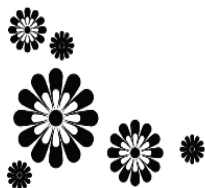
و فرقی نمی‌گذارد...

به همه از دم روشنایی می‌بخشد...





محبت را بی محاسبه پخش کن...  
دروازه‌های قلبت را به روی همه بگشا...  
و باور داشته باش خدایی که در این نزدیکی است، بهترین‌ها  
را برایت رقم زده است

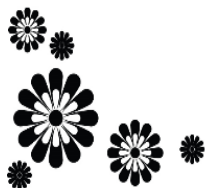


## لحظه‌ای تأمل

سکوت گورستان را می‌شنوی...؟!  
دنیا ارزش دل شکستن را ندارد...!  
می‌رسد روزی که هرگز در دسترس نخواهیم بود...!  
بی خیال نداشته‌هایت...!  
بی خیال غصه‌هایت...!  
بی خیال هر چه که خیالت را ناآرام می‌کند...!  
به من بگو بینم...!  
امروز نفس کشیده‌ای...؟!  
پس خوش به حالت...!  
عمیق نفس بکش...!  
عمیق...!  
عشق را...!  
زندگی را...!  
بودن را...!  
بچش...!  
بین...!

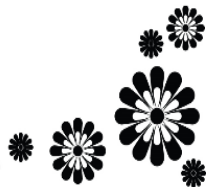


لمس کن...!  
و با تک تک سلول‌هایت لبخند بزنی...!  
انسان‌ها آفریده شده‌اند؛  
که به آنها عشق ورزیده شود...!  
اشیاء ساخته شده‌اند؛  
که مورد استفاده قرار بگیرند...!  
دلیل آشفته‌گی‌های دنیا این است؛  
که به اشیاء عشق ورزیده می‌شود و انسان‌ها مورد استفاده قرار  
می‌گیرند...!



## فرمان زندگی

- یک: منتظر باش اما متوقف نباش،  
دو: تحمل کن اما معطل نباش،  
سه: سرسخت باش اما لج باز نباش،  
چهار: صریح باش اما گستاخ نباش،  
پنج: بگو آره نگو حتماً،  
شش: بگو نه نگو هرگز،  
هفت: صبور باش اما بی خیال نباش،  
هشت: شتاب کن اما شتاب زده عمل نکن،  
نه: بگو برات میمونم نگو برات می میرم،  
ده: خوشبختی داشتن چیزهایی که دوست داریم نیست،  
بلکه دوست داشتن چیزهایی است که داریم...



## این دیوانگی است...

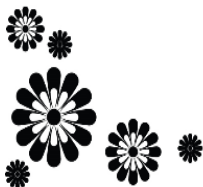
... که از همه گل‌های رز تنها به خاطر این که خار یکی از آنها در دستان فرورفته است متنفر باشیم.

... که همه رؤیاهای خود را تنها به خاطر اینکه یکی از آنها به حقیقت نپیوسته است رها کنیم.

... که امید خود را به همه چیز از دست بدهیم، به خاطر اینکه در زندگی با شکست مواجه شده‌ایم.

... که از تلاش و کوشش دست بکشیم به خاطر اینکه یکی از کارهایمان بی نتیجه مانده است.

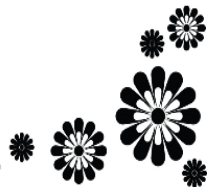
... که همه دست‌هایی را که برای دوستی به سویمان دراز می‌شوند را به خاطر اینکه یکی از دوستانمان رابطه‌مان را زیر پا گذاشته است رد کنیم.



... که هیچ عشقی را باور نکنیم، به خاطر اینکه در یکی از آنها  
به ما خیانت شده است...

... که همه شانس‌ها را لگدمال کنیم به خاطر اینکه در یکی از  
تلاش‌هایمان ناکام مانده‌ایم...

به امید اینکه در مسیر خود هرگز دچار این دیوانگی‌ها نشویم.



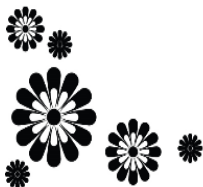
## عشق و ازدواج

یک روز از پدرم پرسیدم فرق بین عشق و ازدواج چیست؟  
روز بعد او کتابی قدیمی آورد و به من گفت این برای توست.

با تعجب گفتم: اما این کتاب خیلی باارزشی است.  
تشکر کردم و درحالی که خیلی ذوق داشتم تصمیم گرفتم  
کتاب را جایی دنج بگذارم تا سرفرصت بخوانم.

چند روز بعد پدرم روزنامه‌ای را آورد، نگاهی به آن انداختم و  
به نظرم جالب آمد که پدرم گفت این روزنامه مال تو نیست،  
برای شخص دیگری است و موقتاً می‌توانی آن را داشته باشی.  
من هم باعجله شروع به خواندنش کردم که مبادا فرصت را از  
دست بدهم.

در همین گیرودار پدرم لبخندی زد و گفت:  
حالا فهمیدی فرق عشق و ازدواج به چیست؟



در عشق می‌کوشی تا تمام محبت و احساست را صرف  
شخصی کنی که شاید سهم تو نباشد؛ اما ازدواج کتاب با  
ارزشی است که به خیال اینکه همیشه فرصت خواندنش  
هست به حال خود رهایش می‌کنی ...

شیرین‌ترین توت‌ها، پای درخت می‌ریزد درحالی‌که ما برای  
چیدن توت‌های کال، چشم به بالاترین شاخه‌ها دوخته‌ایم...

