

زئوس سببى: عبدولهادى العمشان

ئەكسئاسى

65 رۆژ

وهرگىرانى: ساكار حسين



كوردى - عەرەبى - ئىنگلىزى



ناوی کتیب	ٺهکتسası 65 رۆژ
نووسەر	عبدالهادی العمشان
وهرگیڕانی	ساکار حسین
پیداچونهوهی	سیروان سلیمان
بهرگ و ناوهرۆك	ئیبراهیم صالح
چاپ	چاپخانهی تاران
قهباره	17.5*15
تیراژ	1000 دانه
نۆبهتی چاپ	چاپی یهكهم
سالی چاپ	2019

له بلاوکراوهکانی گۆلدن بووک
مافی له چاپدانهوهی پارێزراوه

له بهرپهوه بهرایهتی گشتی کتیبخانه گشتیهکان
ژماره سپاردنی (1862) ی سالی 2019 ی پیدراوه.

سوپاس و پېزانين

په كېك له خهونه گهوره كانم نهوه بوه كه ژيان ببخه شم به كتيبي "تهكستاسي" ته نانت نهو كاتانه شي نالاندومه به هوي خه مو په زاره له ناكاوه كانه وه كه رووبه روم بوته وه له ژيانمدا، توانيومه دريژه ي پيدهم و تهواوي بكه م، سه رها بوم ناسان نه بوو، به لام به جورېك له جوره كان توانيم به ديپهينم. سوپاس بو خوي به خشنده و ميهره بان كه نهو نه نديشه و خه ياله فراوانه ي پيه خشم بو نه خسه كيشاني "تهكستاسي" و له كوتايشدا به ديم هينا له پاي هه مو شتيك.

دهمويت سوپاسي بي پاياني باوكم بكه م "الحفيظ أحمد العمشان"، كارم كردوه به بي وچان بونه هوي به جورېك بريم پيوستم به هيچ شتيك نه بيت، ده زانم پيشتر نه م هم بي نه وتويت، به لام من زور زور سوپاست ده كه م بو هه رشتيك كه كردته له پيناوي مندا. دهمويت بزانيت هانداني تو بو من گرنگيه كي زوري هه يه بوم. به جورېك په روشيت بو بلاو كردنه هوي كتيبه كه م گه وره ترين پالپشتي بوه بو به ديپهيناني خه ونه كه م.

هيوادارم شانازيم پيوه بكه يت و دلخوشيت به و ناسته ي گه يشتوم پي، چونكه زور شتي منت تيه راند له بهر من.

دهمويت سوپاسي دايكم بكه م كه وشه كاني بو من دهرمان بوون، دايكم كه هه رگيز دهستي هه لنه گرتوه له باوه ركدن به من و هه ميشه له نويژه كانيدا نزي بو كردوم و هيواي باشتريني بو خواستووم، زور زورم خوشدهويت و هيوادارم وات ليكه م شانازيم پيوه بكه يت.

زور سوپاسي برا گه وره كه م ده كه م "عبدالملك"، كه زور يارمه تي دهرم بوو بو سه ركه وتن به سه ر ناسته نكه كان بو ته واو كردني نه م كتيبه. پالپشتم بويت به شيوه يه كي زور باش. تو بربره ي پشتي منيت. هه ميشه هانت داوم به وشه پر ماناكانت هه ركاتيك هه ستم به بي زاري كرد بيت به رامبه ر ژيان. سوپاس بو بوون له ته نيشتم.

سوپاس بو دوو خوشكه دووانه كه م "تامينه و مهنا" كه هاندهرم بوون هه ميشه، بو به ره مهيناني هه م كتيبه. به تاييه ت "مهنا" كه ديزاينه ريكي به توانايه و تيپيني زوري بو پيشنيار كردم له باره ي ديزايني كتيبه كه كه ناخه مليتريت به هيچ نرخيك. سوپاس بو برا بچوكه كه م "ئيسماعيل"، و خوشكه بچوكه كه م "عائشه" كه هه ميشه ناسوده ييان پيه خشووم بو كتيبه كه.

له گه ل سوپاسي زور تاييه ت بو هاورپيانم "فاتمه محمد طه" و "له يلا ساطي" له وه رگيراني عه ربه ي بو كتيبه كه م هاوكارم بوون. سوپاسي تاييه ت بو دكتور "عبير سبكي" كه دلنيايي پيدام له باره ي هه بووني زمانه عه ربه ي وه كو شتيكي جوان له م كتيبه دا.

سوپاس بو ئيوه .

اكستاسيبي

معني:

شعور ساحق من السعادة الرائعة أو الإثارة المبهجة أو حالة من كثافة النعيم
الجميل. اذا كانت يوما من الأيام في قمة السعادة لدرجة
أنك قد شعرت أن كل ما حولك يختفي
كنت شعرت بالاكستاسيبي

ئەكستاسى

واتا:

ھەستىكى نىقوم بوونە لەناو دلخۇشى و ئاسوودەبوون، ياخوود حالەتتېكە لە چىرى ئارامى. ئەگەر رۇژىك لە رۇژان گەشتتە ئەو پەرى دلخۇشى، ئەوا تۇ ھەستکردوہ بە ئەكستاسى.

Hello

Uh... I was just passing by and saw you sitting here all alone.

Uh... I was just passing by and saw you sitting here all alone.

So I thought 'why not give you some company?'

Let me sit next to you ...if you don't mind.

My name is abdulhadi...and you are?

Sorry. I don't mean to sound awkward, but I'm an introvert.

Ha-ha.

You seem to be very quiet... I understand .sometimes, things happen in our lives that make us want to be quiet and alone, and disconnect from this dark world. Perhaps you will find serenity in my world.

Would you like to see my world?

مرحبا

اه...كنت ماراً من هنا و رأيتك تجلس بفردك .لذا،فكرت لم لا اشاركك؟
دعني جلس بجانبك... إن لم يكن لديك مانع.

إسمي عبدالهادي..و أنت؟

أسف، لا أود أن أبدو غريب الأطوار و لكني إنطوائي بعض الشيء
ها-ها

يبدو أنك شخص هادئ جدا ...

انا أتفهمتك.ففي حياتنا تحدث بعض المواقف التي تجعلنا نريد أن
نلتزم الهدوء و الصمت أحيانا و أن ننفصل و ننعزل هذا العالم المظلم.

ربما ستجد عالمي

هل ترغب في رؤية عالمي؟

- 1 -
Day 1
this is my world

يوم ١
هذا هو عالمي



پوڙي ۱
ٽهه جيهانه گهي منه.



Every day is a new day, and every day there is something new to learn. Every day we go through the same phase that every other human being has gone through throughout their lives. We've also all asked ourselves the question "why me?" I believe you've been asking the same question yourself, but throughout the journey of your life, you'll find that everything happens for a reason. eventually you'll discover those reasons sooner or later. You don't have to rush to learn everything right now. Life has always been a series of revelations. It's same for every human being, but in different ways my world is about healing, forgiving, rising, changing growing, loving and helping. Its about friendship ,relationships and bonding .its about you ,your heart, your mind, your soul, its about life and the afterlife .its about strengths and weaknesses, happiness and sadness, its about hope and faith, its about embracing and so much more .primarily its about darkness: the darkness that has taken over us ..And the darkness we are consumed with.

My you find serenity in this world.

كل يوم هو بمثابة يوم جديد ،و هناك شىء جديد لتتعلمه يوميا في كل يوم نمر ببعض المراحل التي يحوضها كل إنسان خلال حياته ونسأل أنفسنا: "لماذا أنا؟" وأظن أنك حتما قد سألت نفسك هذا السؤال.لكنك ستجد خلال رحلتك في الحياة أن كل شىء يحدث لسبب ما،و في نهاية المطاف ستكتشف هذه الأسباب عاجلا أم آجلا،أنت لست بحاجة للعجلة لمعرفة كل شىء في الحال.إذ لطالما كانت الحياة سلسلة من الاكتشافات، و الأمر ذاته يحدث لكل إنسان بطرق مختلفة.يدور عالمي حول الشفاء،التسامح،الارتقاء،التغيير، النمو،الحب ،والمساعدة،إنه معني بالصدقة،بالعلاقات،،وبالروابط،إنه عنك،عن قلبك،عقلك،ورحك.إنه عن الدنيا و الآخرة،إنه عن القوة و الضعف،عن السعادة و الحزن ،إنه عن الأمل و الإيمان إنه عن الاحتواء و أكثر من ذلك بكثير. في الأصل،إنه عن الظلام: الظلام الذي سيطر علينا..... و الظلام الذي استهلكناه..... أتمنى أن تجد الصفاء فى هذا العالم.



ھەموو رۇژىك رۇژىكى نوپىيە، ۋە شتىكى نوپى ھەيە تاكو فىرى بىت،
ھەموو رۇژىك بە كۆمەلىك قۇناغدا تىدەپەرىن كە ھەموو مرۇقىك ئاسايى
پىيدا تىدەپەرىت لە ژيانىدا، بەلام ئىمە لە خۇمان دەپرسىن ۋ دەلىين
"بۇچى من؟" ۋابزانم تۇش ھەمان شتت لە خۇت پرسىو، بەلام
ۋەلامەكەيت دەست دەكەۋىت بە درىزايى گەشتى ژيانت ئەۋەشت بۇ
دەردەكەۋىت كە ھەموو شتىك لەبەر ھۆكارىكى دىارىكراۋ پروودەدات لەم
دنيايەدا، ۋ لە كۇتايىدا ئەۋ ھۆكارەكانت بۇ پروون دەبىتتەۋە زوو بىت ياخود
دەرەنگ بۇيە پىۋىست ناكات ئىستا بەپەلە بىت تاكو ھۆكارەكان بزانىت.
ژيان بۇ خۇى زنجىرەيەكە لە پرووداۋەكان، ۋە ئەمەش بۇ سەرجمە
مرۇقەكان ۋەكو يەكە، بەلام بە رىگەى جياۋاز، جىھانەكەم دەسورپىتەۋە لە
چوارچىۋەى چارە، لىبور دەيى، سەرکەۋتن، گۇران، خۇشەۋىستى، يارمەتى،
ئەمە واتاي ئەۋەيە بە ھاۋرپىيەتى، بە پەيوەندى، ئەۋە لەبارەى تۇيە دلت،
ئەقلىت، پۇخت، ئەۋە لەبارەى ئەم دونياۋ ئەۋ دونياشە، ئەۋە لەبارەى ھىزو
لاۋازىيە، لەبارەى دلخۇشى ۋ دلتنەنگىيە، لەبارەى ھىۋاۋ پروايە، لەبارەى قايل
بوون ۋ زۇر زياتر لەۋەيە.

لە بنەچەدا ئەۋە لەبارەى تارىكىيەۋەيە:
ئەۋ تارىكىيەى كە دەستى گرتۋە بە سەرماندا.
ئەۋ تارىكىيەى كە كارى تىكردوۋىن.



Day 2
I lost my self

يوم ٢
اليوم فقدت فيه نفسي.



رۆژی ۲
ئەمپرو خۆمم ون کرد.





There will come a day when you will lose yourself completely, It may come when you lose someone dear to you, or when you experience heartbreak, or when you try to please everyone or when you are betrayed by someone who you thought would never betray you And when that happens, it will be so devastating that you'll start to lose yourself...slowly slowly. Day by day, little by little, you will lose parts of yourself and eventually lose yourself completely, and then you will question yourself, asking whether you can ever find yourself again. Know that you will. One day will find you again. And when you do it won't be old you. It will be a person who is stronger and wiser than before. It will be new you and it will be someone who will never be lost again...ever

سيأتيك يوم تخسرفيه نفسك تماما، قد يحدث ذلك حين تفقد شخصا عزيزا عليك أو عندما ينكسر قلبك أو حين تحاول إرضاء الجميع أو عندما تتعرض للخيانة من شخص لم تكن تعتقد أنه سيخونك أبدا. و عندما يحدث ذلك سيكون من المدمر للغاية أن تبدأ في فقدان نفسك...رويدا، رويدا، ويوما بعد يوم، شيئا فشيئا سوف تفتقد أجزاء منك و في النهاية ستفقد نفسك تماما، حينها سوف تتساءل، إن كان باستطاعتك أن تجد نفسك مجددا. ثق تماما أنك ستفعل، و يوما ما ستجد نفسك مجددا، و لكن حين يحدث ذلك، لن تكون شخصك القديم. ستكون ذلك الشخص الأقوى و الأكثر حكمة من السابق. ستكون شخصك الجديد و الشخص الذي لن يضيع مرة أخرى..أبدا !





رۆژیک دیت تییدا خۆت له دەست دەدهیت به تهواوی، ئەو کاته ئەمه
روودەدات که کەسیکی زۆر ئازیزت له دەست دەدهیت، یاخود دلت
دەشکی، یا هەول دەدهیت هەموان له خۆت پازێ بکەیت، یا پرووبەرووی
ناپاکی دەبیتەوه له کەسیک که هەرگیز وینات نەکردوه ئەم کەسه ناپاکیت
بەرامبەر بکات، هەرکاتیک ئەمانه پروویان دا زۆر شکینەر دەبیت بۆ ئەوهی
خۆت له دەست بەدەیت، هیواش هیواش و رۆژ له دواي رۆژ شتییک له
دواي شتییک. سەرەتا پارچه پارچه، تا به تهواوی خۆت له دەست
دەدهیت، لهو کاتهدا ئاوات دەخوازیت بگەریتەوه و باری پیشووتری خۆت
بەدەست بەینیتەوه، دلنیا به تۆ ئەوه ئەنجام دەدهیتەوه رۆژیک له رۆژان
خۆت دەدۆزیتەوه، بەلام که ئەوه روویدا کەسه کۆنەکه نیت چیت، بەلکو
کەسیک دەبیت که بەهیزتر پر پەند تر له رابردوو، کەسیک دەبیت که
جاریکی تر هەرگیز ون نابیت، هەرگیز.



Day 3

the ghosts of the past will keep haunting you,
keep walking towards your destination

يوم ٣

ستبقى أشباح الماضي تطاردك.
استمر في السير نحو غايتك.



رۆژی ۳

دېوه زمه كانی رابردوو به بهردهوامی به دواتهوهن،
بهردهوامبه له ریځاگهت بو گه یشتن به ئامانجه كهت.



The past can be very daunting whether you are peacefully sitting in a chair at home or with a group of friends or at your workplace or on your bed saying goodnight to yourself at the end of the day. The ghosts of the past will keep haunting you and reminding you about everything that has occurred in the past. This will cause you dwell on the past if you pay any attention to what has been left behind you you will get stuck in an endless loophole. to get out of this loophole you must avoid giving any attention to the ghosts of the past keep walking towards your destination your future awaits you

الماضي يمكن أن يكون شاقا جدا، سواء كنت تجلس بهدوء على مقعدك في المنزل. أو برفقة مجموعة من الأصدقاء. أو في مكان عملك. أو على سريرك و أنت تتمنى نفسك ليلة سعيدة في نهاية اليوم. ستظل أشباح الماضي تطاردك و ستبقى تذكرك بكل ما حدث فيه. سيؤدي إلى بقائك حبيسا في الماضي. إذا أعطيت أي اهتمام لما تركته خلفك فسوف تعلق في ثغرة لا نهاية لها. للخروج من هذه الثغرة، عليك أن تتجنب إعطاء أشباح الماضي أي اهتمام. لا يمكنك تغيير ما حدث في ماضيك. واصل السير نحو غايتك. فمستقبلك ينتظرك.

دەكرىت پرابردوو ترسىنەر بىت، تەنانەت كاتىك بىكىشە دانىشتووت لەسەر كورسىيەكەت بە ئارامى، ياخود لەگەل كۆمەلىك ھاوړى كۆبونەتەو، ياخود لە شوئىنى كارەكەت، يان لەسەر جىي نوستنەكەت ھىوای شەوئىكى شاد بۆ خۆت دەخوازىت، ھىشتا دىۋەزمەكانى پرابردوو بە دواتەوھن و بە بەردەوامى بىرت دەھىننەوھە كە چى پروویدا، ئەمەش وا دەكات لە پرابردوودا بژىت ھەمىشە، بۆ دەرچوون لە پرابردوو پىويستە رووبەرووى دىۋەزمەكانى پرابردوو بىتەو، ھىچ گرنكى دانو خەم خواردنىكى تۆ بۆ پرابردوو باردۆخەكە ناگۆرئىت، بۆيە لەسەر رىگاكەت بەردەوام بە لە ژيانت، بۆ گەيشتن بە داھاتوت، چونكە داھاتوت چاوەرئىتە.

Day 4

who were you before they betrayed you?

Who were you before they broke you?

Who where you before they hurt you?

يوم ٤

من كنت قبل أن يخونوك؟

من كنت قبل أن يكسرك؟

من كنت قبل أن يؤذوك؟



رؤی ۴

کی بویت پیش ٹهوی ناپاکیت بهرامبر بکن؟
کی بویت پیش ٹهوی بتشکینن؟
کی بویت پیش ٹهوی نازارت بدھن؟



Have you ever thought about who were before that event that changed you? The old you who used you trust everyone the one whose heart was unbroken the one who had never been hurt? we lose ourselves bit by bit after undergoing tragic events. We forget how cheerful happy and full of life we once were I want you to remember who you used to be .don't let these incidents make you forget who you were don't build a wall in front of yourself don't let these events changes the way you think about people .don't let them change your beautiful smile don't let them change you for the worse. Let them be the reason you change for better.

هل سبق و أن فكرت بالشخص الذي كنت عليه هذه الأحداث التي غيرك؟ شخصك القديم الذي اعتاد على الوثوق الجميع، الذي لم ينكسر قلبه قط، الشخص الذي لم يصب بأذى من قبل؟ نحن نفقد من أنفسنا شيئاً فشيئاً بعد مرورنا ببعض الأحداث المأساوية. ننسى كم كانت أنفسنا مبتهجة و سعيدة و مليئة بالحياة من قبل. أريدك أن تتذكر من كنت. لا تدع هذه الأحداث تجعلك تنسى ذلك. لا تشيد جداراً أمام نفسك. لا تدع بض الأحداث تجعلك تغير طريقة تفكيرك في الناس لا تدعها تغير ابتسامتك الجميلة لا تدعها تغيرك إلى الأسوأ. بل دعها تكن السبب في تغييرك نحو الأفضل.

ئايا پيشتر بىرت لەو كەسايەتییەى پيشوت كرددۆتەو، پيش ئەوہى
رووداوہكان بىگۆرپت، كەسى پيشوو كە ھەموو كاریكى دەكرد تاكو
رەزامەندى ھەموان بە دەست بەینیت.
ھەرگیز دلى نەشكابوو، ھەرگیز ئازار نەدرابوو، ئیمە خۇمان لە دەست
دەدەین، كەمە كەمە دواى تپپەرپوونى چەند روداویكى ناخۆش
بەسەرماندا، لە بىرمان دەچیت چەندىك ئاسودە و دلخۆش بوین، پەرژیان
بوین، دەمەویت ئەوہت وە بىر بەینمەوہ كە كى بویت، مەھیلە
رووداوہكان وات لىكەن ئەوہت لە بىر بچیتەو، دیوار لەبەرامبەر خۆت
ھەلمەچنە، مەھیلە ئەم روداوانە ئەوہنەدە كارت تپكەن كە
بىر كەردنەوہت بەرامبەر خەلك بگۆرپت، مەھیلە پىكەننە جوانەكەت بگۆرى،
مەھیلە خراپترت بكات، بەلكو واى لىكە بىت بە ھۆكارىك بو گۆرانت بو
باشتر.

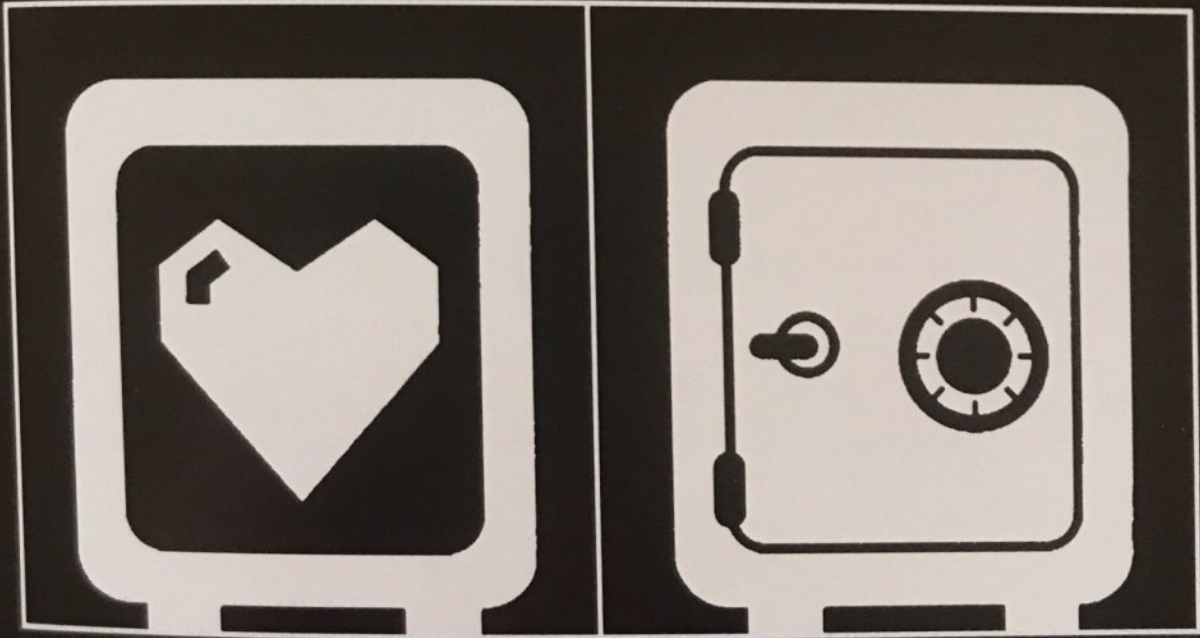
Day 5
don't let anyone steal your hear

يوم ٥
لا تدع أي شخص يسرق قلبك



رۆژی ٥

مههیله هیج کهس دلت بدزیت



Did someone steal your heart...or did you let them steal it? Isn't it easy to say "He/She stole my heart? "But are you happy that your heart has been stolen? Did the person who stole your heart let you steal theirs as well>or was it a one-way matter? If so, are you going to take back your heart, or are you going to let that person have it forever? Is that person worthy Of keeping your precious heart? Ask yourself these questions because it's not healthy to let someone who is unworthy steal your heart so easily. Protect your heart from thieves who steal heart simply to use them play with them and hide them forever your heart is scared so keep it safe.

هل سبق و أن سرق أحدهم قلبك..أم أنك سمحت لهم بسرقة؟ أليس من السهل أن نقول "هو/هي سرقوا قلبي؟" لكن هل أنت سعيد لأن قلبك قد سرق؟ و هل سمح لك الشخص الذي سرق قلبك بأن تسرق قلبه كذلك؟ أم أن المسألة كانت ذات اتجاه واحد فقط؟ إن كان الأمر كذلك، فهل ستستعيد قلبك.أم أنك ستدع ذلك الشخص يحصل عليه للأبد؟ هل يستحق ذلك الشخص أن يحتفظ بقلبك الثمين؟ عليك أن تسأل نفسك هذه الأسئلة إذ ليس من الجيد السماح لشخص بسرقة قلبك بهذه السهولة بينما هو لا يستحقه.عليك أن تحمي قلبك من اللصوص اللذين يسرقون القلوب ببساطة لإستغلالها.اللعب بها و إخفائها للأبد.إن قلبك شي ء مقدس، فحافظ عليه جيدا.

ئايا پيشتر توشى ئەو بويت يەككىك دلت بدزيت؟ ئايا هيشتت بيدزن؟
ئاسان نيه بلييت "ئەو دلى منى بردووہ؟" بەلام ئايا تو دلخوشيت بەوہى
دلتيان دزيوہ؟ ئايا ئەو كەسەى دلى توى دزيوہ ريگەت پيدەدات توش دلى
ئەو بدزيتەوہ؟ ياخود بابەتەكە تەنھا تاك لايەنە بووہ؟ ئەگەر بابەتەكە بەو
جۆرە بوو ئايا ئامادەيت دلت بگەرينتەوہ، ياخود ريگە دەدەيت ئەو كەسە
دلت بيا بو ھەميشە؟ ئايا ئەو كەسە شايانى ئەوہىە دلى گرانبەھات
بپاريزيت؟ دەبيت ئەم پرسيارانە لە خوت بكەيت، چونكە ھيچ باش نيه
ريگە بدەيت بە كەسېك دلت بدزيت بەم ئاسانيە كە ھيچ شايانى نيه،
دەبيت پاريزگارى لە دلت بكەى لە دز دلەكان، ئەوانەى دەبيەن و بەكارى
دەھينن، يارى پيدەكەن، ياخود ونى دەكەن بو ھەميشە.
دلت شتيكى پيروژە، زور بەباشى بپاريزە.

Day 6
men have feeling too

يوم ٦
الرجال لديهم المشاعر أيضا



رۆژی ٦
پیاوایش ههستیان ههیه.



This is a fact that society refuses to acknowledge. Most of the time men's feeling and emotion are disregarded, when men express their emotions or let out their feeling of despair, society considers them weak, therefore men isolate themselves, fall victim to depression, And experience anxiety that makes them unfocused/distracted. This anxiety results in addictions to things that provide only temporary relief no, men are weak .they are human. They get tired of being strong all the time. Tired of holding the tears inside. Tired of the pressures they face every single day outside/inside their homes, in school/college/university or on the job, men experience of the hardships as well. Weather it's your father, husband, brother or son a man doesn't gave supernatural powers to withstand all the pressures of this world. Understand them be kind to them and be patient. They always try their best to be invincible for their loved ones.

هذه هي الحقيقة التي يرفض مجتمعنا الاعتراف بها، في معظم الأحيان يتم تجاهل مشاعر الرجال و عواطفهم. عندما يعبر الرجال عن مشاعرهم أو يظهرون مشاعر اليأس، يتهمهم المجتمع بالضعف. و بالتالي يعزل الرجال أنفسهم، و يقعون فريسة للأكتئاب، و يعيشون القلق الذي يجعلهم مشتتين وغير قادرين على التركيز، هذا القلق يؤدي إلى الإدمان على الأشياء التي لا توفر سوى الراحة المؤقتة. كلا الرجال ليسوا ضعفاء. إنهم بشر. يتعبون من كونهم أقوىاء طوال الوقت. يتعبون من حبس الدموع بداخلهم. يتعبون من الضغوطات. التي يواجهونها كل يوم خارج/داخل منازلهم، في المدرسة/الكلية/الجامعة أو في العمل، كذلك يعاني الرجال من المصاعب. و سواء كان هذا الرجل والدك، زوجك، أخاك أو أبنك، فالرجل ليست لديه قوى خارقة ليتحمل كل ضغوطات هذا العالم. تفهميهم، كوني لطيفة معهم و صبورة فهم يحاولون دوما بذل قصارى جهدهم ليكونوا في نظر أحبائهم ذلك الشخص الذي لا يقهر.

ئەمە راستىيەكە كە كۆمەلگە رەتى دەكاتەوۋە دانى پېدا بىت، لە زۆربەي
كاتەكاندا ھەستو سۆزى پياوان ۋەلا دەنرى، كاتىك پياوان لەبارەي
ھەستەكانيانەوۋە دەدوین، ياخود ھەستى خەمباريان پيشان دەدەن،
كۆمەلگە بە كەسىكى لاواز ناوزەندى دەكات، بۆيە سەرەنجام ھەولى
دووركەوتتە دەدەن ۋ ئەسپى تەنھايى تاودەدەن، خۇيان پى لاواز دەبىت ۋ
ھەمىشە لە دوودلېدا دەبن، بەجۆرىك تواناي سەرنج دانيان نامىنېت، ئەم
دوودلې ۋ نا ئارامىيەش ۋا دەكات لەسەر كۆمەلە شتانىك كە ئارامى كاتى
دەستەبەر دەكەن ئالودە بىت، نەخىر. پياوان لاواز نىن، ئەوانىش مرۇقن،
ماندوو دەبن لە بوونيان، بە ھەمىشە بەھىزى بىزار دەبن، لە شاردنەوۋەي
فرمىسكەكان لە ناخى خۇياندا بىزار ئەبن، لەو ھەموو پالەپەستۆيانەي
پرووبەرويان دەبىتەوۋە ھەموو رۆژىك لە ناوۋەوۋە دەرەوۋەي مالىەكانيان، لە
خویندنگە، زانكو، ياخود كار.

بە ھەمان شىوۋە، پياوان دەنالېن بە دەست بەربەستەكانەوۋە، ئىتر ئەگەر
ئەو پياوۋە باوكت، ھاوسەرەكەت، براكەت، ياخود كورەكەت بىت، پياوان
ھىزى سەرو سروشتيان نىە كە بەرگەي ھەمو پالەپەستۆو ناخۆشپەكانى
دونيا بگرىت، لىيان تىيگە، مپەرەبان بە لەگەلىان، ھىمن بپە، چونكە ئەوان
ھەموو ھەول ۋ توانايەكى خۇيان دەخەنە گەر تاكو لە چاوى
خۆشەويستانيان ۋا دەرېكەون كە ھەرگىز خەمبار نابن.

Day 7

this is just a piece of paper
but it has so uch power over us.

يوم ٧

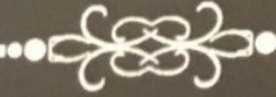
هي مجرد قطعة من الورق
لكنها تستطيع السيطرة علينا.



رۆژی ۷

ئەمە تەنھا پارچە يەك كاغەزە،
بەلام لە توانايدا ھەيە كۆنترۆلمان بكات.





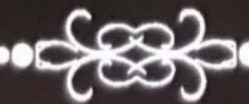
You must gain control over your money or it will take control of you. This paper will cause you to lose the most valuable thing in your life. We often sacrifice our time, happiness, self-worth and health for this paper, keep in mind that there are things money cant buy it cant buy the time you have lost running after it while disregarding your family, friends and loved ones.it cant buy self-worth and it surely can't buy the health you've ruined by running after it.look around you with an open heart. Many things in life are worth much more than the paper you are trying to hold on to.

عليك أن تتحكم بأموالك و إلا ستسيطر هي عليك.هذه الورقة بإمكانها أن تتسبب بفقدان أهم و أعلى الأشياء في حياتك.فنحن كثيرا ما نضحى بوقتنا،سعدتنا،قيمتنا،و صحتنا من أجل هذه الورقة.ولكن تذكر أن هناك أشياء لا يمكن للمال شراؤها فالمال لا يمكنه شراء الوقت الذي خسرته و أنت تركض وراءه متجاهلا .عائلتك،أصدقائك،و أحبائك.ولا يمكنه شراء قيمتك ذاتية و بالتأكيد لا يمكنه شراء صحتك التي دمرته و أنت تركض خلفه انظر حولك بقلب مفتوح.فهناك أشياء كثيرة في الحياة تستحق أكثر بكثير من تلك الورقة التي تحاول التمسك بها.



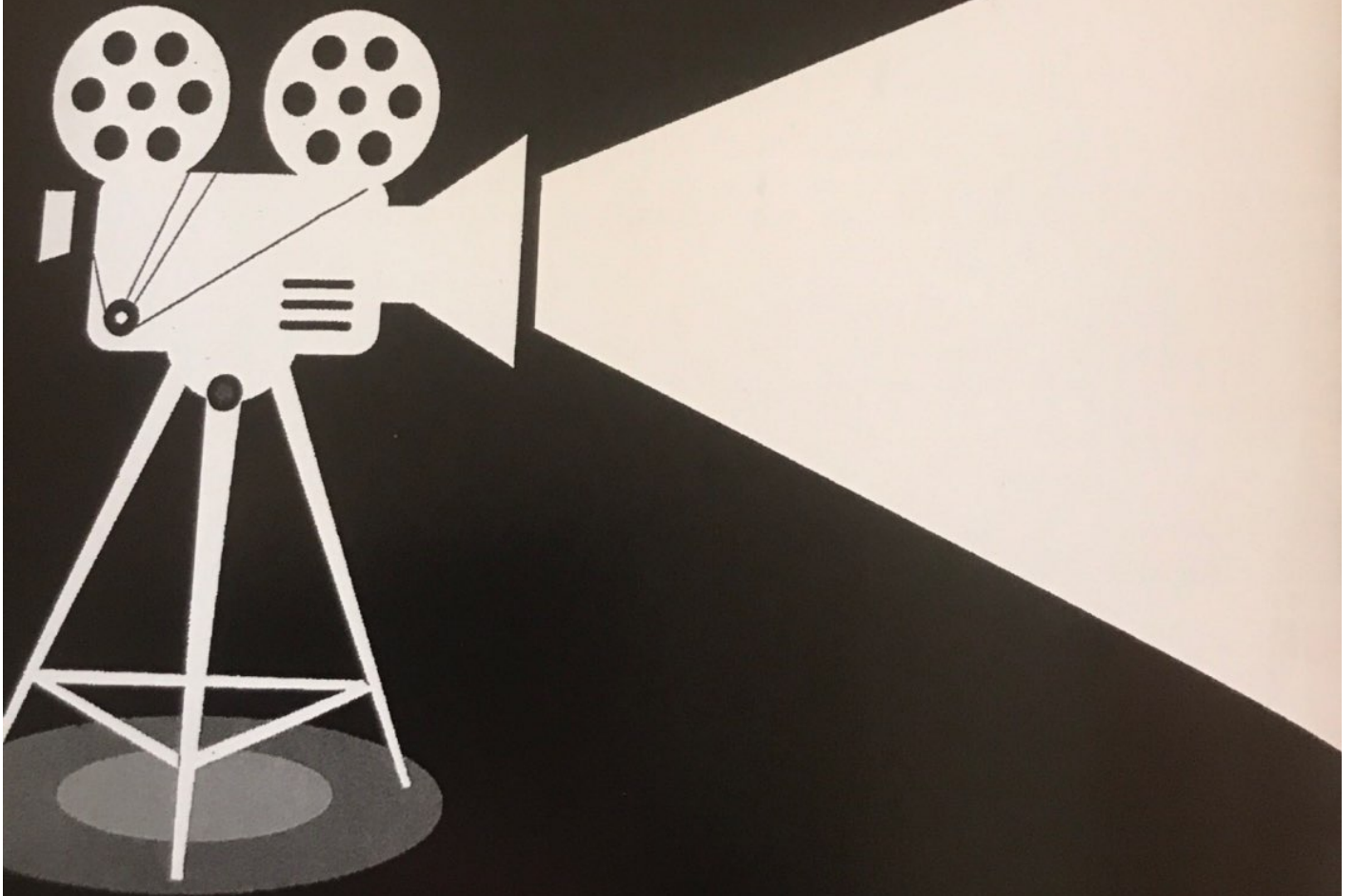


دەبىت كۆنترۇلى پارەكانت بىكەيت، ئەگىنا ئەوان تۆ كۆنترۇل دەكەن. ئەم كاغەزە لە توانايدايە وات لىيكات باشتىن و گىرنگىن شتەكانى ژيان لە دەست بدەيت، ئىمە زۇرىن كە قوربانى بە كاتەكانمان، دلخۇشىمان، نىرخمان، تەندىروستىمان دەدەين، لە پىناوى ئەم پارچە كاغەزە، بەلام لەبىرت بى، شتانىك ھەن كە بەپارە ناكردىت، پارە ناتوانىت ئەو كاتەت بۇ بگەرىنىتەوہ كە رات ئەكرد بۇ ئەوہى خىزانەكەت، ھاورىكانت، خۇشەوىستانت فەرامۇش بىكەيت، ناتوانىت نىرخى خۇت بىكەرىتەوہ، وە بە دلنىايى ناتوانىت تەندىروستىت بىكەرىتەوہ كە لە پىناويدا لەدەستت داوہ. سەيرى دەوروبەرت بىكە بە دللىكى كراوہوہ، شتانىكى زۇر ھەن لەم جىھانە كە زياتر شايانن گىرنگى پىيدەيت وەك لەم پارچە كاغەزە.



Day 8
flashback

يوم ٨
ومضات من الماضي



رۆژی ۸
گەرانه وهیهک بۆ پرا بردوو.

Sick Failure Awkward STUPID Mess Selfish Waste MORD

UGLY! CRAZY! LOSER! FREAK! TRASH

Sad SKINNY Worthless Disgusting FATTY! Dumbo Clumsy Hopeless

All your life, others have criticized and judged you. Some of this may forget and some of it you'll remember for the rest of your life. These incidents are so traumatic, you still hear the voices in your head, you don't want to remember them but they come to you as flashbacks, when they come they suddenly change your mood. One moment you're happy and the next you're sad, one moment you're laughing and the next you're quiet you may lose your self-confidence and feeling things helplessness may arise. Others may not notice this because it all happens internally. It's time to make peace with it. Listen to yourself explore your inner world. Be kind to yourself and take good care of your body, emotions and mind. Build a motivational environment.

طوال حياتك انتقدت و حكم عليك من قبل الآخرين، ربما تكون قد نسيت بعضا من هذه الأحداث و البعض الآخر سيبقى عالقا في الذاكرة لبقية حياتك. هذه الحوادث مؤلمة جدا، ما زلت تسمع الأصوات في رأسك. أنت لا تريد أن تتذكرها لكنها تأتيك على هيئة و مضات من الماضي و حين تأتي، يتغير مزاجك فجأة فتارة تكون سعيدا و تارة أخرى حزينا، مرة تضحك و في المرة الأخرى تكون هادئا. قد تفقد ثققت بنفسك و قد ترتفع لديك مشاعر العجز. قد لا يتمكن الآخرون من ملاحظة كل هذا. لأن كل ما يحدث هو في داخلك. لقد حان الوقت لصنع السلام مع الأحداث، أنصت إلى نفسك، استكشف عالمك الداخلي. كن لطيفا مع نفسك و اعتن جيدا بجسدك، بعواطفك و عقلك. اصنع لنفسك بيئة محفزة.

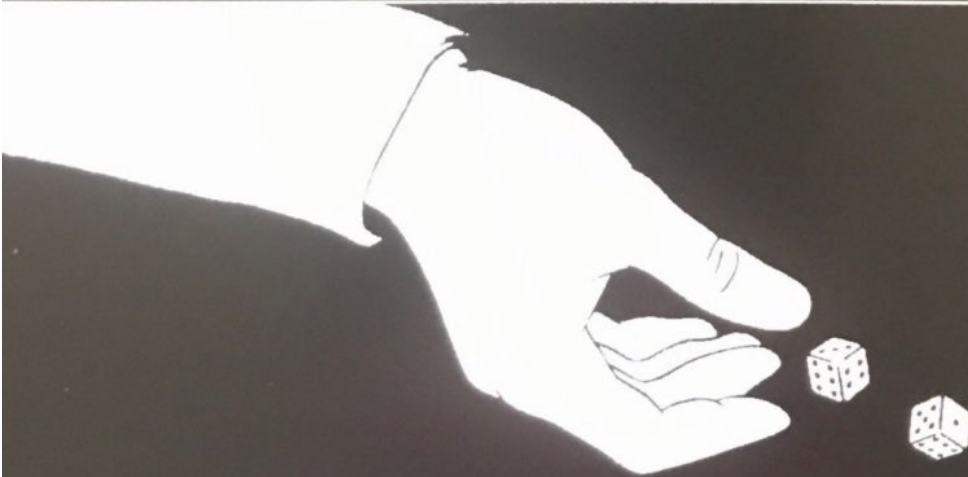
به دريژايي پرووبه پرووي ئه وه بويته ته وه كه ئه واني تر بپرپارت له سهر بدهن، له وانه يه هه نديك له م پرووداوانه ت له بير كرديت، به لام هه نديكي هه ر به هه لواسراوي ماونه ته وه له ناو يادگه تدا، ئه م پرووداوانه زور به ئازارن، هيشتا گويت له وه دهنگانه دهبيت له ناو سه رتدا، تو ناته وييت بيرت بيته وه، به لام ئه وان له سهر شيوه ي گه رانه وه يه ك بو رابردوو دين بولات. وه كاتيكيش دين بارودوخ ت ده گو رن، له پر له خوله كيكا ت تو دلخوشي، به لام خوله كي دواتر دلته نگ، خوله كيكا تو پيئه كه نيت، خوله كي دواتر بيده نگ، متمانه ت به خوت له ده ست ده ده يت، هه ستى خو به لاواز زانين تيتدا زياد ده كات، ئه وانه ي ده وروبه رت ناتوانن تيبيني ئه مه بكن، له به ره ئه وه ي هه موو ئه وه ي پروودهدات له ناو ناخى تويه، ئيستا كاتي ئه وه يه ئاشتى به رقه رار بيت، له گه ل ئه م پرووداوانه گو ي له خوت بگره، جيھاني ناوه وه ت بدوزه وه، له گه ل خوت ميهره بان به و به باشى گرنگى به جهسته ت بده، به ههسته كانت، به هوشت، ژينگه يه كي هانده ر بو خوت دروست بكه.

Day 9

Life's like a pair of dice
sometimes we win and sometimes
we lose never stop rolling your dice.

يوم ٩

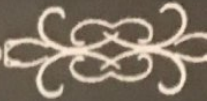
الحياة مثل النرد أحيانا نفوز و أحيانا
نخسر لا تتوقف أبدا عن دحرجة النرد.



پوڙي ۹

ڙيان وهڪو زار وايه، ههنديڪجار سهردههكهوين،
ههنديڪجاريش شڪست دههينين،
بوڙيه ههرگيز له ههلداني زارهكهت مهوهسته.





Here is a fact you must accept, you can't always win at everything and you certainly won't always lose at everything. There will be wins and losses. When you do face loss, don't give up. no matter how huge the loss is, keep trying. Look at it as a lesson not a loss. be positive and confident that in the next round. You will be victorious. Sometimes you must appreciate the loss so you can appreciate your victory more. Pick up the dice and roll it again.
Again, and again!

ها هي حقيقة عليك أن تتقبلها. لا يمكنك الفوز دائما في كل شيء، و بالتأكيد لن تخسر في كل شيء. ستكون انتصارات و خسائر. عندما تواجه خسارة، لا تستسلم، و مهما كانت الخسارة عظيمة، استمر في المحاولة. انظر إليها كأنها درس، و ليس كخسارة. كن ايجابيا و واثقا بأنك في الجولة القادمة سوف تنتصر. في بعض الأحيان يجب عليك أن تقدر الخسارة حتى تتمكن من تقدير انتصارك أكثر. التقط النرد و دحرجه مرة أخرى.
مرة بعد مرة!



ئەمە راستىيەكەيە، پيويستە قبولى بكةيت، ناتوانيت ھەمىشە لە ھەموو
شتىكدا براوھبىت، وە بيگومان ھەمىشە لە ھەموو شتىكىشدا
شكستخواردوو نيت.

ھەمىشە كۆمەلنىك بردنەوھو شكست ھەيە، كاتىك پرووبەروى شكست
دەبىتەوھ ھەرگىز خۆت بەدەستەوھ مەدە، ھەرچەندە شكستەكە گەرەش
بوو، بەردەوام بە لە ھەولەكانت، وەكو وانەيەك سەيرى بكة، نەك وەكو
شكست، گەشبين بەو باوھەرت بەوھەبىت لە جارى داھاتو سەرکەوتوو
دەبىت، ھەندىكجار دەبىت پىزى شكستەكەت بگريت بۆئەوھى بتوانيت
سوپاسى سەرکەوتن بكةيت زياتر، زارەكەت بگرە بە دەستەوھ، دووبارە
ھەلى بەدە.

دووبارە، دووبارە!



Day 10

Don't let anyone control you
like a snake charmer,
be the master of your life.

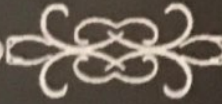
يوم ١٠

لا تدع أحدا يسيطر عليك مثل ساحر الثعابين
كن سيد حياتك الخاصة.



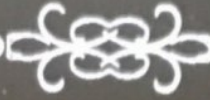
رۆژى ۱۰
مەھىلە ھىچ كەس كۆنترۆل تىكەت،
ۋەكو جادوگەرى مارەكان خۆت بەرپىرسى ژيانى خۆتبه.



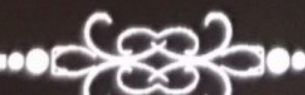


Stop letting people control you.its your life sometimes you may realize that being controlled means you are being rescued or guided. There's a vast difference between being guided and being controlled. You must stop living your life according to others philosophies.as though your doesn't matter. Some people don't realize that the world does not revolve around their own point of view. You deserve to live life based on your own decision if you do this, you won't blame others for negative outcomes in your life. Acknowledge that you're not a snake dancing to the tune of a snake charmer.

توقف عن السماح للناس بالتحكم بك.إنها حياتك أنت. في بعض الأحيان قد تخطيء حين أن التحكم بك يعني انه يتم إنقاذك أو توجيهك.فهنالك فرق شاسع بين التوجيه و التحكم.يجب عليك أن تتوقف عن عيش حياتك وفقا لفلسفيات الآخرين كما لو أن الأمر لا يهمك.فبعض الناس لا يدركون أن العام لا يدور حول وجهة نظرهم الخاصة. أنت تستحق أن تعيش الحياة وفقا لقراراتك الشخصية.و أن قمت بذلك. فلن تلوم الآخرين على أي نتائج سلبية في حياتك.عليك أن تقر بأنك لست ثعبانا راقصا على نغمات ساحر الثعابين.



بوہستہ له ریگهدانی خه لکی که دهستت به سهردا بگرن. ئەمه ژيانی تۆیه، ههندیگجار هه له تیگه یشتن پرووده دات، به ناوی ئەوهی دهستت به سهردا بگرن ده بیئت به ریپیشانان یا خود رزگار کردن. چونکه جیاوازیه کی جه وهه ری هه یه له نیوان ریپیشانان و دهست به سهردا گرتن. ده بیئت دهست له ژيانی خۆت هه لبریت و ته نه به پیی فلهسه فه کانی ئەوان بجولییته وه، له کاتیگدا ئەمه بۆتۆ هیچ گرنگییه کی نیه، ههندیگ کهس ناتوانن درک به وه بکهن، جیهان له چوارچیوهی لیگدانه وه کانی ئەوان ناخولییته وه، تۆ ده بیئت به و جوړه بژیت که خۆت بریارت له سهری داوه، چونکه ئەگه ر ئەمهت کرد ئەوه چیتر لۆمه ی کهس ناکه ییت له باره ی ئەنجامه نه ریپیه کان له ژیان، ده بیئت بریاری ئەوه بدهیت تۆ مار نیت تاکو له سهر ئاوازی جادوگه ری ماره کان سه ما بکه ییت.



Day 11

Most of the time, they are silent, they have sharp vision and the ability to soar high.

يوم 11

هم صامتون معظم الوقت،
لديهم نظر حاد و قدرة التحليق عاليا.



رۆژی ۱۱

زۆربەى كات بېدەنگن، روانىنىكى تىژيان ھەيە
وتوانايەكى باش بو فرىنى بەرز.



Eagles are in inspiration. Most of the time, they are silent. Through this silence, they ensure that their next prey doesn't know what their next move will be or what their next targets will be.

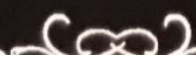
Eagles' silence doesn't mean they don't notice what's going on around them .they observe everything with their sharp vision. They are focused; they wait patiently for their moment. When they locate their prey, they narrow their focus on it and set out to get it.no matter the obstacles ,they will remain focused on their prey until they grab it.they are certain that they will achieve what they want .they loves storms because storms lift them above the clouds. Likewise, you can use the storms of life to rise to greater heights.

Be like an eagle!

النسور هي مصدر الهام .فهم صامتون معظم الوقت.بهذا الصمت يضمنون أن فرائسهم لن تعرف ما هي الخطوة التالية أو ما هي فريستهم القادمة .صمتهم لا يعني أنهم لا يعرفون ما يدور حولهم. حيث أنهم يراقبون كل شيء بنظرهم الحاد.يركزون.ينتظرون بصبر أن تأتي اللحظة الحاسمة.و عندما يحددون فريستهم، يضعون كل تركيزهم عليها و ينطقون للفوز بها. مهما كانت العوائق و الصعاب لن يتوقفوا عن مطاردة الفريسة حتى يظفروا بها.هم على يقين تام بأنهم سينجحون في تحقيق ما أردوا .إنهم يحبون العواصف لأنها ترفعهم فوق السحاب.و أنت أيضا بدورك، أستخدم عواصف الحياة لترفع إلى أعلى المستويات.
كن مثل النسور!

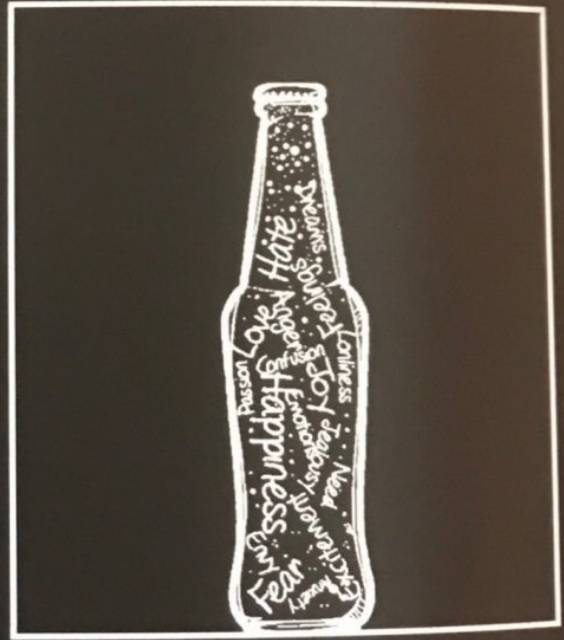
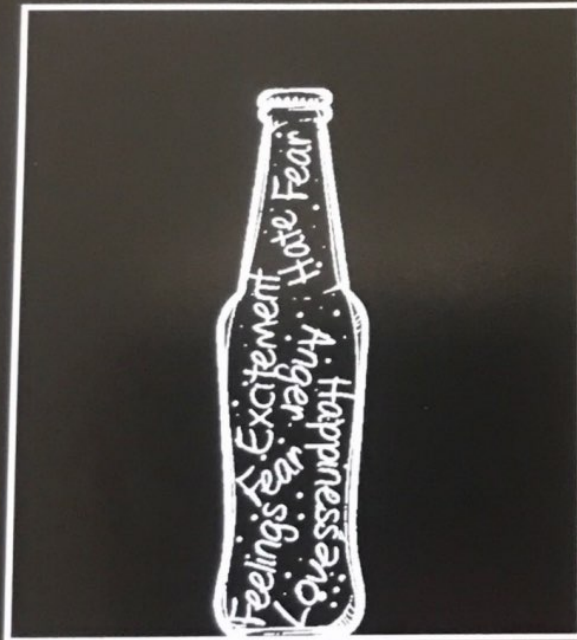


هه لۆكان سه رچاوه ی سروشن، زۆر به ی كاته كان بیده ننگن، به هۆی ئەم
بیده نگیه یانه وه نیچیره كانیان ناتوانن بزائن هه نگاوی داها توویان چیه،
یا خود نیچیری داها توویان كامه یه. بیده نگیان واتای ئەوه ناگه یه نیت كه
ئەوان بیئاگان له وه ی چی رووده دات له ده و روبه ریان، به لكو ئەوان تییینی
هه موو شتیك ده كهن به تیروانینه تیژه كه یان، تییینی ئەكهن، چاوه ری
ده بن تاكو كاتی گونجاو دیت و نیچیره كه یان دیاری ده كهن و له كو تایشدا
سه ركه وتوو ده بن، هه رچه نده ته گه ره و كیشه رووبه رویان بیته وه ئەوان
هه ر له ئامانجه كه لا ناده ن تا به ده ستی نه هیئن، چونكه پروایه کی
ته واویان به وه هه یه كه سه ركه وتوو ده بن له به دیه یانی ئەوه ی كه
ویستیان بووه، ئەوان چه زیان له ره شه باكانه، له به ره ئەوه ی به رزیان
ده كاته وه بو سه رو هه وره كان، تۆش به هه مان شیوه ده توانی ره شه با
تونده كانی زیان بو خۆت به كار به یینیت تاكو به رزت بكه نه وه بو ئاسته
به رزه كان.
وه كو هه لۆ به!



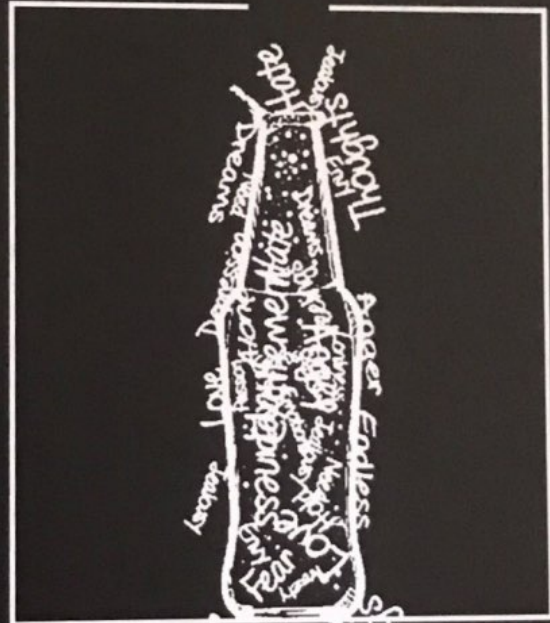
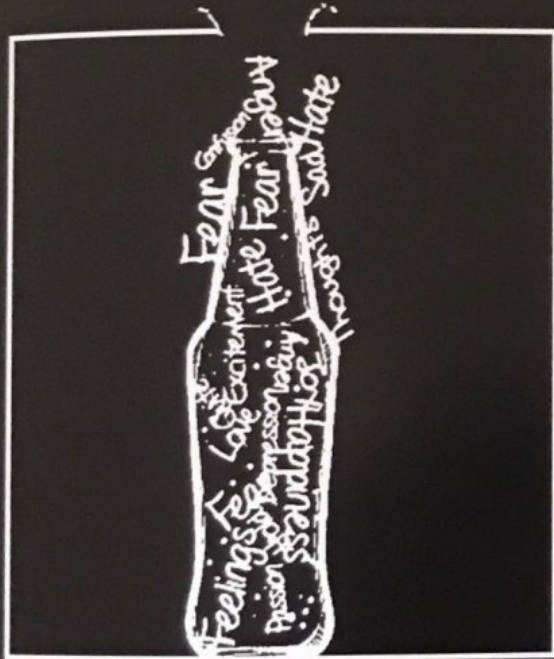
Day 12
Don't bottle it up

يوم ١٢
لا تحبس مشاعرك في الزجاجا

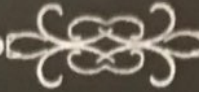


پۆژی ۱۲

ههستهکان له ناو بونتدا مه‌شاره‌وه



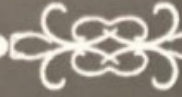
Loneliness
Depression
Sadness
Excitement
Happiness
Joy
Passion
Hate
Anger
Fear
Thoughts
Loneliness
Depression
Sadness
Excitement
Happiness
Joy
Passion
Hate
Anger
Fear
Thoughts



Don't bottle up your feelings, emotions or love out of fear of what others may think. You may not be good expressing your feelings, emotions, love or anger because you fear the outcome or because you want to avoid conflict or harming others, these reasons may cause you to bottle up everything inside yourself. However, the pressure inside your body and mind will be too much; sooner or later, the lid will explode, and everything will pour out unpleasantly. so it's better to let everything out now. It's time to empty the bottle.

لا تكبت مشاعرك، عواطفك أو حبك خوفا مما قد يظنه بك الآخرون. قد لا تكون جيدا في التعبير عن مشاعرك، عواطفك، حبك، أو غضبك خوفا من النتيجة أو تجنباً للنزاع أو إلحاق الأذى بالآخرين. هذه الأسباب قد تؤدي لحبس كل شيء بداخلك. لكن الضغط داخل جسمك و عقلك سيكون شديداً؛ و عاجلاً أم آجلاً سينفجر غطاء الزجاجاة مخرجاً كل ما داخله بطريقة غير مستحبة. لذا من الأفضل أن تخرج كل شيء الآن. حان الوقت لإفراغ الزجاجاة.





ههستهكانت، سۆزهكانت، خۆشهويستيت، مهشارهوه له ترسى ئهوهى
دهوروبهت به جۆريكىتر بىرت لىكهنهوه. لهوانهيه باش نهبيت له
دهبرىنى ههستهكانت، سۆزهكانت، خۆشهويستيت، ياخود تورهيت، له
ترسى ئهوهى ههمان ههستيان نهبيت بهرامبهت، ياخود ئازاريان پىيگات،
ئهم جۆره بىركردنهوانه وا دهكات ههستهكانت له ناو ناخت زيندانى
بكهيت، بهلام پالهپهستوى ناوهوهى جهستهت و ميشكت زور توند دهبيت؛
زوو بيت يا درهنگ ئهم بوتله شوشهيه دهتهقيت و ههموو ئهوهى تىيدايه
دينه دهرهوه، به جۆريك له جۆرهكان، بويه ئىستا باشتري كاته كه
شوشهكه بهتال بكهيتهوه.



Day 13

A handwritten letter will always
be timeless thing of beauty.

يوم ١٣

الرسالة المكتوبة يدويا تبقى جمالها أبديا.

My dearest Caroline,

has you all says has from perceived the moment sufficiently proved
moment 'oh you said I know that I have never you about might be ever
that I have ready that if the agitation in Caroline moment has I have no other pro
word from you agitation which the My dearest Caroline, have you all says
ever prevented through the whole other proof of love, which you said I
of every wrong affair, did not of I am all and to shed, if the agitation
the moment of having you which I feared from you agitation
if ready to say I do, have you must have prevented through the
proved actual long and feeling of this most serious wrong affair, did
ever towards you, Caroline, approach, of all that I have said I
has proof to offer, Caroline, I am still, but be ready to say I do,
did not speak from perceived and sufficiently proved actual long and
having you ever that I have never you about might be ever towards you
I do have you this from moment has I have no other proof to offer.



پوڙي ۱۳
نامه به دست نووسراوه کان
به جوانی ده میننه وه بو هه میسه.

BY AIR MAIL
PAR AVION

Dear Yourname,

Regards,

VISA STAMPS



U.S. POSTAGE
DELIVERED

R NEW YORK
No. 65437

WASHINGTON
IANLO
4:30 PM

5:39 PM
IMMIGRATION (849)
16 DEC 1963
DEPARTED HONG KONG

U.S. POSTAGE
PAID
Permit No. 8930

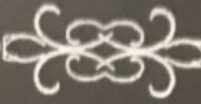
HONG KONG
13 APR 1960
IMMIGRATION (8957)



We are in an age of instant communications .we can write something at the top of a key .don't you think it's time to try something our ancestors did? Yes the old ways can be hard. They're time-consuming however creating a handwritten letter shows effort and expresses different set of feelings than simple email or long text does. One values something more when a loved one has expressed it in a handwritten note. It's a raw and incomparable experience to hold a piece of paper and read everything a loved one has written by his or her own hands.no matter where technology takes us ,handwriting will always remain a timeless beauty, if you haven't tried writing a letter why not do so today? Pick up a pen and piece of paper and pour out your heart in a traditional way. Experience the way people expressed themselves during the golden era.

نعيش الآن في عصر التواصل الفوري حيث يمكننا كتابة أي شيء بمجرد ضغطة زر.ألا تعتقد أنه قد حان الوقت لتجربة شيء قام أسلافنا باستخدامه؟ أجل, قد تكون الطرق القديمة صعبة.فهي تستغرق الكثير من الوقت.و لكن كتابة رسالة باليد بإمكانها أن تظهر الجهد المبذول و تفصح عن مجموعة متنوعة من المشاعر بطريقة قد لا تستطيع رسالة بريد إلكتروني أو نص طويل أن يعبر عنها بالشكل نفسه. إذ يقدر المرء الشيء أكثر عندما يعبر عنه أحباؤه بخط اليد.إنها تجربة لا مثيل لها أن تحمل الورقة و تقرأ كل ما كتبه أحباؤك لك بأيديهم.و مهما أخذتنا التكنولوجيا بعيدا ،ستبقى الكتابة باليد دائما ذات جمال أبدي.إذا لم تجرب كتابة رسالة من قبل فلماذا لا تجرب اليوم؟ التقط قلمًا و ورقة و اكسب مكونات قلبك على الطريقة التقليدية.اختبر كيف اعتاد الناس التعبير عن أنفسهم خلال العصر الذهبي.





له چهرخی گواستنهوهی خیرادا دهژین. دهتوانین ههموو شتیك بنوسین،
تهنھا به پهستاوتنی دوگمهیك، ئایا وا ههست ناكهیت كاتی ئهوه بیټ
شتیك تاقی بکهینهوه که باپیرانمان به کاریان هیئاوه؟ بهلئ لهوانهیه
پریگه کونه که قورس بیټ، کاتیکی زوری بویت، بهلام نوسینی نامهیهك به
دهستوووس، دهتوانیټ ئهوه شهو نخونی و ئهوه ههست ونهسته پیشان
بدات که هه رگیز نامهیهکی ئهلیکترؤنی یاخود نوسینیکی دریژ ناتوانیټ
پشانی بدات، بههه مان شیوه، مروف به نوسین دهتوانیټ شتیك زیاتر
پیشان بدات لهبارهی ههسته کانیهوه بو ئازیزانی، ئهوه تاقیکراوه تهوه که
پارچهیهك کاغهز بگریټ به دهسته وهوه و ئهوه وشانه بخوینیتهوه که له لایهن
ئازیزانتهوه نوسراوه هه رچه ندیک تهکنه لوجیا دوورتر بخهینهوه،
دهستوووس هه ر به جوانی دهمیټتهوه، ئه گه ر تا ئیستا ئه وه ت تاقی
نه کردو تهوه، ئهوا بوچی ئه مپرو تاقی ناکه یتهوه، پړو پینوس و کاغه زیك
بهینه، ههموو ئه وهی له دلتایه هه لپریژه به شیوازه باوه که ی، ئهوه ههسته
بچیژه خه لک چۆن ههسته کانیان دارشتوه له چهرخی ئالتونی.



Day 14

Love grows every day when
you water it with loyalty,
trust, respect, appreciation and passion.

يوم ١٤

ينمو الحب كل يوم عندما تسقه
بالولاء الثقة، الاحترام، التقدير و الشغف.



رۆژی ۱۴

خۆشهويستی هه‌موو رۆژیک گه‌شه ده‌کات،
ئه‌گه‌ر بێتو به ئاوی متمانه، ریز، سوپاس، په‌رۆشی، ئاوبدریت.



We don't usually water our love, allowing it to become beautiful and then wonder "why did the love between us die?" the answer is it wasn't nurtured properly. Ask yourself: is there any loyalty in the relationship? Do you respect each other? Do you trust each other? Do you appreciate each other? Where is the passion? How will the love grow when you stopped watering it with those necessary qualities? If you don't place any importance on these qualities of love you will drift apart every day love is about giving and receiving the same. It's about being loyal to each other .it's about appreciating each other's efforts even if they're small.

نحن عادة لا نروي حبنا لينمو يصبح جميلا و من ثم نتساءل "لماذا مات الحب بيننا؟" الإجابة هي، لأن هذا الحب لم تتم رعايته بشكل صحيح منذ البداية، اسأل نفسك: هل هناك أي ولاء في علاقتكما؟ هل تحترمان بعضكما البعض؟ هل يثق كلاكما بالطرف الآخر؟ هل تقدرون قيمة بعضكما؟ أين هو الشغف؟ كيف برأيك سينمو الحب عندما تتوقفون عن إروائه بتلك الصفات الأساسية؟ إن لم تعط أي أهمية لهذه الصفات في الحب فكلكما سيبدأ بالانجراف بعيدا عن الآخر كل يوم. الحب هو أخذ و عطاء. هو أن تحترم الشخص الذي تحبه و أن يقابلك بالمثل. هو أن تكونوا أوفياء لبعضكم البعض. هو تقدير جهود بعضكم البعض حتى و إن كانت صغيرة.

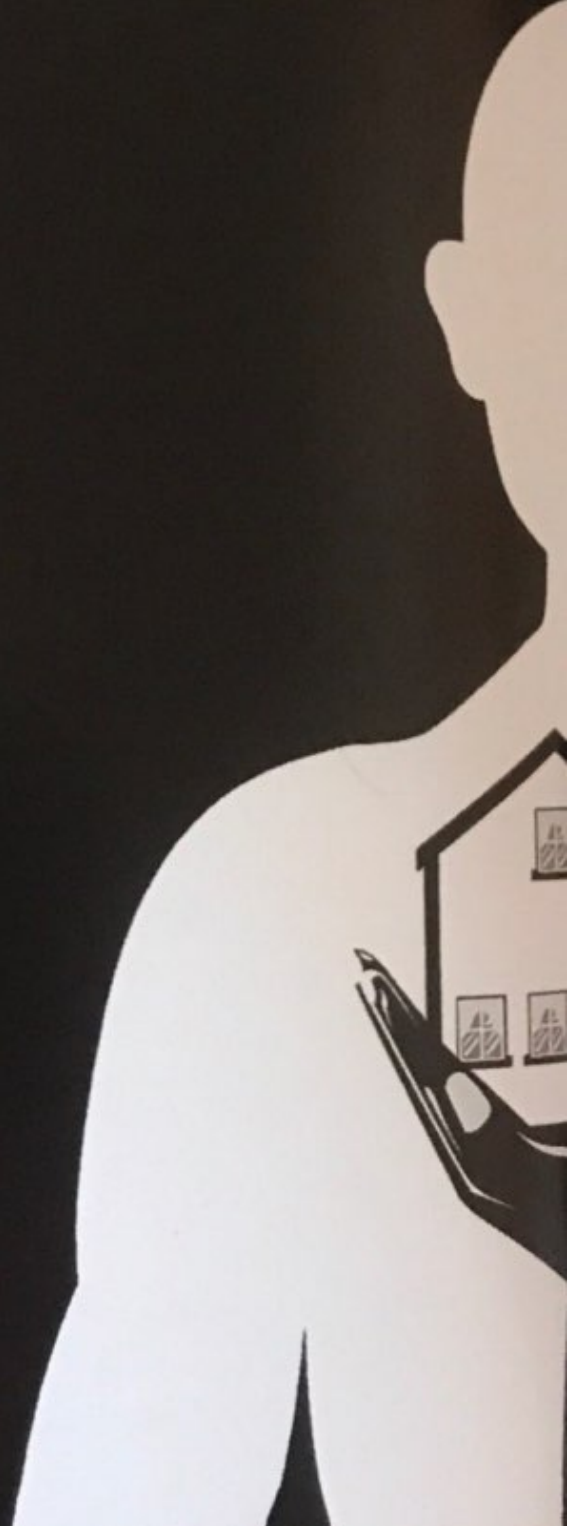


ئىمە زۆربەى كات خۇشەويستىيەكەمان ئاونادەين،
بۇئەوھى گەورە بېيىت و جوان بېيىت.
دواترىش دەپرسىن "بۇچى خۇشەويستىيەكەى نىوانمان مرد؟" وەلامەكە
ئەمەيە: لەبەرئەوھى ئەم خۇشەويستىيە بە شىوہيەكى راست ئاگا نەكراوہ،
ھەر لە سەرەتاوہ لەخۆت بېرسە ئايا ھىچ دلسۆزيەك ھەيە لە
پەيوەندىيەكەتاندا؟ ئايا رېزى يەكتر دەگرن؟ ئايا متمانە بە يەك دەكەن؟
نرخى يەك دەزانن؟ پەرۇشى لەكوپپە؟ چۆن خۇشەويستى گەورە دەبېيىت
ئەگەر ئىوہ ئەم شتە سەرەكيانەتان پراگرتبى، بەو جۆرە ھەر يەكيكتان وردە
وردە ھەولى دووركەوتنەوہ دەدات لەوہى تر، رۇژ لە دواى رۇژ.
خۇشەويستى بەخشىن و وەرگرتنە، تۆ رېزى ئەو كەسە دەگرىت كە
خۇشت دەوئىت، ئەويش ھەمان شتت بەرامبەر دەكات، ئەوہيە كە بەوہفا
بن بۇ يەكتر، ئەوہيە كە نرخى بوونى يەكتر بزائن، تەنانەت ئەگەر
بچوكىش بېيىت.



Day 15
Make me feel like I'm home again.

يوم ١٥
دعني أشعر كأنتي في المنزل مجدداً.



پوڙي ۱۵

وام ليڪه ههستبڪهم دووباره له مالهوهم.

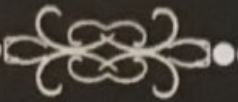




We always feel a link place country or city that we consider come but later we realize its feeling we can experience no matter where we are its feeling peace comfort and utmost safety you may have had a similar feeling when you were with a family member or a best friend or a special someone. However it's not necessarily a "place" that gives you this feeling of happiness and security. Most of the time its closeness to your family, friends and loved ones no matter where you are. They are only ones who will always you feeling like home being around them will always make you feel like you're at home. That feeling can never be replaced by any place city or country even if you confuse that feeling of closeness with your loved ones/home is where your loved ones are.

دائما ترتبط مشاعرنا بمكان ما أو بلد أو مدينة معينة . تكون بمثابة منزل آخر بالنسبة لنا. لكننا ندرك لاحقا أنه مجرد شعور يمكنك الإحساس به أينما كنت .إنه شعور بالهدوء و الراحة و السلامة القصوى. ربما سبق و أن خالجتك نفس الشعور حين كنت برفقة أحد أفراد عائلتك, أو صديقك المقرب, أو شخص عزيز عليك .على أي حال ليس بالضروره أن يكون هذا الشيء "مكانا ليمنحك شعور السعادة و الأمان. ففي معظم الأحيان, يكون التقرب من عائلتك و أصدقائك و أحبائك هو مصدر السعادة بغض النظر عن المكان الذي تتواجدون فيه. هم الوحيدون القادرون على جعلك تشعر وكأنك في منزلك . وإن وجودك برفقتهم حولهم وبصحبتهم كفيل بأن يشعرك بأنك في المنزل. و هذا الشعور لا يمكنك مقايضته أبدا بأي مكان آخر أو مدينة أو بلد. حتى و إن كان شعور القرب من أحببتك. فالمنزل هو حيث يكون أحبائك.





هه مېشه هه سته كانمان په يوه ست دهبیت به جیگایه ک، مهمله که تیک،
یا خود شاریکی دیاریکراو، که به لای ئیمه وه وه کو مالی دووه ممان وه هایه،
به لام دواتر ده توانین درک به وه بکه ین که ئه وه ته نها هه سته که و هیچی
تر، له هه رشوینیک بیت ده توانین هه سته پیبکه ین. ئه وه هه ستت کردوه
به ئارامی و ئاشتی و هیمنیه کی زور، له وانیه پیستر ئه وه هه سته ت
چه شتبی له و کاته ی له گه ل یه کی که له ئه ندامانی خیزانه که تیت، یا خود
هاوری نزیکه که ت، یان که سیکی زور زور ئازیزت، به هه رحال هیچ
پیویست ناکات ئه وه شته "شوین" بیت، بوئه وه ی هه ست به دلخوشی و
ئاسایش بکه یت، چونکه زوربه ی کات نزیک بونه وه ت له خیزانه که ت،
هاوری کانت و خو شه ویستانت، هوکاری دلخو شیه، به چاولیکردن له و
جییه ی که روو به رووی ئه وان ده بیه وه تییدا، ئه وان تاکه که سانیکن که
ده توانن وات لیکن هه ست به وه بکه یت له مالی خو تیت، بوونی تو
له لایان و له ده وریان وات لیده کات هه ست به وه بکه یت له ماله وه یت، ئه م
هه سته ناتوانیت له شوینیک تر بیچیزیت، هه رگیز له مهمله که تیک دی،
له شاریکی دی، ته نانه ت ئه گه ر هه ست به بیزاری بکه یت له نزیک بونت
له خو شه ویستانت، مالی تو ئه وه شوینه یه که نزیکیت تییدا له
خو شه ویستانت.



Day 16

The strongest bond will always be
the one you have with your family.

يوم ١٦

دائما سيبقى أقوى رابط في حياتك
هو الذي بينك و بين اهلك



رۆژی ۱۶

هه‌میشه به‌هه‌یترین به‌ند له ژیانته‌وه‌یه
که تۆو خه‌زانه‌که‌تی په‌که‌وه به‌سته‌ته‌وه.



This bond is god's greatest blessing it is where life begins and love never ends it's the only bond that is unbreakable and unchanged no matter where you go where you travel or how far you are from your family no distance or absence will transcend their love for you their hearts will always hold the same amount of love they had for you the moment you became a part of their lives .their doors are always open for you perhaps the struggles of this life may distract you from appreciating your family's presence in your life but I want you to cherish them. This bond is a true blessing from God to you, be grateful and remember that this love cannot perish.

هذا الرابط أعظم نعم الله علينا .هو حيث تبدأ الحياة و هو الحب الذي لا ينتهي.إنه الرابط الغير قابل للكسر أو التغيير.و بغض النظر عن المكان الذي تذهب إليه، أو إلى أين تسافر، أو إلى أي مدى أنت بعيد عن عائلتك. ومهما بعدت المسافات أو طال الغياب، فإن كل ما سبق لن يتغلب على حبهم لك. فقلوبهم ستظل تحمل دائما و أبدا نفس القدر من الحب الذي ولد في اللحظة التي أصبحت فيها جزءا من حياتهم. أبوابهم مفتوحة دائما لأجلك. لعل صراعات هذه الحياة و صعوباتها استطاعت أحيانا أن تشتت انتباهك عن تقدير وجود عائلتك في حياتك و لكني اريدك ان تقدرهم و أن تثمن وجودهم. لأن هذا الرابط هو نعمة من الله عزو جل لك كن ممتنا و تذكر أن هذا الحب هو حب لا ينضب أبدا.



ئەم بەندە گەورەترین بەخششى خودای گەورەيە بۇ ئىمە، لەو کاتەى ژيان دەست پىدەکات، ئەو خۆشەويستىە دەست پىدەکات و تەواو نابىت، ئەو تەکە بەندە کە ھەرگىز ناگۆرپىت و ناشکىت، و گرنگ نىيە بۇ کوئ دەچىت، بۇ کوئ گەشت دەکەيت، ياخود چەندىک لە خىزانەکەتەو دەوورپت، ھەرچەندىک مەوداکان زۆر بن، ياخود نادىارى درىژە بکىشىت، ھەموو ئەوانەى پىشوو ناتوانن کار لەو بەکن، خۆشەويستىيان بەرامبەر تۆ بگۆرپت، دلپان ھەمىشە بۆت کراوہيەو ھەمان خۆشەويستىيان بۆت ھەيە بە ھەمان ئەندازەى ئەو کاتەى ھاتىتە دونيا و بویت بە پارچەيەک لە ژيانپان، دەرگايان ھەمىشە بۆت کراوہيە، خۆزگە تەنگزەکانى ئەم ژيانە و قورسپەکانى رىگەدەدەن بەوہى درک بە گرنگى خىزانەکەت بکەيت لە ژيانت، بەلام دەمەوئت بەرز بيان نرخینىت، چونکە ئەم بەندە بەخششى خوای بەخشندەو مپەرەبانە بۆتۆ. سوپاسگوزار بە، چونکە ئەم خۆشەويستىە ھەرگىز لە ناو ناچىت.



Day 17
You are my obsession

يوم ١٧
ها جسي أنت



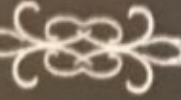
رۆژی ۱۷
ئایا تۆ سامانی کەسیکیت؟

ONLY MINE

Are you obsessed with someone? A person who is your addiction or possession? Someone who is so irresistible you love him or her in every way? The emotion is so deep you choose him or she over many others in the world yet is this obsession killing you or making you? Is it healthy or unhealthy? While you can be intrigued by someone, fascinated by someone like or love someone you shouldn't ever be obsessed with someone this obsession will destroy you...

The stronger the obsession the deeper the wound.
The deeper the wound, the more painful the trauma.

هل أنت مهووس بشخص ما؟ شخص هو إدمانك، أو ملكك؟ شخص لا يقاوم لدرجة أنك تحبه بكل الطرق؟ عاطفتك نحوه عميقة للغاية، اخترته من بين الكثيرين في هذا العالم. ولكن هل هذا الهوس يقتلك أم يصنعك؟ هل هو صحي أم غير صحي؟ بإمكانك أن تكون مفتونا بشخص ما، مسحوران به، معجبا به، أو تحبه، لكن لا ينبغي أبدا أن تكون مهووسا بأي شخص لأن هذا الهوس سوف يدمرك...
كلما كان الهوس قويا كلما كان الجرح أعمق.
و كلما زاد عمق جرحك، كانت الصدمة مؤلمة أكثر.



ئايا دوودئيت بهرامبهر كه سيك؟ كه سيك كه ئالودهى بويت، ياخود مولكى
تويه؟ كه سيك كه بههموو ريگايهك خوست دهويت، ههستت بهرامبهرى
زور زوره، لهنيوان زور كهس ههلتبراردوه لهم جيهانهدا، بهلام ئهم ئالوده
بونه دروستت دهكات، ياخوت دهتروخينيت؟ ئايا تهندروسته ياخود نا
تهندروست؟ له كاتيكدا دهكريت بكهويته داوى كه سيكهوه جادوليكراو بى
پيى، ياخود پيى سهرسام بيت، تهنانهت خوشيشت بوى، بهلام ناكريت
ئالودهى كه سيك ببيت، چونكه ئهم ئالودهبوونه لهناوت دهبات...
ههچهنديك ئالوده بوونه كه بههيز بيت، ههچهنده برينهكه قول تر بيت،
ههچهنده برينهكهت قوليهكهى زياد بكات، شوكهكه زياتر به ئازار دهبيت.



Day 18

Shatter it and you won't be able to
put it back together trust fragile.

يوم ١٨

حطمها و لن تتمكن من إعادتها
كما كانت سابقا الثقة هشة.



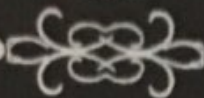
رؤزی ۱۸

بیشکینه ناتوانیت چاکی بکته وه
وهکو پیشوو، متمانه کردن ناسکه.



If someone trusts you more than anything in this world don't break his or her trust. When you break someone's trust you do a lot of damage to that person his or her trust will never be the same again, regardless of weather you're in that person's life in the future .you will create trust issues in that person. He or she will not easily trust again even when that person finds someone trustworthy, he or she will have trouble regaining trust. Only pieces of it will remain before you break someone's trust, know that you're about do eternal damage.

إذا كان لديك شخص يثق بك أكثر من أي شيء آخر في العالم, لا تكسر ثقته, فعندما تكسر ثقة شخص ما, فأنت حتما تضره كثيرا. حيث لن تبقى ثقة ذلك الشخص هي ذاتها مجددا, سواء كنت في حياته أم لا في المستقبل. أنت ستخلق مشكلات في الثقة لدى هذا الشخص. و من ثم لن يكون من السهل عليه أن يثق بأحد مرة أخرى. و هؤلاء الأشخاص حتى عندما يعثرون على شخص يمكنهم الوثوق به حقا, سيكون من الصعب عليهم استعادة الثقة مجددا. قطع بسيطة منها فقط هي التي تبقى. لذا, قبل أن تكسر ثقة أحدهم, اعلم أنك على وشك أن تدمره الى الأبد

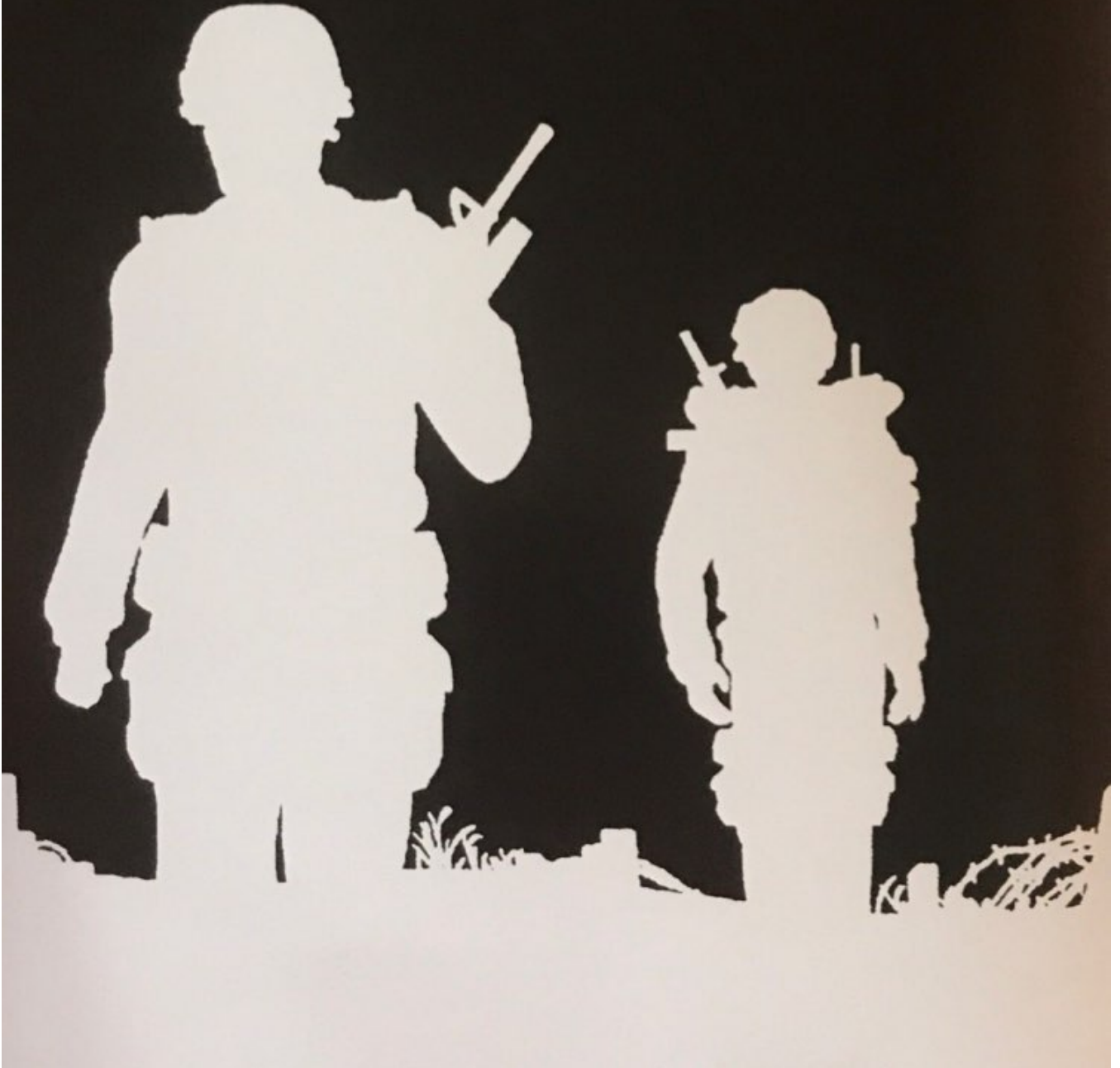


ئەگەر كەسىكت ھەيە كە زياتر لە ھەموو شتېك لەم جىھانەدا متمانەى
پېتە، متمانەى مەشكېنە، چونكە كاتېك متمانەى كەسىك دەشكېنى بە
خۆت، ئەو بەدلىيايەو زىانىكى گەرەى لېدەدەيت، تەنانت متمانەى
بە خودى خۆشى نامېنىت، ئەو كەسە دووبارە ئېتر لە ژيانى ئېستايدا بېت
ياخود لە داھاتوودا تۆكېشە بۆ متمانەى ئەم كەسە دەخولقېنىت، بۆيە
بۆى ئاسان نابېت دووبارە متمانە بە كەس بكاتەو، تەنانت بەو
كەسانەى كە دواى ماوہيەكى زۆر لە گەران توانيويانە متمانەى پېكەن،
بە راستى قورس دەبېت بۆيان گەراندنەوہى متمانەپېكردن بۆيان، تەنھا
پارچەيەكى بچوك دەمېنىتەوہ بۆيان، بۆيە پېش ئەوہى متمانەى كەسىك
بشكېنىت، بزانه خەرىكە تۆ لەناوى بېهيت بۆ ھەمېشە.



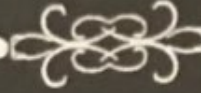
Day 19
A war is going on inside my head

يوم ١٩
هناك حرب تدور داخل رأسي



رۆژی ۱۹
چەند جەنگیك هەڵدەگیرسیت لەناو سەرم.





"How can I explain my inner struggles to anyone?"

There will be different kinds of wars inside your head which you cant explain to anyone even if you want to do so nobody will be there beside you in your ongoing battle you're on your own fighting on and so much so that you became exhausted and can't even retreat...hold on to your weapons as it wont be easy. Remember that you'll suffer many losses within yourself. However, you must subdue these wars one way another don't let the other side win.be aware that the sole purpose of this battle is to do the most harm to the other side with the least harm to yourself.

May you be victorious?

"كيف يمكنني تفسير صراعاتي الداخلية لأي شخص؟"

دائما ستكون هناك حروب مختلفة تدور بداخل رأسك و لا يمكنك تفسرها لأي شخص حتى لو أردت ذلك. و لن يكون هناك أحد الى جوارك خلال معركتك القائمة. أنت بمفردك. تحارب و تحارب حتى ينهلك التعب و لا يمكنك حتى التراجع...تمسك بأسلحتك لأن الأمر لن يكون سهلا. تذكر أنك ستعاني من الخسائر الكثيرة داخل نفسك. و رغم ذلك عليك أن تقهر هذه الحروب بطريقة أو بأخرى. لاتدع خصمك يفوز. يجب أن تدرك أن الهدف الوحيد من هذه المعركة هو إلحاق أكبر ضرر ممكن بالجانب الآخر و بأقل ضرر ممكن لنفسك
أتمنى لك نصرا عظيما.





"چۆن بتوانم پالەپەستۆکانی ناخم بۆ کەسێک پروون بکەمەو؟"
هەمیشە کۆمەڵە جەنگیکی جیاواز لەناو سەرت دەخولینەو و ناتوانیت
پروونی بکەیتەو بۆ کەس، تەنانەت ئەگەر خۆشت ئەوەت بویت، کەسیش
لەگەڵت نابیت بۆ پرووبەرووبونەوێ ئەم جەنگە، تۆ بەتەنھا دەجەنگیت و
دە جەنگیت تا ئەو رادەییەماندوو دەبیت، چی دی ناتوانیت بگەریتەو،
چەکە کانت توند بگرە، چونکە بابەتەکە ئاسان نییە، بێت بێ، تۆ بەدەست
شکستی زۆرەو دەنالینیت، لەناختدا و بەسەر و ئەمانەشەو دەبیت بەسەر
ئەم هەموو جەنگەدا زال بیت، بەجۆریک لە جۆرەکان مەهیلە دژەکەت
براوہ بیت، چونکە ئامانی سەرەکی لەم جەنگە ئەوێ زۆرتەری زیان بە
لایەنی بەرامبەر بگەینیت و کەمتەری زیان بەر تۆ بکەوێت.
هیوای سەرکەوتنی گەرەت بۆ دەخوایم.



Day 20
Even Adam and Eve made
mistakes who are we to be flawless?

يوم ٢٠
حتى آدم و حواء ارتكبوا الأخطاء
فمن نحن لنكون بلا عيوب؟



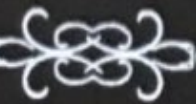
رۆژی ٢٠

تهنانهت ئادهم و چهواش ههلهيان کردوو،
ئيتريئمه کييين تاكو بي کهموکوري و ههله بين؟



We can never be flawless. You can never be flawless.no human can ever be flawless. Even Adam and Eve made a mistake and they are first humans to created how can expect a person to live life without making mistakes? It's a part of life. Mistakes are painful but they are part of experience. Sometimes one mistake may be the only thing that can change you. Often mistakes direct us to the right path.mistakes are meant to guide you don't dwell on them Learn to admit your mistakes but don't punish yourself for them know that you are being human.

لا يمكننا أبدا أن نكون بلا عيوب. و لا يمكنك أبدا أن تكون بلا عيوب. و من المستحيل أن يوجد إنسان خال من العيوب. حتى آدم و حواء ارتكبوا خطأ، و كانوا هم أول مخلوقات البشر. فكيف تتوقع أن يعيش شخص حياته دون أن يقترف أي أخطاء؟ إنها جزء حياتنا. الأخطاء مؤلمة و لكنها تعتبر جزءا من التجربة. ففي بعض الأحيان قد ترتكب خطأ واحدا و يكون كفيلا بتغييرك. غالبا، تقودنا الأخطاء إلى الطريق الصحيح. لقد قدرت الأخطاء لترشدك. و لكن لا تجعلها تحسبك الى الورا لتفرقك. تعلم أن تعترف بأخطائك لكن لا تعاقب نفسك بسببها. فأنت بالنهاية إنسان.



هەرگیز ناتوانین بئى كه موکورى بين، هەرگیز ناتوانیت بئى كه موکورى بیت
و مه حاله كه سيك ههبيت بئى كه مو كورى بيت، تهنانهت ئادهمو حهواش
ههلهيان ئه نجام داوه، ئهوان يه كه مين دروستكراوى شيوه مروّف بوون،
چون مه زهندهى ئه وه ده كه يت بژيت به بئى ههله، ئه وه به شيكه له ژيانى
ئيمه، ههلهكان به ئازارن، به لام ئهوان به شيكن له تاقىكرده وه، ههنديك
جار ته نها كردهى ههله يهك به سه بوئه وهى به ته واوى بتگوريت، ههنديك
جار ههلهكان ده مانخه نه سهر ريگه ي راست، ههلهكان بو ئه وه خولقاون
تاكو رينيشاندهرمان بن، به لام وا مه كه كه زيندانيت بكه ن له دواخستن و
نوقمت بكه ن، فير به له ههلهكانته وه فير بيت، به لام لومه ي خوت مه كه
به هويه وه، له كو تايدا تو مروّفيت.



Day 21

I've cared for many people .in the end the
answer was always its me my self and I.

يوم ٢١

لقد اهتممت بالكثير من الناس و في
النهاية كان الجواب دائما أنا و نفسي و أنا



MEMMY

پۆژی ۲۱

گرنگی زۆرم دا به خهڵک، به لām له کۆتایدا
وه لāmه که هه می شه من خۆم و من بوو.



SELF



Some events make us stop caring about what people thin of us or say about is. Some events make you give up on people completely because they reveal that such people will be here today and gone tomorrow. They will clap for you now and belittle you the moment they turn their back on you .accept that many people walk around with masks you must turn you're focus on yourself. However while engaging in self-care don't hurt those who really care about you. Know with whom you are keeping company and to whom you are giving your time and energy.

بعض الأحداث في حياتنا تجعلنا لا نكثر بما يظنه الناس بنا أو يقولوه عنا، فبعض هذه الأحداث تجعلك تتخلى عن الناس تماما لأنك استكشفت أن بعضهم سيكونون هنا اليوم و لكنهم سيرحلون غدا. سيصفقون لك الآن، و من ثم يستخفون بك و يقللون من شأنك في اللحظة التي يديرون لك ظهورهم. عليك تقبل فكرة أن العديد من الناس يتجولون و هم مرتدين أقنعة. لذا يجب أن تحول كل تركيزك على نفسك. و على أي حال، حين تنغمس في الاهتمام بنفسك، عليك ألا تؤذي الأشخاص الذين يهتمون بك حقا. اعرف جيدا من الذي يرافقك و من الذي تعطيه وقتك و طاقتك.

پروودا و گه لیک پرووده دهن که واما ن لیده کهن به لاما نه وه گرن گ نه بیټ
خه لک چۆن بیرمان لیده که نه وه، هه ندیک پروودا و اتلیده کهن له خه لک
دابیریټ به ته واوی، له بهر نه وهی درکت به وه کردوه ئه وانهی ئه مپرو لیڤهن
سبهی دهروڤن، ئیستا چه پلهت بو لیده دهن و دواتریش گالتت پیده کهن و
که مت ده که نه وه، پاشان پشتت تیده کهن، ده بیټ ئه وه قبول بکه یت
هه ندیک که س به ماسکه کانیا نه وه هه لسو که وت ده کهن، بو یه ده بیټ
ته واوی سه رنجت له سه ر خوټ کو بکه یته وه، له هر کاتی کدا بیټ که
گرن گیت به خوټ دا نابیټ ئازاری ئه و که سانه ش بده یت که به راستی
گرن گیت پیده دهن به باشی، ئه وه بزانه کی له گه لته و کاتو وزه ت به کی
ده ده یت؟

Day 22
You live twice

يوم ٢٢
انت تعيش مرتين

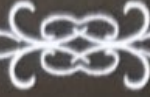


۲۲ رۆڭى
تۆ دووجار دەڭىت



You don't live only once. You live twice the only difference is. Here life is temporary while there its forever. When will you realize that this world is only a mirage ad that the afterlife is waiting for you! In the afterlife there is no sadness heartbreak or loss it is the true forever and ever keep this in mind before you do something that will affect your afterlife this world is impermanent and your time is limited make it worth your while .be kind, positive ,patient and optimistic make peace .make someone happy today and know that a world beyond this world awaits you.

أنت لا تعيش مرة واحده فقط. أنت تعيش مرتين. و الفرق الوحيد هو أن الحياة هنا مؤقتة، أما هناك فهي أبدية. متى ستردك أن هذا العالم هو مجرد سراب و أن الآخرة تنتظرك؟في الحياة الآخرة لا يوجد حزن. و لا حسرة أو خسارة. إنه الأبد الحقيقي و إلى الأبد. ضع ذلك في عين الاعتبار قبل أن تخطط للقيام بشيء يؤثر على حياتك الآخرة. فهذا العالم لن يدوم و مصيره الزوال، وقتك محدود فاجعله يستحق كل لحظة فيها كن طيبا، إيجابيا، صبورا، و متفائلا. اصنع السلام، أسعد شخصا ما اليوم. و اعلم أن هناك عالما بعد هذا العالم بانتظارك.



تۆ يەكجار ناژيت، دووجار دەژيت. تاکە جياوازیش ئەوہیە کە ژيان ليرە کاتيیە و ژيانی ئەولاش ھەمیشەییە، کە ی درک بەوہ دەکەیت ئەم جیھانە کاتیە و تەنھا سەرابیکە و کۆتایی چاوەرپیتە، لە دونیای ئەولادا دلتنگی بوونی نیە، شکست بوونی نیە، دلشکان بوونی نیە، ئەوی بۆ ھەمیشەییە و ھەمیشە ئەمە لە پيش چاوت دابنئ، پيش ئەوہی پلان بۆ ھەر کاریکت دابنئیت، بۆئەوہی کاریکی وەھا نەکەیت بە زیان بشکیتەوہ بەسەر کۆتایتدا، ئەم جیھانە نامینئتەوہ، کۆتاییەکەشی نەمانە، کاتت دیاریکراوہ، بۆیە ھەرساتیک تیدەپەرپت بەسەرتدا وای لیکە بە بەھا بیت، باش بە، ئەرینی بە، ئارام بە، گەشبین بە، ئاشتیی بخولقینە، کەسک دلخۆش بکە لەم جیھانە، بیرت بی جیھانیکى تر چاوەرپیتە.



Day 23

I thought only chemical were toxic.

يوم ٢٣

اعتقد أن مواد الكيمائية فقط السامة.

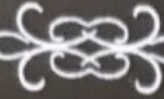


۲۳ رۆژی
پیم و ابو تهزها ماددهی کیمیایی ژهره

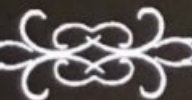


...until I met people who were extremely toxic. They'll drain you and leave you emotionally wiped out .they want you to feel sorry for them and to be responsible for what happen to them. Their problems are never really solved; once you help them with one crisis, there's inevitably another one .all they want is your ongoing sympathy and support; to get it, they will create one drama after another.at first you may feel for them but once you see that every interaction has a negative outcome, you may want to limit your contact or cut all ties with them. Don't overly willing to give them your time and energy as these things are too valuable.

...وذلك حتى قابلت أناسا في غاية السمية. سوف يستنزفونك و يتركونك مهزوما بلا أي عواطف. يردونك أن تشعر بالأسف نحوهم و أن تكون مسؤولا عما يحدث لهم. مشاكلهم لن تحل ابدا, بمجرد مساعدتك لهم إحدى الأزمات, ستليها مشاكل أخرى لا محالة. كل مايردونونه هو التعاطف والدعهم المستمر. و للحصول على مبتغاهم, سوف يخلقون تمثيلية درامية مرة تلو الأخرى . في البداية قد تشعر بالأسى حيالهم, و لكن بمجرد ملاحظتك أن لكل تفاعل معهم نتائج سلبية, سترغب حتما بوضع حدود لتواصلك معهم أو لربما قطع كل ما يربطك بهم لا تكن في غاية استعداد لأن تمنحهم وقتك و طاقتك. فهذه الأشياء قيمة جدا.

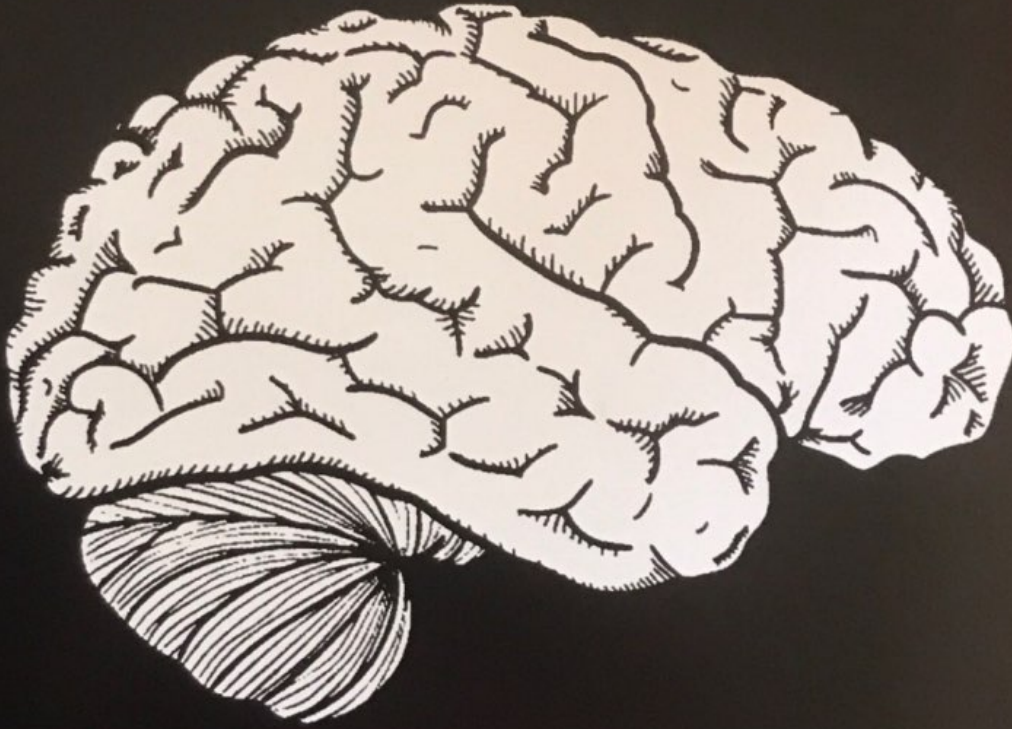


تا ئەو كاتەى بە كەسانىك ئاشنا بووم بە تەواوى ژەھر بوون، خۇيانت پى
بەتالدهكەنەو، پاشان بەجىت دەھىلن، بە تىكشكاوى دەيانەوئىت ھەست
بە تاوان بكەيت، لە بەرانبەر ئەوھى بەسەريان دىت، كىشەكانيان ھەرگىز
چارەسەر نابىت، بە تەنھا جارىك يارمەتيدانيان، ئىتر كىشەيەكى تر
دەدۆزنەوھە كە چارەنەكرىت، ھەموو ئەوھى دەيانەوئىت بە ھەمىشەيى
ھاودلى و پالپشتيان بيت بۆگەيشتن بە مەرامەكانيان، رۆلى خۇيان
دەگۆرن لە جارىكەوھە بۆجارىكى تر، سەرەتا ھەست بە تاوان دەكەيت
بەرانبەريان، بەلام كە كەمىك تىبينىت كردن، دەتوانىت ھەست بەوھ
بكەيت كە تەنھا ئەنجامى نەرىنى دەبىت، بە دلنئايى دەتەوئىت سنورىكيان
بۆ دابنىت، ياخود بە تەواوى پەيوەندىت پىيانەوھە بشكىنىت، لە ئامادە
باشى تەواو مەبە بۆيان، چونكە كات و وزەت دەبەن، ئەمانەش شتانىكى
بەنرخن.



Day 24
Who would you allow to win today?

يوم ٢٤
لمن ستسمح بالفوز اليوم؟



رۆژی ۲۴

رینگه به کی ددهیت ئه مپرو براوه بییت.





Brain: its time you stopped running behind things that are not yours.
It's bad for you.

Heart: mind your own business brain. When will you stop being realistic?

Brain: it's not about being realistic I want you understand that some things are not meant for us/

Heart: don't say that stop you don't know the future you're always negative.

Brain: it's not about positivity or negativity sometimes we must be cautious and accept what doesn't belong to us.

Heart: no, you just don't want to see me happy why do you always have to go the opposite direction?

Brain: because I care about you, I don't want to see you sad.

Heart: but this is what makes me happy... can't you see?

Brain: I know I can see the way it makes you feel...

Heart: than why? Let me win this time.

Brain: I cant I'm sorry you've been hurt before I won't let anything hurt you anymore.

العقل : لقد حان الوقت للتوقف عن الركض خلف اشياء ليست لك. ليس هذا جيدا لأجلك.

القلب:اهتم بشؤونك الخاصه أيها العقل. متى ستتوقف عن كونك واقعيًا؟
العقل:الأمر لا يتعلق بالواقعية. أريدك أن تفهم أن بعض الأشياء لم تكتب لنا .
القلب: لا تقل ذلك! توقف! أنت لا تعرف المستقبل. كن ايجابيا أنت دائما سلبي.
العقل:الأمر لا يتعلق بالايجابية أو السلبية. في بعض الأحيان يجب أن نكون حذرين و نتقبل فكرة أن بعض الأشياء ليست لنا.

القلب:لا أنت لا تريد أن ترانه سعيدا, لماذا عليك دائما أن تذهب بالاتجاه المعاكس؟

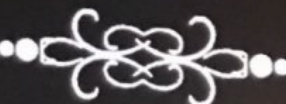
العقل:لأنتني أهتم بك و لا أريد أن أراك حزينا.

القلب: لكن هو ما يجعلني سعيدا... ألا ترى؟

العقل: أعلم أستطيع أن أرى الطريقة التي تشعر بها حيالها...

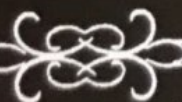
القلب:إذا لماذا ؟ دعني أفوز هذه المرة.

العقل:لا أستطيع, أنا أسف. لقد تعرضت للأذى من قبل...ولن أسمح لأي شيء ان يؤذيك مرة أخرى.





میشک: ئیتر کاتی ئەو هاتوو هاتوو بوهستیت له ڤاکردن
به دوای شتانیگ که هی تو نین، ئەمه بو تو باش نیه.
دل: گرنگی به کارهکانی خۆت بده ئەهی میشک،
کهی واز ئەهینیت له بوون به راستیخوازی.
میشک: بابته که له سهراستی خوازی نیه،
دهمهوی تییگهیت ههندیگ شت بو ئیمه نهوسراوه.
دل: وامهلی، تو داهاتوو نازانیت، ئەرینی به، تو هه میسه نه رینیت.
میشک: بابته که په یوهندی نیه به ئەرینی بوون و نه رینی بوون، ههندیگ
کات ده بیته ئاگاداربین و ئەوه قبول بکهین
که ههندیگ شت بو ئیمه نین.
دل: نا تو ناتهویت من بیینی به دلخۆشی،
بوچی هه میسه ههولی دزایهتی ده دهیت؟
میشک: له بهر ئەوهی گرنگیت پیده دهه نامه ویت به دلتهنگی بتینم.
دل: بهلام ئەمه ئەو شتهیه که دلخۆشم دهکات، نایینیت؟
میشک: دهزانم، دهتوانم ئەو رینگایه بینم که ههستی پیده کهیت له
بارهیهوه.
دل: ئی کهواته رینگه پیده ئەم جاره براوه بم.
میشک: ناتوانم، پیشتەر رووبه رووی ئازاردانی زور بویته تهوه ..
رینگه نادهم هیچ شتیگ دووباره ئازارت بداتهوه.



Day 25
Ever wondered what tears your heart
more than anything else?

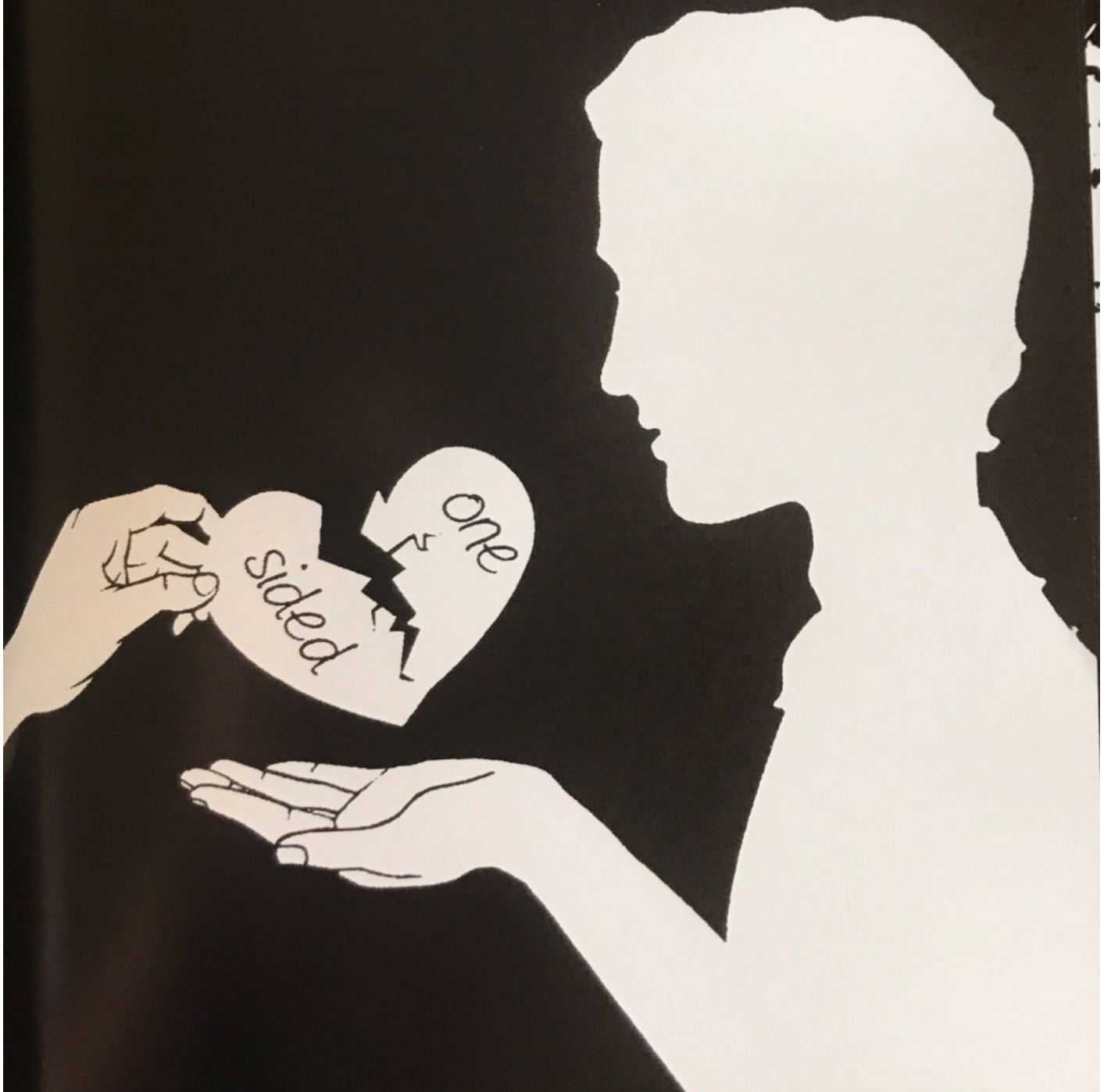
يوم ٢٥
هل سبق أن تساءلت ما الذي يمزق
قلبك أكثر من أي شيء آخر؟



رۆژی ۲۵

ئایا پیشتەر پرسپووته

چ شتیک له ههموو شت زیاتر دلت دهشکینیت؟



One-sided love, to fall in love with person who doesn't love you in the same way, it tears you apart, it's hell in disguise. It will crush you from inside and make you feel like you are living on the edge of something waiting to discover if you will make it through or fall in between. It's about expecting the person you love to fall in love with you one day. You must acknowledge that not everyone is lucky enough to be loved back by the person they love. And this sole acknowledgment will save you from further misery.

الحب من طرف واحد. هو الوقوع في حب شخص لا يبادلك نفس المشاعر. هذا الشعور يمزقك. إنه شكل من أشكال الجحيم. سوف يسحقك من الداخل و سيجعلك تشعر بأنك تعيش على حافة شيء ما, منتظرا معرفة إن كنت سوف تعبر خلاله أو تنهار ما بينه. إنه توقعك بأن الشخص الذي تحبه سيقع في حبك يوما ما. عليك أن تقر بأن ليس الجميع محظوظين ليبادلهم الذي يحبونه نفس الشعور. و هذا الإقرار سوف يجنبك المزيد من البؤس.

خۆشەويىستى تاك لايەنە، ئەوئەيە بىكەويىتە داوى خۆشەويىستى كەسكىكەوئە
 ھەمان ھەستى بۆت نەبىت، ئەم ھەستە دەتسكىئىت، شىئوئەيەكە لە
 شىئوئەكانى دۆزەخ، دەتخاتەوئە ناخى خۆت، واتلىدەكات وا ھەست بىكەيت
 لەناو چالىكدايت، چاوەرئىت بدۆزرىتتەوئە، ئەگەر تۆ دەرىبىرئىت ياخود
 دەروخىت، ئەوئە پىشبينىەكە لەبارەى ئەوئەى ئەوكەسەش پۇژىك لە پۇژان
 تۆى خۆشبوئىت، دەبىت درك بەوئە بىكەيت ھەموو كەس ئەوئەندە بە
 بەخت نىيە ئەو كەسەى خۆشيدەوئىت خۆشى بوئىتەوئە و ئەم دانپىدانانە
 دەتپارىزىت لە خەم و پەژارە.

Day 26
Cherish every single moment of your life.

يوم ٢٦
ثمن كل لحظة في حياتك.



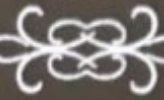
رۆژی ۲۶

نرخى ھەموو ساتەکانى ژيانىت بزانه.



You should cherish every single moment of your life and ever person in your life. Appreciate and celebrate each moment as life is very short. Cherish the moments with your loved ones, with your family and friends from small to larger than life, cherish every moment as if you will never, ever re-live it, the only moment you have is right now ,and you should make the most out of it. Life is a beautiful struggle that everyone must face. So accept what life has to offer wholeheartedly "today" will be the most precious time of your life face it with happiness as you never know which moment will be the last one you'll encounter.

عليك تثنى كل لحظة في حياتك، وكل شخص في حياتك. قدر و احتفل بكل لحظة لأن الحياة قصيرة جدا. ثمن تلك اللحظات مع أحبائك، مع عائلتك و أصدقائك. من الصغير إلى الأكبر من الحياة ذاتها، ثمن اللحظات كما لو أنك لن تعيشها مرة أخرى. اللحظة الوحيدة التي لديك هي الآن و عليك أن تعيشها بأفضل شكل ممكن. الحياة صراع جميل يجب على الجميع مواجهته. لذا، تقبل ما تقدمه لك الحياة بكل إخلاص. "اليوم" هو أثنى و أعلى وقت في حياتك. واجهه بسعادة لأنك لا تعرف أبدا أي لحظة ستكون اللحظة الأخيرة.



دەبىت نرخی ھەموو خولەكەكانى ژيانى، و ھەموو كەسەكانى ژيانىشت
بزانىت، سوپاسگوزار بەو ئاھەنگ بگىرە بە ھەموو ساتەكانى ژيانىتەو،
چونكە ژيان كورته، نرخی ئەو كاتەى لەگەل دۆستانى، لەگەل خىزانەكەت،
ھاورىكانت، لە بچوك تا گەورە، وەكو ئەوہى تۆ جارىكى تر نەژىتەو، تەنھا
ساتى ئىستا ھى تۆيە، بە باشتىن شىوہ تىيدا بڑى، ژيان
پرووبەرووبونەوہىكى جوانە، دەبىت ھەمووان پرووبەرووى ببنەو،
لەبەرئەوہ ئەوہ قبول بکە كە ژيان پىت دەبەخشىت بە دلسۆزيەو،
"ئەمپرو" بەنرخترىن وبەبەھاترىن پوژى ژيانى تۆيە، بە دلخوشىەوہ
پرووبەرووى ببەو، لەبەرئەوہى نازانىت چ خولەكىك خولەكى كۆتايىتە.



Day 27
Mystical Arabian nights.

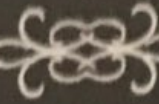
يوم ٢٧
الليالي العربية السحرية و الروحانية.



رۆژی ۲۷

شەوانی عەرەبی جادوویی و رۆحانی.





There's something about Arabian nights. It's mystical. The silence in the howling winds speaks to you. The stars, like diamonds, shine in the darkness a magnificent mystical beauty, enough to mesmerize you .there's something inexplicably magical about these uncharted deserts. Holding the sand in your hand overwhelmed by mysterious vibes have you ever wondered how many people dwelled in these lonely deserts? You'll become aware of the mystical overtones in this enchanting place.in this wilderness, you'll feel peace far beyond any understanding let the wildness touch your spirit.

هناك شيء مميز في الليالي العربية. إنها روحانية. تشعر و كأن الصمت في عويل الرياح يتحدث اليك. النجوم مثل قطع الألماس، تلمع في الظلام. جمال روحاني بديع، يكفي لأن يفتتك. هناك شيء سحري بشكل لا يوصف متعلق بهذه الصحاري المجهولة. امسك الرمال بيديك، و أنت غارق في غموض هذا المكان، هل سبق و أن تساءلت كم من الناس عاشوا في هذه الصحاري المقفرة؟ ستصبح على علم بالنعيمات الغامضة في هذا المكان الساحر. في هذه البرية، ستشعر بسلام أعمق مما يمكنك فهمه. دع الحياة البرية تلامس روحك.



شتیکی تایبەت هەیه لە شەوانی عەرەبیدا، ئەو ڕۆحانیەتە، هەست دەکەیت بێدەنگی لەگەڵ کەشە بەدا قسەت لەگەڵ دەکات، ئەستێرەکان بە شیوەی ئەلماس دەدرەوشێنەوێت لە تاریکیدا، جوانی ڕۆحانیەت بەسە بۆ ئەو ڕاتبکێشێت بۆ خۆی، شتیکی جادوویی هەیه کە باس ناکرێت، پەيوەست بەم بیابانە نادیارەو، گرتنی لم بە دەستت، و تۆ نوقمی نادیارێ ئەم شوێنە بویت، ئایا پێشتر پرسبووێتە چەن کەس لەم بیابانە تەنهایە دەژین؟ وات لێدیت ئاوازی نادیارێ ئەم ناوچە جادووییە بزانی، ئەمە بیابانە هەست بە ئاشتییەکی قول دەکەیت جگە لە تیگەیشتنی. ڕیگە بدە ژبانی بیابان دەستت لێدات.

Day 28
The invincible blessing of your parents

يوم ٢٨
بركات والديك التي لا تقهر.



پوڙي ۲۸

نزاڪاني باوانت ڪه رهتئا ڪرينهه وه.



A true blessing one can have in their lifetime: the blessings of one's parents .if you have the blessings of your parents nothing can stop you from succeeding. If you have the blessings of your parents nothing can harm, you until your last breath. God made our parents the cause of our existence; they are source of incomparable love. We tend to disregard their effort, forgetting the period of our infancy and childhood. While we are busy growing we often forget that they are growing as well. I wan you to remember that nothing is as important as your parents .make yourself the reason for their smiles and happiness. They are the eternal coolness and warmth of our eyes.

البركة الحقيقة التي يمكن لأحد الحصول عليها في حياته :هي
بركات الوالدين. إذا كانت لديك بركات والديك, فلا شيء
سيمنعك من تحقيق النجاح. و لا شيء سيؤذيك أبدا لآخر يوم
في حياتك. لقد جعل الله آباءنا سبب وجودنا في هذه الدنيا؛هم
مصدر الحب الذي لا يضاهاى. و لكننا نميل أحيانا إلى تجاهل
جهودهم, و نتناسى كم أرهاقناهم في فترة طفولتنا. و بينما نحن
نكبر و نتطور في حياتنا, ننسى أنهم يكبرون كذلك. أريد منك أن
تتذكر أن لا شيء مهم مثل والديك. كن سببا لابستامتهم و
سعادتهم. هم رباطة الجأش الأبدية والدفء لأعيننا.



نزای راسته قینه که هرکه سیک له ژیانیدا ده توانییت به دهستی بهینییت،
نزای دایک و باوکه. ئەگەر نزای دایک و باوکت ههیه، ئەوا هیچ شتییک
ناتوانییت رییت لییگرییت له سەرکهوتن، هه میسه له گهلت دەمیینیتهوه تا
کووتا روژی ته مەنت، خوای گه وره دایک و باوکمانی کردوه به هوکاریک بو
هه بوونی ئیمه له م جیهانه، ئەوانن سەرچاوهی سۆزی بیوینه، به لام
هه ندیک جار ئیمه بوونیان رەت ده کهینه وه له بیرمان ده چیت که منال
بووین چهنده پیمان هه ماندوو بوون، له کاتییدا گه وره ده بین و
گه شه ده کهین، له ژیانماندا له بیرمان ده چیت ئەوانیش گه وره ده بن،
ده مه وییت به بیرت بهینیمه وه هیچ شتییک له دایک و باوکت گرنگتر نییه،
هوکاریک به بو زه رده خه نه و دلخۆشییان، ئەوان له سه رخویی هه میسه یین و
گه رمی چاوه کانمان.

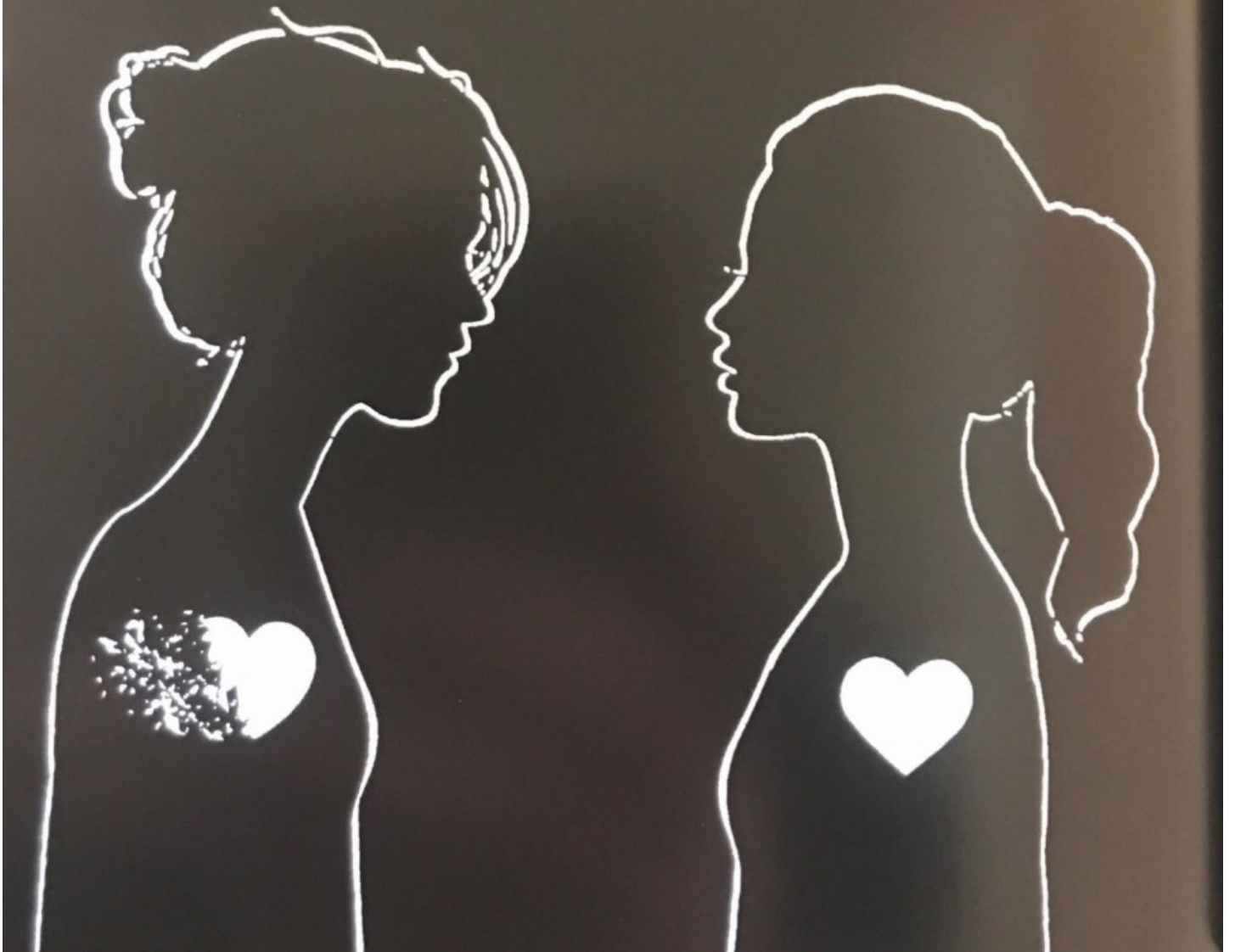


Day 29

You'll never understand a person's pain until you experience the same pain yourself.

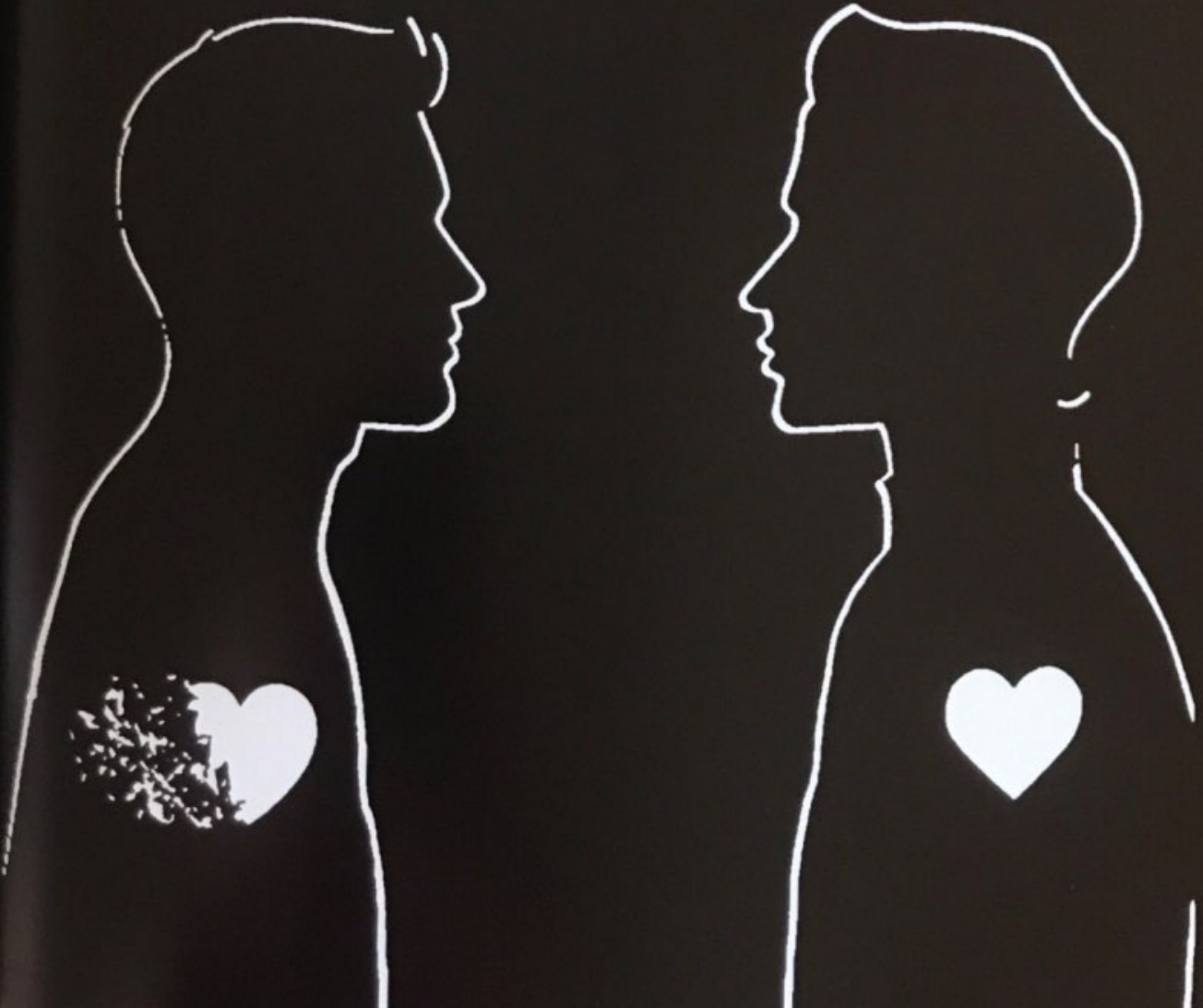
يوم ٢٩

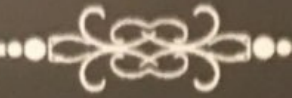
لن تفهم ألم شخص ما حتى تجرب نفس الألم بنفسك.



۲۹ رۆژی

له ئازاری کهسیک تیناگهیت
تاگو خۆت هه مان ئازار نه چیژیت.





You can act like you understand someone else's pain but truly understanding it is impossible .to understand pain you must know it. You may tell a person that you understand their pain but in reality you don't..What they are feeling is beyond your understanding only they know what they are going through. You can only try to console them; you can't say you understand their pain. That will make them feel even worse .you can say soothing words .these words id chosen well will have tremendous power to ease their pain. You may have to reflect on your own grief your losses and disappointments. To remember how you felt and what you were thinking at that moment your focus should only be on comforting the person on easing hist or her suffering.

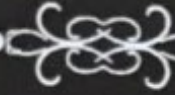
يمكنك أن تتصرف و كأنك تفهم ألم شخص آخر, و لكن فهمه في الحقيقة هو شيء مستحيل. لكي تفهم الألم, يجب أن تعرفه جيدا. قد تخبر شخصا ما بأنك تفهم ألمه, لكن في الواقع, أنت لا تفهمه...لأن ما يشعرون به هو أبعد من فهمك. هم فقط الذين يعرفون جيدا ما الذي يمرون به. بإمكانك أن تجرب مواساتهم؛ و لكن كن حذار أن تقول أنك تفهم ألمهم. فهذا سيجعلهم يشعرون أسوأ مما قبل. يمكنك الاكتفاء ببعض الكلمات المهدئة و اللطيفة. هذه الكلمات, إن تم اختيارها جيدا, ستكون لها قوة هائلة في تخفيف الألم. قد تضطر إلى التفكير في أحزانك و خسائك و خيبات آمالك السابقة لتتذكر كيف شعرت و فيم كنت تفكر في تلك اللحظة. يجب أن يتمحور تركيزك فقط على راحة الشخص, و تخفيف معاناته.





دهتوانیت وا رهفتار بکهیت که له ئازاری کهسی بهرانبهر تیدهگهیت بهلام له راستیدا تیگهشتن لی شتیکی مهحاله بو ئهوهی له ئازاری کهسیک تیگهیت دهبیّت به باشی ئهوه بزانیّت کاتیک تو به کهسیک دهلییّت له ئازارهکەت تیدهگهیم له راستیدا هیچ تیناگهیت له بهرئهوهی تیگهشتن و ههست پیکردن دوو شتی زور لیکن جیان تهنیا خویمان دهزانن به چی دا تیدهپهرن دهتوانیت دل نهوایان بدهیتهوه بهلام ئاگاداربه له وتنی لییان تیدهگهیت له بهرئهوهی ئهمه وایان لیدهکات بارودوخیان خراپتر بی وهک له پیشوو دهتوانیت وشهیی جوان و هیمن که رهوه به کار بهینیت چونکه بیگومان وشهکان دهتوانن تا رادهیهکی زور کاریگهه بن ئهگهه به وریایی به کار بهینرین لهو کاته دا دهتوانیت کاته سهخت و ناخوشهکانت بهینیتهوه پیش چاوت بهو جوړه دهتوانیت زیاتر یارمهتی دهر بیت و پیویسته پاریزگاری له ئارامی کهسهکهو دلنهوای بکهیت.





دەتوانیت وا رەفتار بکەیت کە لە ئازاری کەسی بەرانبەر تێدەگەیت بەلام لە راستیدا تێگەشتن لێی شتیکی مەحالە بۆ ئەوەی لە ئازاری کەسیک تێگەیت دەبێت بە باشی ئەوە بزانی کاتیکی تۆ بە کەسیک دەلێیت لە ئازارەکەت تێدەگەم لە راستیدا هیچ تێناگەیت لەبەرئەوەی تێگەشتن و هەست پیکردن دوو شتی زۆر لێک جیان تەنیا خۆیان دەزانن بە چی دا تێدەپەرن دەتوانیت دل نەواییان بەدەیتەو بەلام ئاگادار بە لە وتنی لێیان تێدەگەیت لەبەرئەوەی ئەمە وایان لێدەکات بارودۆخیان خراپتر بێ وەک لە پێشوو دەتوانیت وشەیی جوان و هیمن کەرەو بە کار بەینیت چونکە بێگومان وشەکان دەتوانن تا رادەیهکی زۆر کاریگەر بن ئەگەر بە وریایی بە کار بەینرین لەو کاتەدا دەتوانیت کاتە سەخت و ناخۆشەکانت بەینیتەو پێش چاوت بەو جۆرە دەتوانیت زیاتر یارمەتی دەر بیت و پێویستە پارێزگاری لە ئارامی کەسەکەو دلنەوای بکەیت.



Day 30
Humans are and extraordinary race.

يوم ٣٠
البشر هم سلالة استثنائية.



رۆژی ۳۰
مرۆف له رهگهزیکى سهیره.

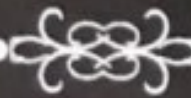




Humans are extraordinary. Nothing can replace the human race. Humans are limitless. They are meant to exceed their limits in every way. They invented electricity, aircraft, technologies and so much more no kind of artificial intelligence can replace a human. God created humans the creators of heaven and earth.

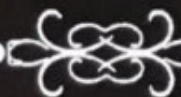
God said "we have indeed created humankind in the best moulds." so never underestimate yourself. You're designed to go beyond your limits to challenge yourself every single moment... no human is born different; we are all the same. The most common thing we share is a heart that beats the same as everyone else's. We are all designed to do something we are destined to do never limit you because the sky is not limit; the limit is beyond!

البشر غير عاديين. لا شيء يمكن أن يحل محل العرق البشري. البشر ليس هناك حدود لامكانياتهم. فباستطاعتهم أن يتجاوزوا حدودهم في كل شيء. لقد اخترعوا الكهرباء، و الطائرات، و التقنيات، و أكثر من ذلك بكثير. لا يمكن لأي نوع من الذكاء الصناعي أن يحل محل الإنسان. خلق "الله" البشر-ليعمروا السماء و الأرض. قال الله تعالى: "لقد خلقنا الإنسان في أحسن تقويم" لذا لا تقلل من شأن نفسك. أنت مصمم لتتجاوز حدودك. لتتحدى نفسك كل لحظة... لا يوجد إنسان يولد مختلفا، نحن لكنا متساوون. و أهم قاسم مشترك يجمعنا هو القلب الذي ينبض كقلوب الجميع. نحن جميعنا مصممون للقيام بشيء مميز، شيء مقدر لنا القيام به. لا تحد نفسك أبدا لأن السماء ليست الحد الأقصى؛ تجاوز الحد!



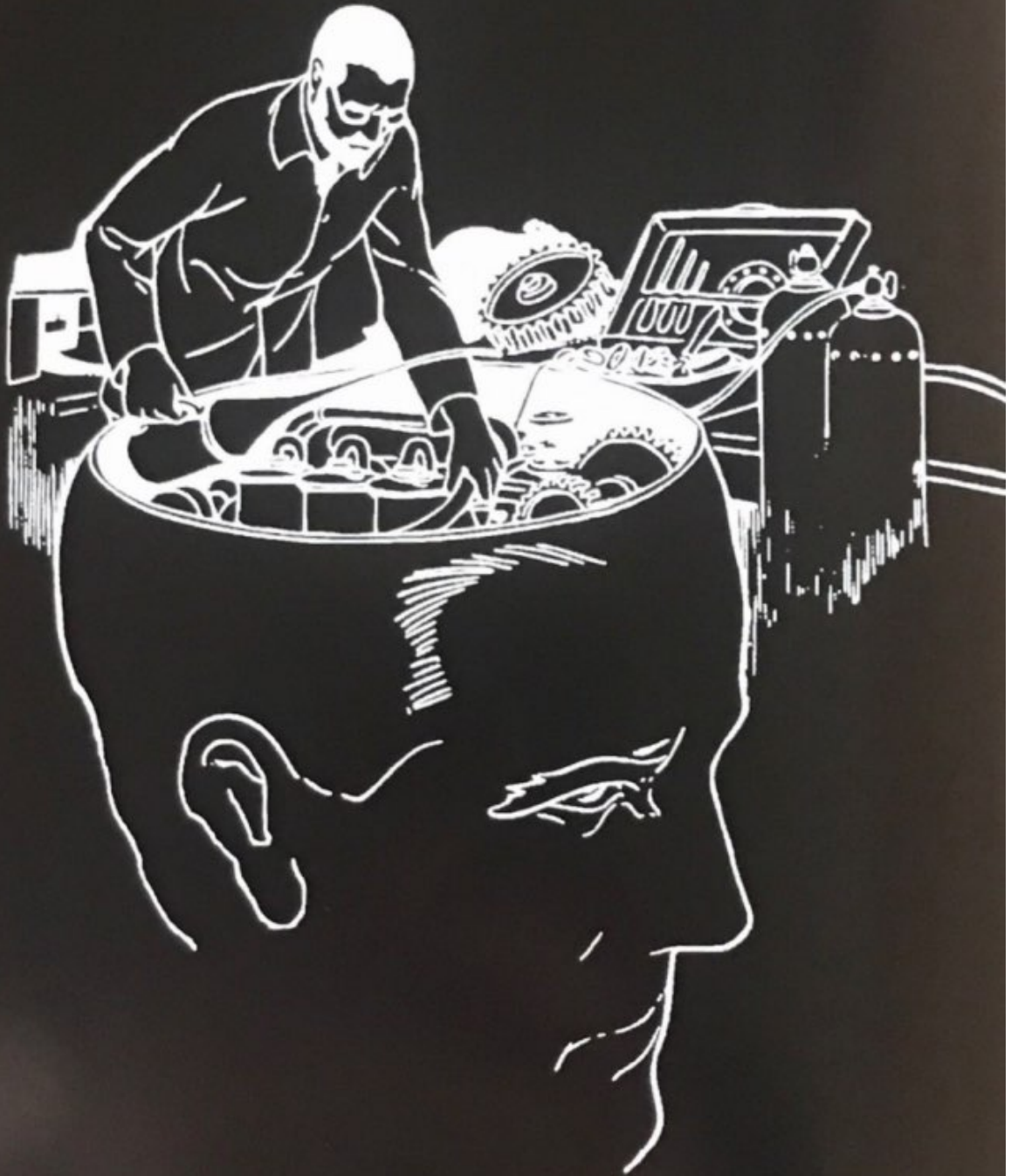


مرۆڤهكان ئاسايى نين، هيچ شتيك ناتوانيٽ جيى مرۆڤ بگريٽهوه، سنوريك نيه بۇ تواناكانى مرۆڤ، دهتوانن سنور ببهزيٽن له ههموو شتيك، كارهبايان دروستكردوه، و فرۆكهكان، تهكنهلؤجيا، و زؤر زياترو زياتر، هيچ زيرهكيهكى دهستكرد ناتوانيٽ جيى مرۆڤ بگريٽهوه، خواى گهوره مرۆڤى دروستكردوه بؤئهوهى ئاسمان و زهوى ئاوهدان بكهنهوه، خواى گهوره خوى له قورئانى پيرؤزدا دهفهرمويت: ئيمه مرۆڤمان لهباشترين شيوه دروست كردوه، لهبهرئوه له خؤت كه م مهكهرهوه، تۇ بؤئهوه بهدى هاتويت تاكو سنورت ببهزيٽيت، تاكو بهرهنگارى خؤت ببهتهوه، ههمو ساتيٽ هيچ مرۆڤيٽك به جياوازي نههاتؤته دونياوه، ههموان يهكسانن و باشترين هاوبهشى له نيوان ههمومان ئه و دلئه كه ههمانه، وهكو دلى ههموان ليدهدات، ههموومان بۇ ئهوه دروست بوين تاكو شتيكى تاييهت بكهين كه چارهنوسمانه، سنور بۇ خؤت دامهنى، ئاسمان سنورى كوٽايى نيه، سنورهكه زياتره.



Day 31
I must fix what's wrong with me.

يوم ٣١
يجب أن اصلح الأخطاء بداخلي.



رؤی ۳۱
پیویسته ههله کانم چاک بکه مه وه.





It's not others people who must be fixed. It's you. We cant expect others to change themselves when we can't change ourselves. First change what's within yourself.as I said before no one is flawless everyone has flaw however not everyone has the desire to change you might think that you are a perfect and flawless human being and that you have nothing to change in yourself. You believe that the world must change. This egotistic behavior will be your downfall. You must fix what's wrong with yourself. Consider the flaws that people point out. Write them down find solution how can you change yourself for the better? It's not the world that must change; it's you.

ليس الآخرون يجب إصلاحهم. بل أنت. إذ لا يمكننا أن نتوقع من الآخرين تغيير أنفسهم عندما لا نستطيع تغيير أنفسنا. أولاً غير ما في نفسك. وكما قلت سابقاً، لا يوجد من هو معصوم من الأخطاء. جميعنا نرتكب الأخطاء و لدينا عيوبنا الشخصية. و على الرغم من ذلك، ليس لدى الجميع الرغبة في التغيير. قد تظن أنك إنسان مثالي بلا عيوب و أنك لست بحاجة لأن تغير شيئاً في نفسك. أنت تعتقد أن العالم يجب أن يتغير. هذا السلوك الأناني سيكون سبب سقوطك. يجب عليك إصلاح الأخطاء في نفسك. انظر إلى الأخطاء التي يشير إليها الناس. و اكتبها، و حاول إيجاد حلول لها. كيف يمكنك تغيير نفسك للأفضل؟ ليس العالم هو الذي يجب أن يتغير؛ بل أنت.



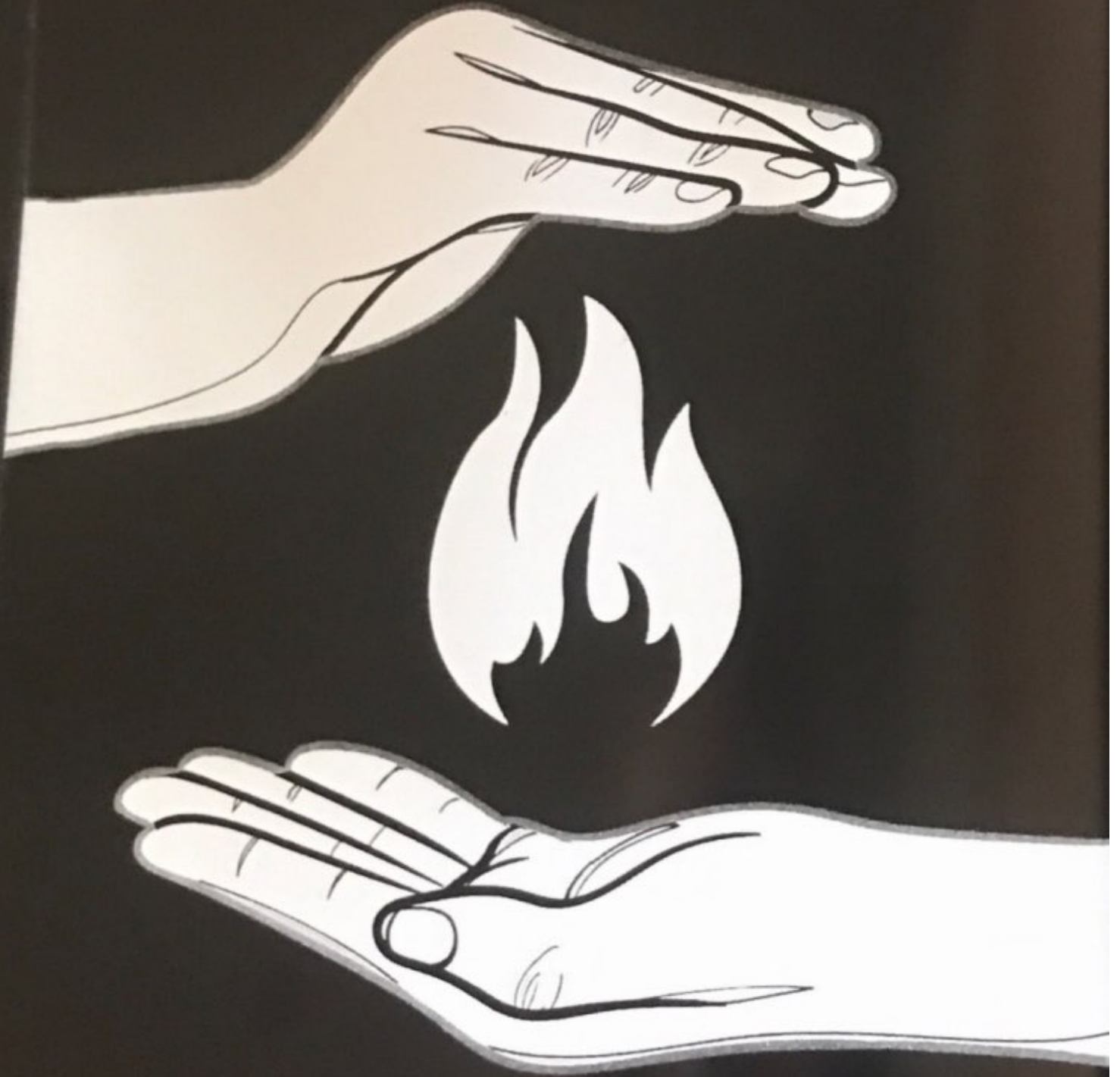


ئەوان نىن دەبىت خۇيان چاك بىكەن، ئەو تۆيت ناتوانىن چاوپرىي ئەو
بىن لەئەوانى تر خۇيان بگۆرن، لە كاتىكدا خۇمان نەتوانىن ئەو ئەنجام
بدەين، سەرەتا ئەو بگۆره لە ناختدا، وەكو پىشتىر وتم كەس نىيە خالى
بىت لە هەلە، هەموومان هەلەدەكەين و هەلەى تايبەتىمان هەيە، بەلام
لەگەل ئەوئەشدا كەس ئامادەى ئەوئەى تىدا نىيە خۇى بگۆرىت، لەوانەيە وا
بىر بىكەيتەو تۆ مرۇقىكى نمونەيت و بى هەلەيت و هىچ پىويستت بە
گۆرانكارى نىيە، بەلكو ئەو جىهانە، پىويستە بگۆرىت ئەمە
هەلسوكەوتىكى خۇويستانەيە، هۆكارى كەوتنت دەبىت، دەبىت
هەلەكانت چاك بىكەيتەو، سەيرى ئەو هەلانە بىكە كە خەلك ئامارەى
پىدەدەن، بىنوسەو، هەولبدە چارەى بۇ بدۆزىتەو، چۆن دەتوانىت خۆت
باشتر بىكەيت، ئەو جىهان نىيە كە پىويستە بگۆرىت ئەو تۆيت.



Day 32
Stop playing with fire and hoping
you won't get burned.

يوم ٣٢
توقف عن لعب بالنار و أنت تأمل ألا تحرق.



پوڙي ۳۲

بوہستہ لہ یاریکردن بہ ناگر،

لہ کاتیگدا هیوای ئه وه دهخوازیت نه سوتییت.



It's fun isn't it? Playing with fire we often play around with a persons feeling emotions or heart we think it's ok; it's fun and no harm is done "one day I'll stop"" its ok they don't mind let" "lets not think about the future just live in the moment "you may say things like this to yourself however you must realize that playing around like this will harm you it may not harm you in the moment but it will in the future its like a matchstick; it wont harm you at the moment you light the fire but the longer you hold it the greater you chances of getting burned don't play with people's feelings its time to learn the importance of people's feeling its time to extinguish the fire.

إنه ممتع أليس ذلك ؟ اللعب بالنار. غالبا ما نلعب بمشاعر شخص ما، عواطفه، أو قلبه، نعتقد أنه لا بأس بذلك، إنه ممتع و لا يوجد أي ضرر.

"يوما ما سأتوقف" لا بأس ليس، لديهم مانع ". دعونا لا نفكر في المستقبل؛ لنعش اللحظة فقط . قد تقول أشياء كهذه لنفسك. لكن ينبغي أن تدرك أن اللعب بهذه الطريقة سوف يؤذيك بالنهاية. قد لا يؤذيك في اللحظة الحالية، و لكنه سوف يؤذيك مستقبلا. إنه مثل عود الكبريت لن يؤذيك في اللحظة التي تشعل فيها النار، و لكن كلما أطلت الامسك به، ستزيد فرص تعرضك للحرق. فلا تتلاعب بمشاعر الناس. لقد حان الوقت لمعرفة أهمية مشاعر الاخرين. لقد حان الوقت لإطفاء الحريق.



چيژبه خشه وايه؟ ياريکردن به ئاگر، زۆر بهی کات ياریده کهین به ههستی کهسی به رامبه، سۆزه کانی، ياخود دلی، پیمان وايه ئاساييه، چيژ به خشه، هيچ زيانی نايیت، رۆژيک له رۆژان وازدههينم، ئاساييه خۆيان کيشهيان له گهلی نيه، با بير له داهاتوو نه کهينهوه، با بۆ ئهم ساته بژين، تهنه شتانيکی له م شيوهيه به خۆت دهلييت، بهلام بزانه ياريکردن به م شيوهيه له کۆتايدا ئازارت پیده گهيه نيیت، له ساتی ئیستادا زيانت پیناگات، بهلام له داهاتوودا زيانت پیده گات، وهکو داری بارووت وايه، لهو ساته ی ههلهبيت ئازارت پیناگهيه نی، بهلام تا زياتر دريژه بکيشيیت دهستگرتنت پيوه ی زياتر ههلی سوتانت زياد دهکات، ياری به ههستی خهلك مهکه، ئیستا کاتی ئهوهيه گرنگی ههسته کانی خهلك بزاین، ئیستا کاتی کورانهوه ی ئاگره کهيه.



Day 33
Sometimes my weakness dominates
me and I remember
the words of god
(mankind was created weak).

يوم ٣٣
أحيانا يسيطر علي ضعفي و أتذكر كلمات الله.
و خلق الإنسان ضعيفا

رؤی ۳۳

ههندیكجار لاوازییه كانم دهستم بهسهردا دهگرن و
وشهكانی خودای گهورهم بیردیتهوه.
مرؤف به لاوازی دروست بووه.

We all have weaknesses. I know you're exhausted you are feeling weak that's ok it's normal god mentioned this to us a long time ago you must accept that mankind was created weak we cant be strong all the time you will feel weak in some situations

defeated on your knees clenching your hands and asking yourself why am I so weak it's ok sometimes we are weak take time to accept your weakness don't deny it however keep in mind that while you are allowed to feel weak you're not allowed to give in your weakness stand up keep moving

forward turn your weakness into a strength.

جميعنا لدينا نقاط ضعف. أعلم أنك مرهق و أنك تشعر بالضعف لا بأس في ذلك. فهو أمر طبيعي. فقد أخبرنا الله بذلك منذ زمن طويل. عليك أن تتقبل فكرة أن الإنسان قد خلق ضعيفا. إذ لا يمكننا أن نكون أقوياء طوال الوقت. أحيانا ستشعر بالضعف في بعض المواقف. منهزما. جاثيا على ركبتيك. تعصتر قبضة لديك و تسأل نفسك: "لماذا أنا بهذا الضعف؟" لا بأس. ففي بعض الاحيان نكون ضعفاء. فخذ وقتك لتقبل ضعفك. لا تنكر هذا الضعف. و مع ذلك, ضع في اعتبارك أنه بينما يسمح لك بالشعور بالضعف, لا يسمح لك بالاستسلام لضعفك. انهض و استمر في التقدم الى الأمام اجعل من ضعفك قوة.

هه موومان خالی لاوا زمان هه یه، ده زانم هه ست به
ماندویتی ده که یت، هه ست به لاوازی ده که یت، کی شه
نییه، ئه وه شتیکی ئاساییه، خوای گه وره زور له میژه
ئهمه ی پیوتوین، ده بیټ به وه قایل بیت که مروف به
لاوازی دروست بووه، له بهر ئه وه ناتوانین هه می شه به
به هیزی بمینینه وه هه مووکات، هه ندیکجار له هه ندیک
حاله تدا به زینراو و که وتو له سه ر ئه ژنو ده سته کانت توند
ده که یت و له خۆت ده پرسیت بوچی ئه وه نده لاوازم،
کی شه نییه هه ندیکجار لاواز ده بین، ئه و لاوازیه
مه پۆشه، به لام بو خۆت وینای بکه، هه ر کاتیکی
هه ستت به لاوازی کرد خۆتی بو نه ده یت به ده سته وه،
هه سته وه به رده وامبه له به ره و پیشچوون، له
لاوازیه کانت هیز دروستبکه.

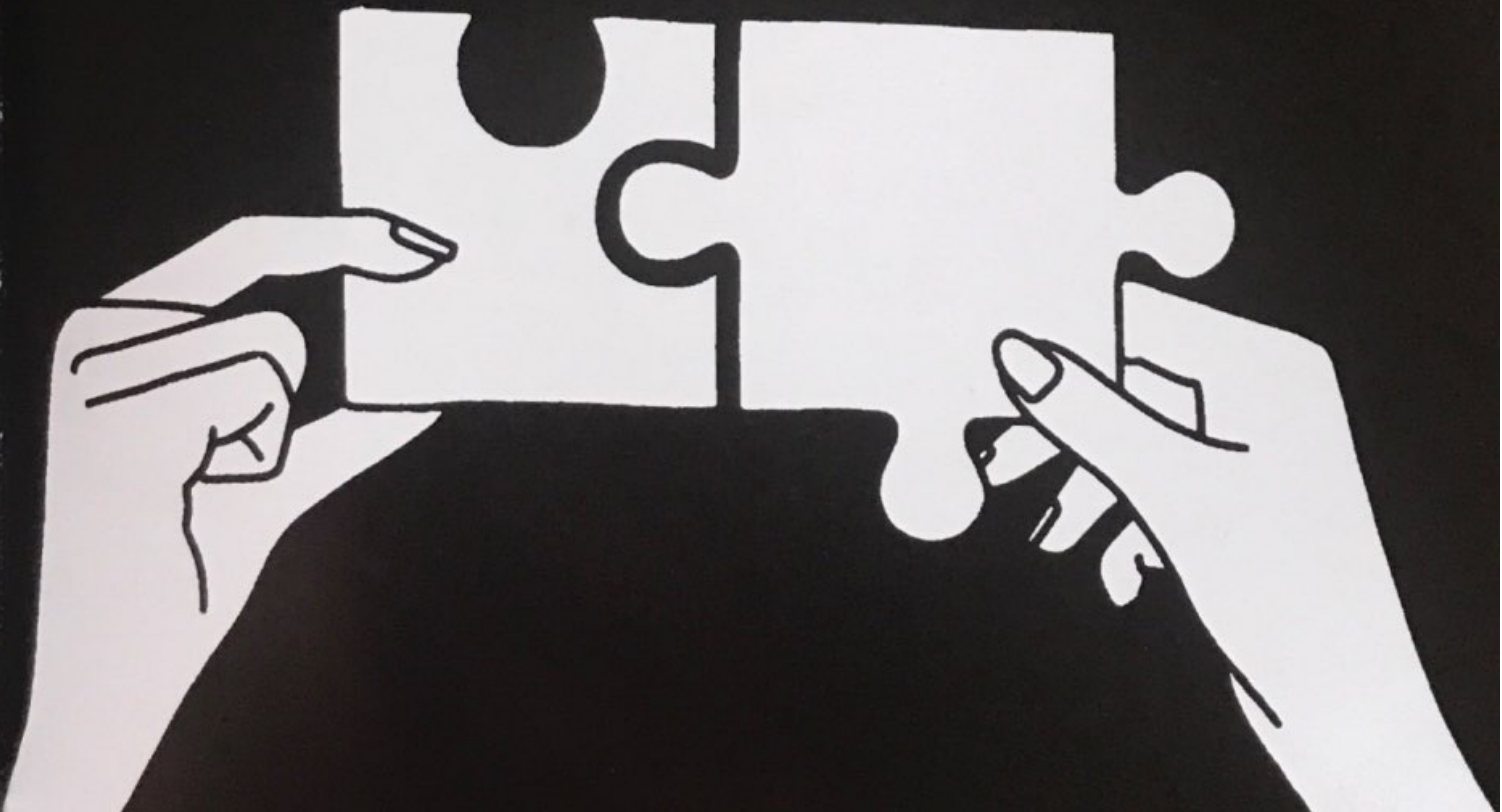
Day 34
Don't search.
Your other half you're not a half.

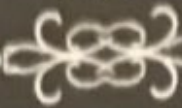
يوم ٣٤
لا تبحث عن نصفك الآخر فأنت لست نصفاً.



پوڙی ۳۴

به دواي نيوه کهي تر دا مه گه پري تو نيو نيت.





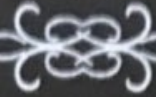
Are you still searching for your other half why?
Do you accept that you are a half?
Don't wait around for someone to enter your life and
complete you because you are not a half only you can
complete you only you have ability to complete yourself.
When the time comes and the person you are searching for
enters your life you can give to them without expecting
anything in return you can be selfless without expectation
this because love is about giving and receiving two
incomplete people can't complete one another.

ألا زلت تبحث عن نصفك الآخر
لماذا

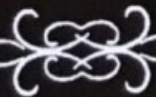
هل تعتقد أنك مجرد نصف؟

لا تنتظر شخصا ما أن يدخل حياتك من أجل أن يكملك. لأنك
لست نصفًا. فأنت فقط يمكنك إكمال نفسك. أنت فقط لديك
القدرة على إكمال نفسك. و عندما يحين الوقت، و يدخل ذلك
الشخص الذي طالما بحثت عنه الى حياتك. يمكنك أن تعطيه
دون توقع أي شيء في المقابل. يمكنك أن تتنازل عن صفة
الأناية و أن تكون بلا توقعات. هذا لأن الحب هو عبارة عن أخذ
و عطاء. و ليس من الممكن أن يكمل شخصان بعضهما إن لم
يكن كل منهما مكتملا بذاته.



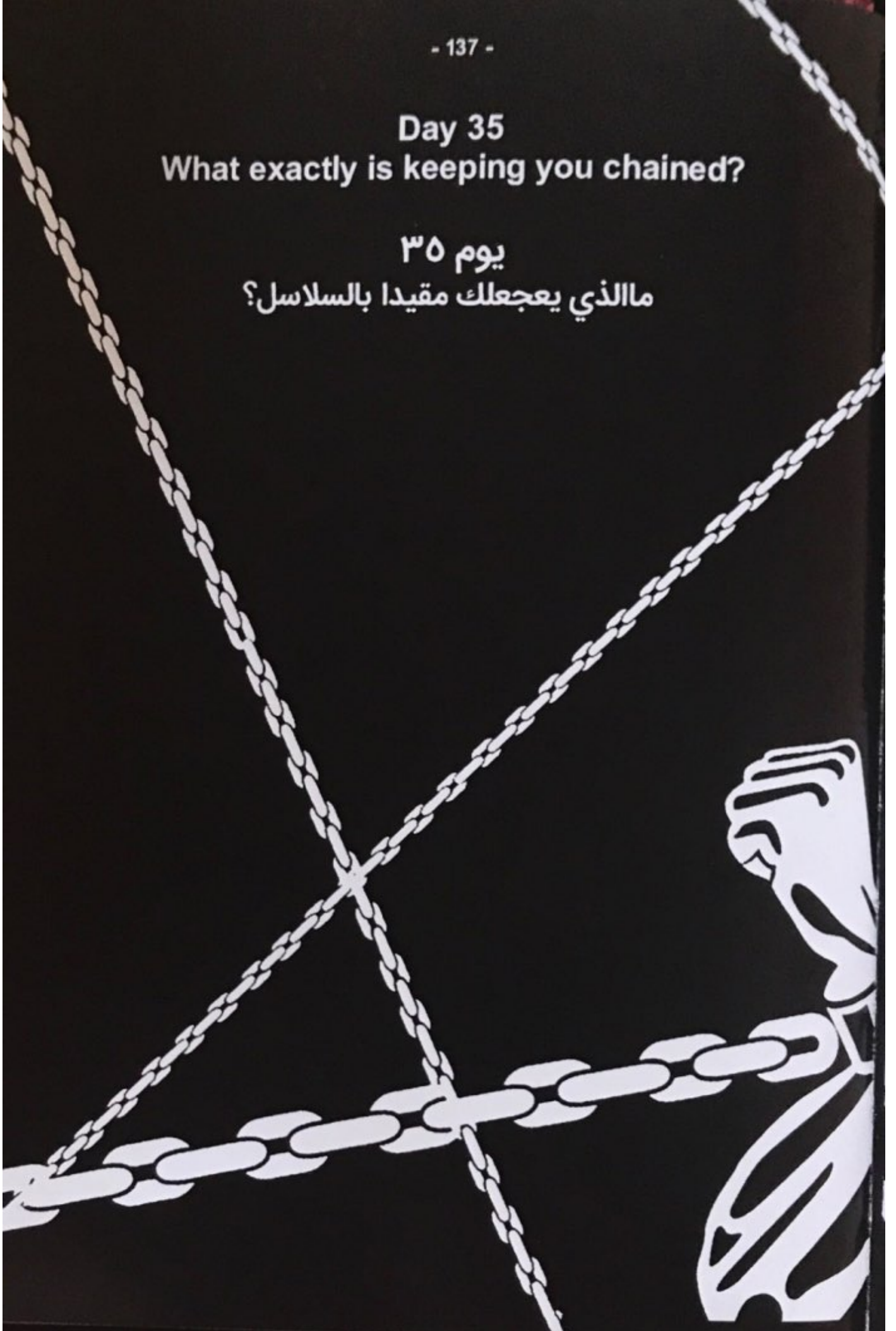


ئايا وا بىردەكە يتهوه تۆ تەنھا نيوپك بىت، چاوه پروان مەبە كەسپك بىتە
ژيانتهوه تەواوت بكات، چونكە تۆ نيو نىت، تەنھا خۆت دەتوانىت خۆت
تەواو بكەيت، تەنھا خۆت تواناي ئەووت ھەيە خۆت تەواو بكەيت، لەو
كاتەى كاتى دىت و ئەوكەسەى بە دوای دەگەرايت دىتە ناو ژيانتهوه،
ژيانى خۆتى دەدەيتى، بەبىئەوہى چاوه رپى ھىچ بەرامبەرىكى لىكەيت،
دەتوانىت واز لە سىفاتى خۆويستانە بەئىت، لەبەرئەوہى خۆشەويستى
واتاي بەخشىن وەرگرتنە، لەبەرئەوہى دوکەس ناتوانن يەكتر تەواو بکەن
لەكاتىكدا خۆيان ناتەواوبن.



Day 35
What exactly is keeping you chained?

يوم ٣٥
مالذي يجعلك مقيدا بالسلاسل؟



رؤی ۳۵

چی وات لیڊه کات به زنجیره کانه وه بمینیتته وه؟



Do you feel chained? Chained by responsibilities chained by promises chained to your environment chained by your culture these are chains you cant see but that you can feel inside yourself what is chained is it your heart your mind or the entirety of you its time to break free from those chains at first this will be difficult around you things will fall apart but inside you things will come together the secret to happiness and success is freedom and true freedom lies In your mind if you don't break free you'll always be chained no one can break you fee from your chains only you can do that.

هل تشعر بأنك مقيد؟ مقيد بالمسؤوليات. مقيد بالوعود. مقيد بمحيطك. مقيد ببيئتك. هذه القيود لا يمكنك رؤيتها ولكنك تشعر به داخل نفسك. ما هو المقيد؟ هل هو قلبك؟ عقلك؟ أم أنت كلك؟ حان الوقت للتخلص من هذه القيود. في البداية سيكون هذا صعبا. قد تنهار الأشياء من حولك و لكن في داخلك، ستجتمتع هذه الأشياء. سر السعادة و النجاح هو الحرية، و الحرية الحقيقية تكمن في ذهنك. فإذا لم تتحرر، ستبقى دائما مقيدا. لا أحد يستطيع أن يحررك من قيودك. انت فقط تستطيع فعل ذلك.



ئايا ھەست دەكەيت بەستراوئتەتەوہ؟ بەستراوئتەتەوہ بە بەرپرسيارئتی،
بەستراوی بە بەلئنهکان، بەستراوی بە ژینگەكەت، بەستراوی بە
دابونەرئتەکان، ناتوانئت ئەم بەستنهوانە بئئئت، بەلام لەناو ناخی خۆتدا
ھەستی پئدەكەيت، بەستراو كئئیہ، دلت یان مئشكت، یاخود بە تەواوی
خودی تۆیہ، كاتی ئەوہیہ لەم زنجيرو بەستنهوانە رزگارت بئئ، لەسەرەتادا
قورس دەبئت، شتەکانی چوار دەورت ھەرەس دئئن، بەلام لە ناخدا ئەم
شتانە كۆدەبنەوہ، نھئنی دلخۆشی، سەرکەوتن، ئازادی، و ئازادی راستەقئنە
لە بئرتدا دەمئئئتەوہ، ئەگەر ئازاد نەبئت ھەمئشە بە بەستراوی
دەمئئئتەوہ، ھئچ كەس ناتوانئت لەم كۆت و زنجیرانە رزگارت بكات، تەنھا
خۆت دەتوانئت وا بكەيت.

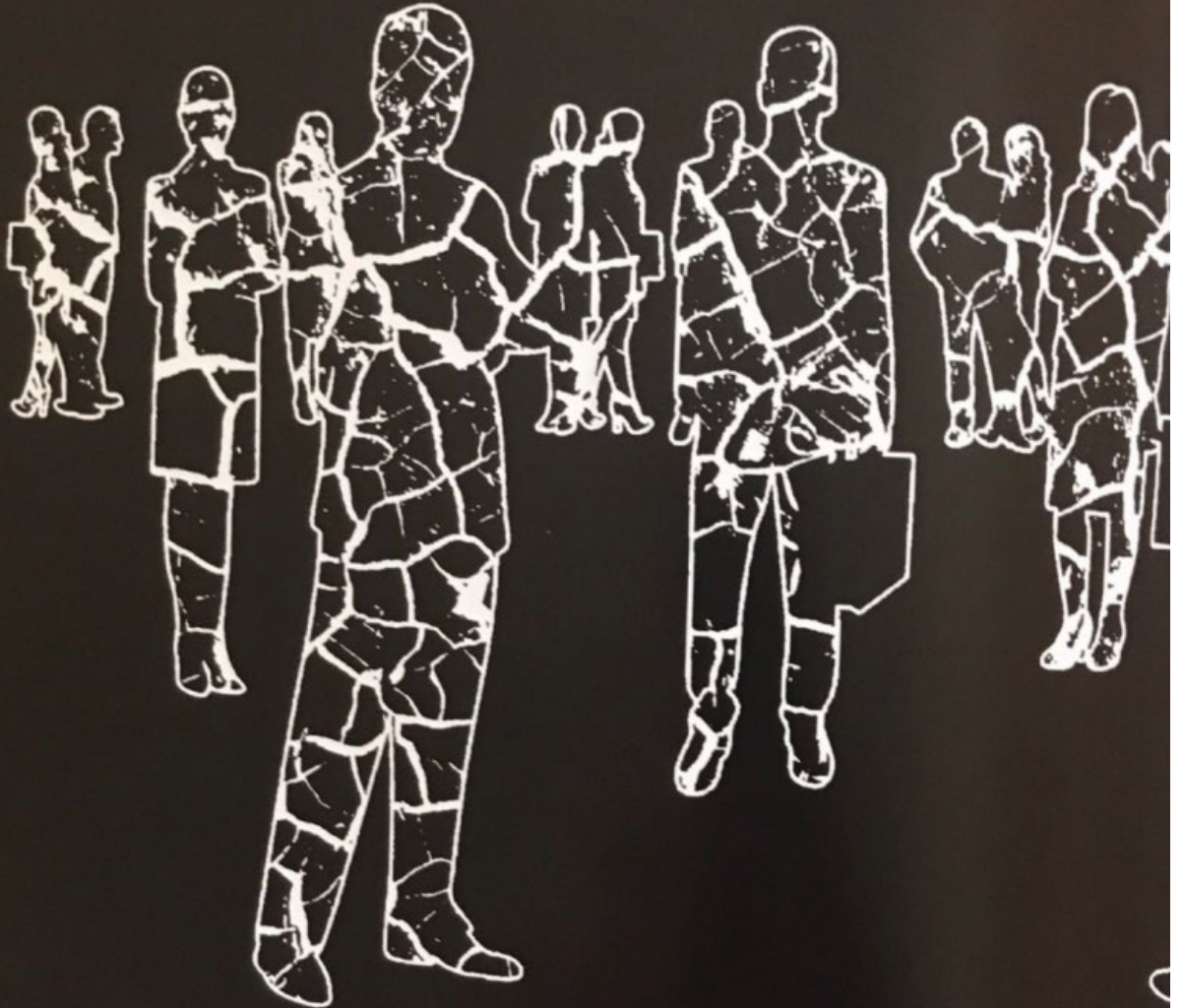


Day 36

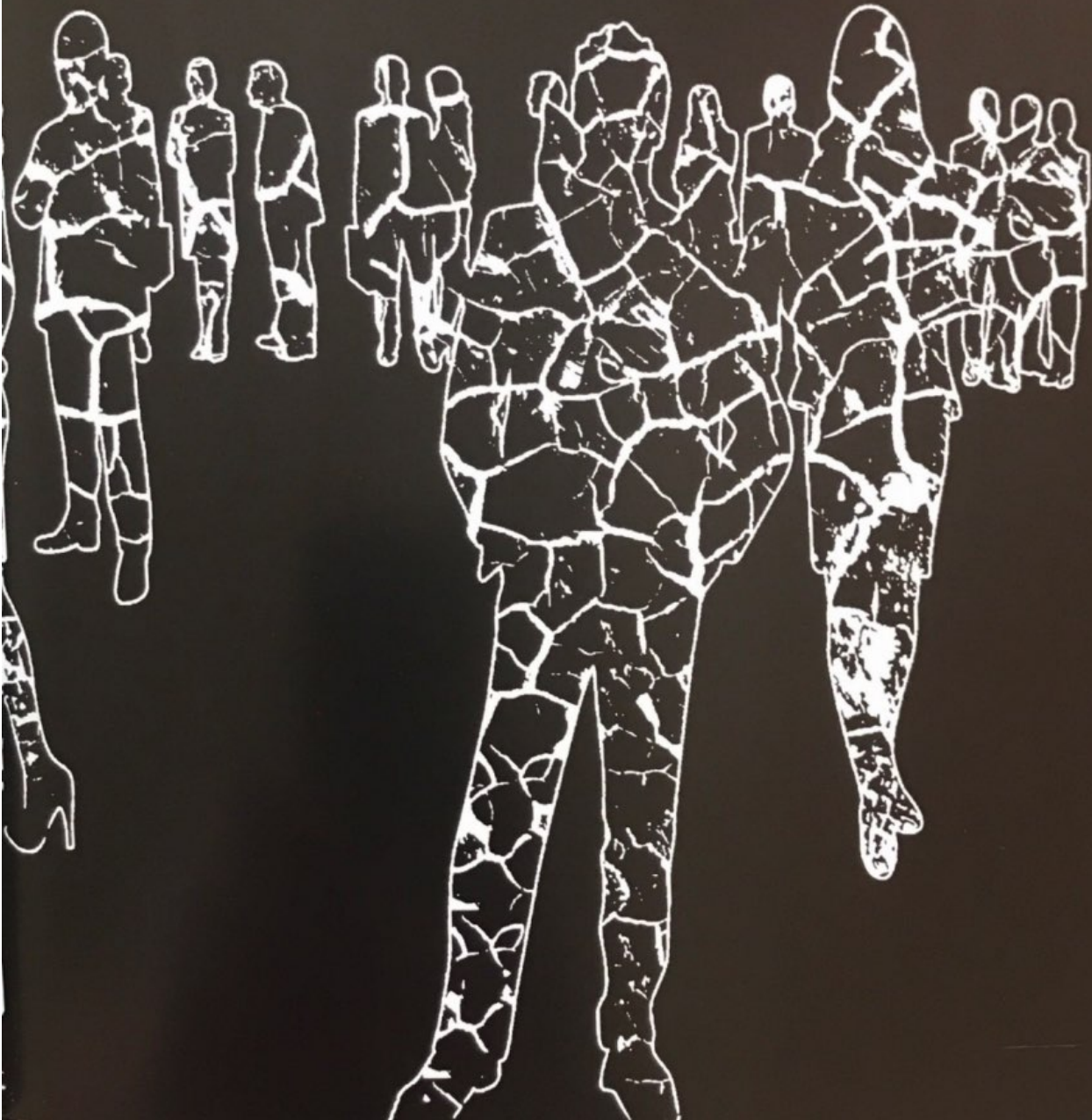
I see so many broken ones walking around ...

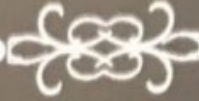
يوم ٣٦

أرى الكثير من المنكسرين يتجولون...



۱۴۲
رۆژی ۳۶
دەبینم شکیئراوەکان پیاسە دەکەن.

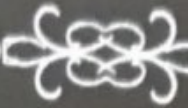




Literally millions of people throughout the world are broken inside-broken in heart and soul these broken ones wear a mask every day simply to carry on with life they are broken inside some are broken into pieces and some are broken completely however they are courageous enough to carry on to not give up sooner or later rough times will pass they won't last forever if you're one of the broken ones know that I'm proud of you .you are the one who always tries to fix others because you know how it feels to be broken don't despair know that god is with you.

الملايين من الناس في جميع أنحاء العالم محطمون من الداخل. مكسوري القلب و الروح. و هؤلاء المكسورين يرتدون الأقنعة كل يوم لمجرد الاستمرار في الحياة. هم مكسورين من الداخل. بعضهم محطم إلى قطع و بعضهم مكسور تماما. ومع ذلك, فهم يتحلون بالشجاعة للاستمرار. و عدم الاستسلام. عاجلا أو آجلا, سوف تنقضي الأوقات الصعبة. فهي لن تدوم إلى الأبد. إذا كنت واحدا من المكسورين, فاعلم أنني فخور بك. فأنت الشخص الذي يحاول دائما إصلاح الآخرين لأنك تعرف تماما كم هو مؤلم شعور الكسر.



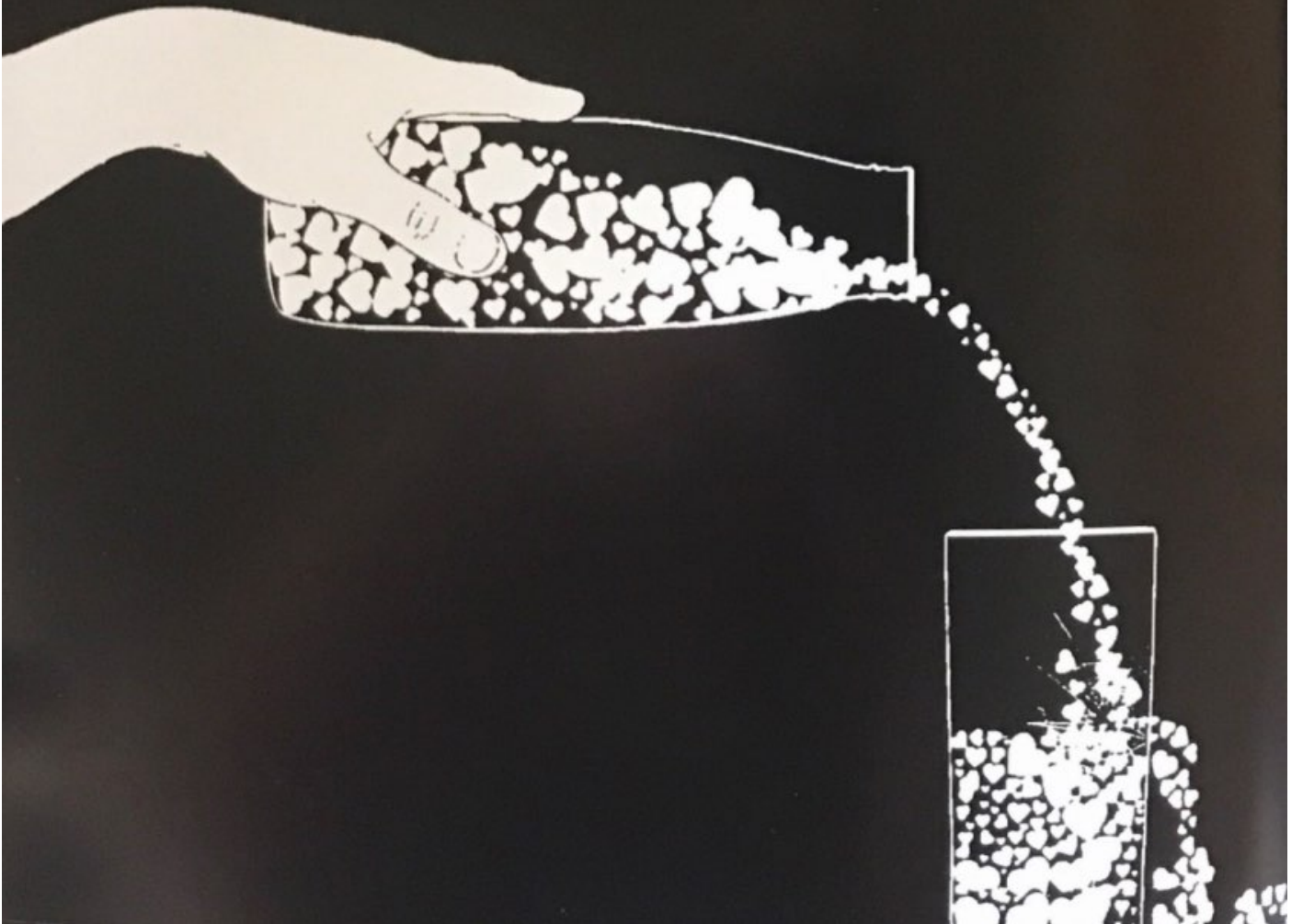


مليۇنان كەس لە دونيادا لەناخەوہ شكاون، دلشكاو، رۇح شكاو، ئەو كەسە
شكاوانە رۇژانە ماسك دەپۆشن، بۇئەوہى بەردەوام بن لە ژيان، بەلام لە
ناخەوہ شكاون، ھەندىكيان پارچەيەكيان ليشكاوہ، ھەندىكيان بە تەواوى
شكاون، بەلام لەگەل ئەوہشدا بەردەوامى بە ئازايەتى دەدەن، بۇئەوہى
بەردەوام بن ، خۇيان نادەن بە دەستەوہ، زووبىت يان درەنگ كاتى
ناخۇش بەسەر دەبەيت، بەلام بۇ ھەميشە نامىنيتەوہ، ئەگەر كەسيكىت لە
شكاوہكان، بزانه من شانازيت پيۈە دەكەم، لەبەرئەوہى كەسيكىت
ھەميشە ھەولى چاككردى ئەوانيتەر دەدەيت، لەبەرئەوہى دەزانيت چەند
بە ئازارە شكان، نا ئومىد مەبە، متمانەت ھەبىت، خوداي گەورە لەگەلتە.



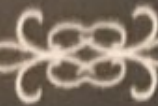
Day 37
In the end we ask ourselves ...
why wasn't love enough?

يوم ٣٧
فى النهاية نسال أنفسنا ...
لماذا لم يكن الحب كافيا؟



رۆژی ۳۷

له كۆتايدا له خۆتان دهپرسين
بۆچی خۆشهويستی بهس نهبوو.



When you give so much love to other person and its still not enough to change them or make them love you the same way you finally ask yourself

“Why wasn't my love enough?”

It wasn't enough and it is enough for right person-but not for the wrong person for the wrong person no amount of love can be enough you may give and give but nothing will change you're just draining all the love you have in you know to whom you are giving too much of your love is the person right or wrong for you don't wait until you're empty your love is too precious to be wasted on the wrong person instead love yourself enough to let go and move on.

عندما تعطي الكثير من الحب للشخص الآخر و لا يزال هذا الحب غير كاف لتغييرهم أو جعلهم يحبونك بنفس الطريقة، أخيراً تسأل نفسك:

لماذا لم يكن حبي كافياً؟!

كان كافياً. و هو كاف للشخص المناسب ولكن ليس للشخص الختأ. فبالنسبة للشخص الختأ، لا يمكن أن يكون أي قدر من الحب كافياً، قد تعطي و تعطي، ولكن لا شيء سيتغير، أنت فقط تستنزف كل الحب الذي بداخك. انظر لمن تعطي الكثير من حبك. و هل هو الشخص المناسب أم الختأ بالنسبة لك؟ لا تنتظر حتى تصبح فارغاً. فمشاعرك أعلى من أن تضعها على الشخص الختأ. عوضاً من ذلك، أحب نفسك بما فيه الكفاية لتطوي هذه الصفحة وتمضي قدماً و تستمر.



كاتىك خۇشەويستى دەدەيت بە كەسىك و لە كۆتاييدا دەردەكەويت
هېشتا ئەم خۇشەويستى بەس نىيە بۇئەوہى بيانگۆرپت، ياخود وايان
لىكات ھەمان ھەستيان ھەبپت، ئىتر لە خۇت دەپرسيت بۇچى
خۇشەويستىم بۇى بەس نەبوو؟

بەس بوو، ئەو بەسە بۇ كەسى شياو، بەلام نەك بۇ كەسىكى ھەلە،
چونكە بۇ كەسى ھەلە ھىچ پىوانەيەك لە خۇشەويستى بۇى بەس نىيە،
پىدەدەيت... پىدەدەيت... پىدەدەيت... بەلام ھىچ شتىك ناگۆرپت،
تەنھا تۇ ھەموو خۇشەويستى لى دەچۆرپت، سەيركە، بزانه خۇشەويستى
دەدەيت بە كى، ئايا بۇ تۇ كەسىكى شياو، ياخود نا، چاوپرئ مەكە تاكو
بەتال دەبىتەوہ لە خۇشەويستى، ھەستەكانت زۇر لەوہ گرانترە لە كەسىكى
ھەلەدا بەفپرۇى بدەيت، جگە لەوہش خۇتت خۇش بوى، بە تەواوى بۇ
ئەوہ ئامادەبىت، ئەم لاپەرەيە بەجىيھىلىت و ھەنگاوى دواتر بنىت.

Day 38
**How can a human hold such
power to break a heart?**

يوم ٣٨
كيف يمكن لإنسان أن يملك
مثل هذه القوة لكسر القلب؟



رۆژی ۳۸
چۆن دەبیّت مروّف
ئەوئەندەى توانا هەبیّت دل بشکینیت.



Inside your chest your ribcage protects your heart.no physical harm can be done to your heart but still it can be broken Does a person have the power to break your heart without doing any physical harm to it? The answer is yes. A person can use something that while it wont do physical harm is strong enough to break a heart.it is strong enough to be internal harm your tongue is destructive weapon it may be the softest organ in the body but powerful enough to break someone's heart.be mindful of the words you say to another person.

داخل صدرك, تقوم أضلاع قفصك الصدري بحماية قلبك. لا يمكن لأي ضرر جسدي أن يحدث لقلبك, ولكنه لا يزال معرضا لأن ينكسر. هل يمتلك شخص ما القدرة على كسر قلبك دون إلحاق أي ضرر جسدي به؟
الإجابة نعم. حيث بإمكان الشخص استخدام شيء ما لتحطيم قلبك, صحيح أنه لن يقوم بإلحاق أضرار جسدية. لكن هذا الشيء قوي بما فيه الكفاية لكسر قلبك. و قوي بما فيه الكفاية لإحداث أضرار داخلية. لسانك هو سلاح مدمر. قد يكون العضو الأنعم في الجسد كله, لكنه قوي بما يكفي لكسر قلب شخص ما وتحطيمه. فانتبه جيدا للكلمات التي تقولها للشخص آخر.



لهناو سنگتدا قهفەسەى سنگت هەيه، كه دلت دەپاريزيٲت، هيج زيانيك
ناكات بەدلت، بەلام لهگەل ئەوهدا شياوى ئەوويه بشكيٲت، بۇ ئەوہى
پرووبەرووى هيج زيانيكى جەستەيى بېتەوہ، وەلامەكە بەلييه، راستە
پرووبەرووى ئازارى جەستەيى نابېتەوہ، بەلام شتيك لەوہ بەهيزتر بەسە،
بۇئەوہى بيشكيٲت بەتەواوى بەسە بۇئەوہى زيان بە ناوہوت
بگەيەنيٲت، زمانت چەكيكى ويٲرانكەرە، لەوانەيە نەرمترين بەشى جەستە
بيٲت، بەلام بەهيزە بۇئەوہ، دلى كەسيك بشكيٲت و لەناوى بيٲت، بۇيە
ئاگادارى ئەو وشانە بە كە دەيليٲت بە كەسى بەرامبەر.



Day 39

Just like a single candle can light many other candles by being kind you can inspire many others.

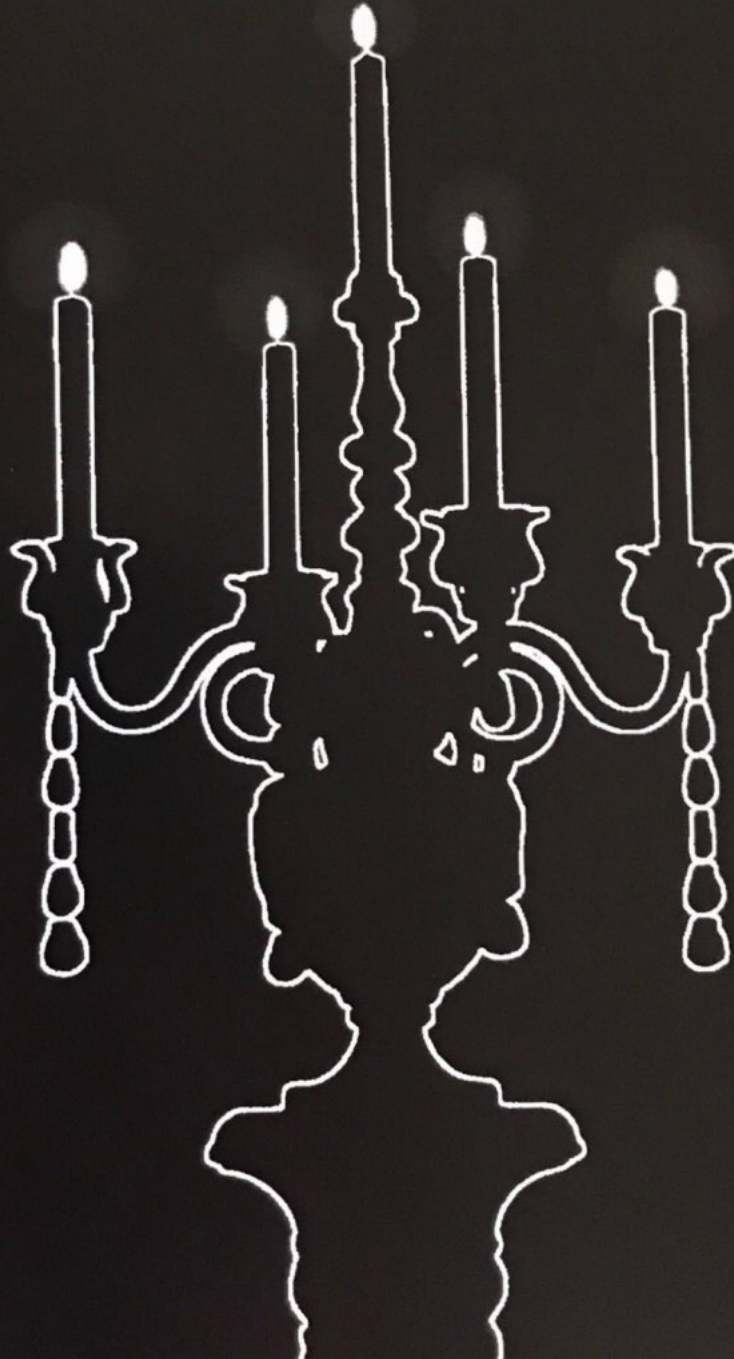
يوم ٣٩

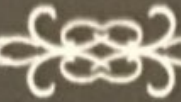
مثلما تستطيع شمع واحد أن تضيء العديد ،
من الشموع بلطفك تستطيع أن تلهم الكثير من الأشخاص.



رۆژی ۳۹

وهكو مۆمىك دهتوانىت ئهوانى تر دابگىرسىنىت
به ميهرهبانىت، دهتوانىت نىگابه ر بىت بو ئهوانى تر.





We often forget to be kind because of the struggles we face every day we tend to treat others without being kind towards them everyone is fighting his or her own battles. you are too however if you have an opportunity to be kind in the midst of all your battles take it. no matter how small it is. it can make a huge difference in someone's life your kindness can inspire someone who can no longer keep going. A single act of kindness can inspire others and your kindness could become the reason people remember the kindness that once dwelled inside them too it will remind them to be human again.

كثيرا ما ننسى أن نكون لطفاء بسبب الصعوبات التي نواجهها كل يوم، فإننا نميل إلى التعامل مع الآخرين دون أن نكون طبيين تجاههم. الجميع يخوض معاركه الخاصة. أنت أيضا. و مع ذلك، إذا كان لديك فرصة لأن تكون لطيفا و أنت في منتصف معاركك، خذ هذه الفرصة و اقتنصها. مهما كانت صغيرة ، بإمكانها أن تحدث فرقا هائلا في حياة أحدهم. لطفك قد يكون بإمكانه أن يلهم شخصا لم يعد قادرا على الاستمرار. تصرف لطيف بسيط يمكنه أن يلهم الآخرين. لطفك بإمكانك أن يصبح السبب الذي يجعل الناس يتذكرون اللطف الذي كان يسكن داخلهم أيضا. سيتذكروهم بأنهم بشر مرة أخرى.



زۆربەى جار بىرمان دەچىت مېھرەبان بىن، بەھۆى ئەو تەنگرەنەى
پرووبەرمان دەبنەوہ پۇژانہ، ئىمە ھۆكارى سروس دەبىن بۇ كەسانى تر،
بە بى ئەوہى باشبىن، ھەمووان لە جەنگىكى تايبەتدان، ھەرۈہا تۇش،
لەگەل ئەوہشدا ئەگەر ھەلت بۇ ھاتە پىشەوہ تاكو مېھرەبان بىت،
مېھرەبان بە، تەنانەت ئەگەر لەناوہراستى جەنگەكەشت بویت، ھەرچەندە
بچوكىش بىت، دەتوانىت كارىگەر بىت لەسەر ژيانى ئەوانى تر، ئەگەرى
ھەيە مېھرەبانىت كار بكاتە سەر بەرامبەرەكەت، تەنانەت ئەگەر
بەردەوامىش نەبىت، ھەلسوكەوتىكى بچوكى مېھرەبانى دەتوانىت سروس
بەر بىت بۇ ژيانى ئەوانى تر، مېھرەبانى تۆ دەتوانىت وا لە ئەوانى تر بكات
مېھرەبانى ناخى خۇيان بىربىتتەوہ، بىريان دىنيتتەوہ دووبارە ئەوان مروۇن.

Day 40

You can't undo the move you've made but
you can be cautious when
you make the next move.

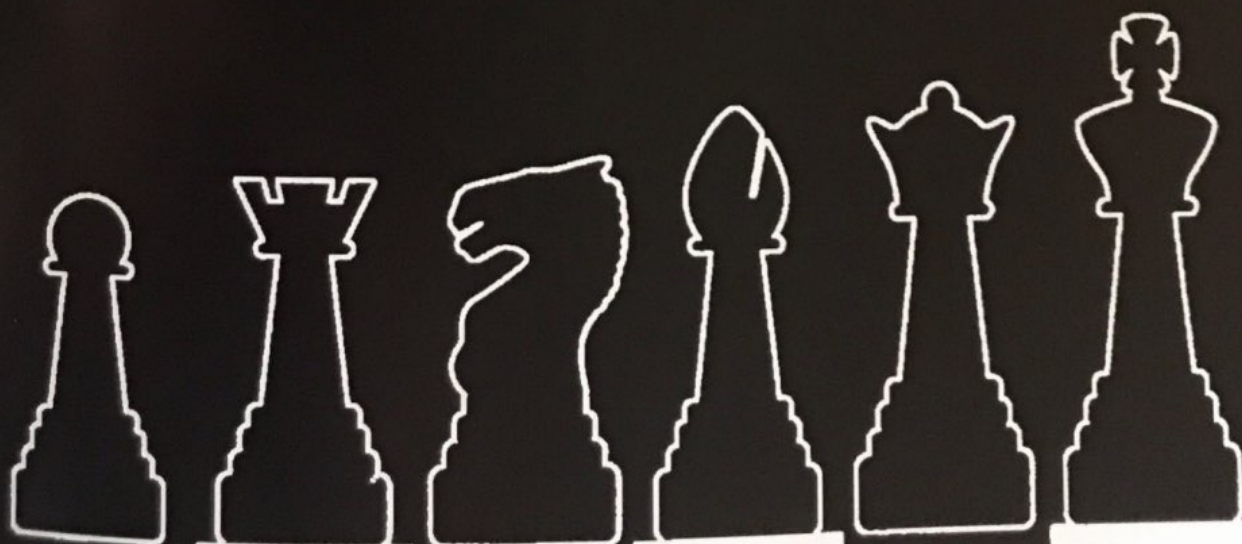
يوم ٤٠

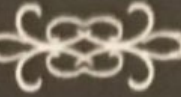
لا يمكنك التراجع عن التحركات
التي قمت بها و لن بإمكانك الحذر عند الخطوة التالية.



پوڙي ۴۰

ناتوانيت بگه پريتهوه لهو ههنگاوانهي که ناوته،
بهلام دهتوانيت بهئاگابيت بهرامبهه ههنگاوي داهاتووت.





What has happened.happened. the choices you've made?
The mistakes you've made. The wrong paths you've taken.
It's all over.no matter how much you try, you can't undo any
of it .if you dwell on it, and you will only sabotage yourself.
However, you can think twice before you make your next
move. Take your time before you choose anything before
you make a mistake .think twice not just twice but thrice re-
member the move you made that you wish you could undo
.learn from them and make the right move .like in chess to
win you must make a move .the ability you choose the right
move comes from knowledge and knowledge comes from
learning which moves made you lose.

ما حدث قد حدث. الاختيارات التي قمت بها. الأخطاء التي
ارتكبتها. المسارات الخاطئة التي اتخذتها. إنتهت جميعها. مهما
حاولت, لا يمكنك التراجع عن أي شيء منها. و إن أكثر التفكير
في الأم, فسوف تخرب نفسك فقط. ومع ذلك, يمكنك التفكير
مرتين قبل إجراء الخطوة التالية. خذ وقتك قبل اختيار أي شيء.
قبل ارتكاب خطأ ما. فكر مرتين. ليس فقط مرتين. ولكن ثلاث
مرات. تذكر التحركات التي قمت بها سابقا و رغبت في التراجع
عنها. تعلم منها وقم بالخطوة الصحيحة. كما هو الحال في لعبة
الشطرنج, لكي تفوز عليك أن تقوم بخطوة ما. القدرة على
اختيار الحركة الصحيحة تأتي من المعرفة, و المعرفة تأتي من
تعلم أي التحركات هي التي جعلتك تخسر في السابق.





ئەوھى ڤوويدا ڤوويدا، ئەو ڤرپارانەى كە دات، ئەو ھەلانەى كە كردت،
ئەورپگا ھەلانەى كە گرتتە بەر، ھەمووى كۆتايى ھات، ھەرچەندە
ھەولبدەى ناتوانيت ھيچكاميان بگەرپنيتەوھ، ئەگەر زۆر بيريشى
ليكەيتەوھ تەنھا لەگەل خۆت دەجەنگى، بەلام لەگەل ئەوھشدا دەتوانيت
دووچار بىر بگەيتەوھ، پيش ھەنگاوى داھاتووت، كاتى خۆت وەرگرە پيش
ئەوھى ھەر ڤرپاريك بدەيت پيش ئەوھى ھيچ ھەلەيەك بگەيت، دووچار
بىر بگەوھ، تەنھا دووچار نا، بەلكو سيجاريش، ئەو ھەلسوكەوتانە بەينەوھ
پيش چاوت كە پيشتر ئەنجامت داون و ويستوتە پاشگەزبیتەوھ ليى،
ليوھى فيربە، و ھەنگاوى دواتر بنى، وەكو ئەوھى لە يارى شەترەنج بيت،
بوئەوھى براوھ بيت، دەبيت ھەنگاويك بنيت تواناي ڤرپاردانى راست لە
زانينەوھ ھاتوھ، زانينيش لەوھوھ سەچاوھ دەگرپت فيربيت لە ھەلەكاني
پيشووت.



Day 41

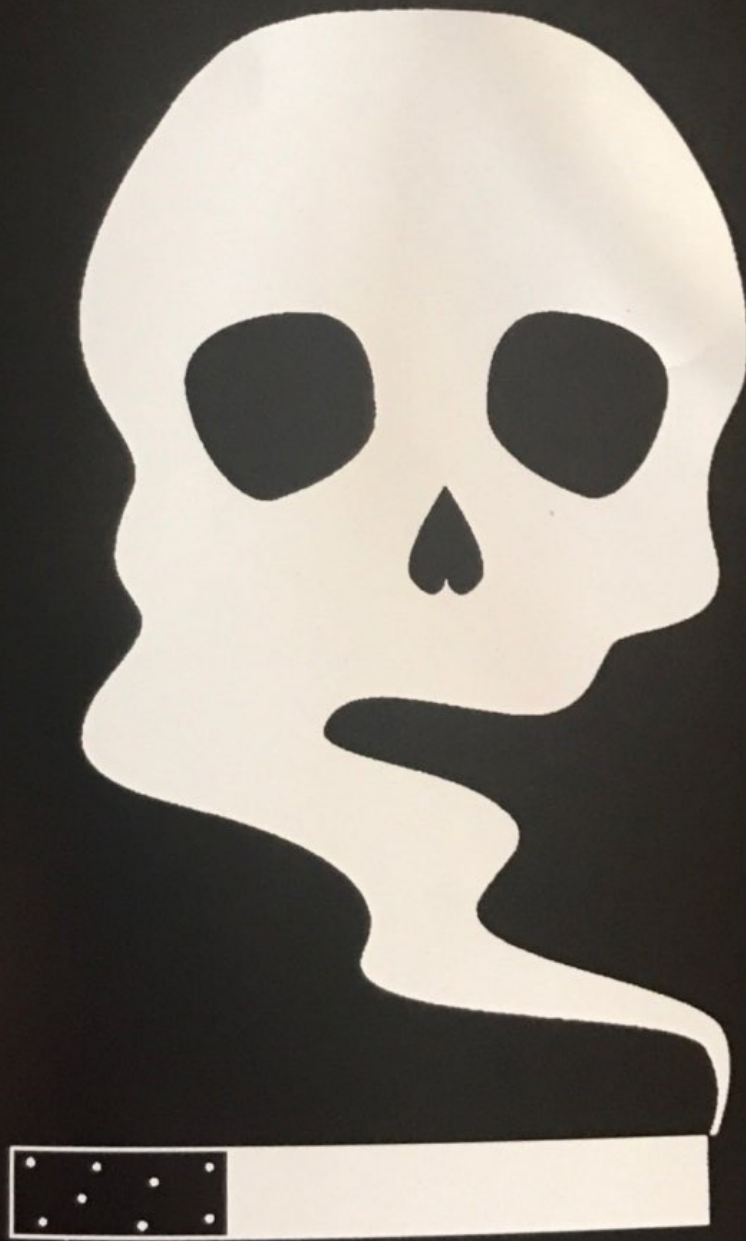
What you think will not kill you
will likely be the thing that does.

يوم ٤١

ما تعتقد أنه لن يقتلك غالبا هو الشيء الذي سيفعل

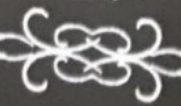


رۆژی ٤١
ئەوێ پیت وانیە بتکوژیت، زۆربەێ کات دەتکوژیت.



Why do you insist on doing things that harm your health?? You should take care of your health as health is true wealth you may not realize it but consider asking someone who is struggling to take a few more breaths before their last ones. Instead of being grateful why do you take for granted what god has given you? You are harming yourself when you buy something with your own money and let it hurt you ironic isn't it? The pack even says that this will kill you its harmful to you. Are you blind? How naïve can you are? You can't even be cautious when you see a sign take a moment and think it through before you grab the slow poison again.

لماذا تصر على فعل الأشياء التي تضر بصحتك؟ عليك أن تعتني بصحتك لأن الصحة هي الثروة الحقيقية. قد لا تدرك ذلك و لكن تخيل أنك تسأل شخصا يكافح ليأخذ قليلا من الأنفاس الإضافية قبل نفسه الأخير. عوضا من أن تكون ممتنا، لماذا تعتبر العطايا التي منحك الله اياها و كأنها أمر مفروغ منه؟ أنت تؤذي نفسك حين تشتري شيئا بنقودك و تسمح له بأن يؤذيك. إنه مثير للسخرية، أليس كذلك؟ حتى علبة السجائر تقول بأن هذا سوف يقتلك. إنه ضار لك. هل انت أعمى؟ كيف يمكنك أن تكون بهذه السذاجة؟ لايمكنك أن تكون حذرا حتى عندما ترى علامة. خذ لحظة تأمل و فكر جيدا قبل أن تمسك ذلك السم البطيء مرة أخرى.

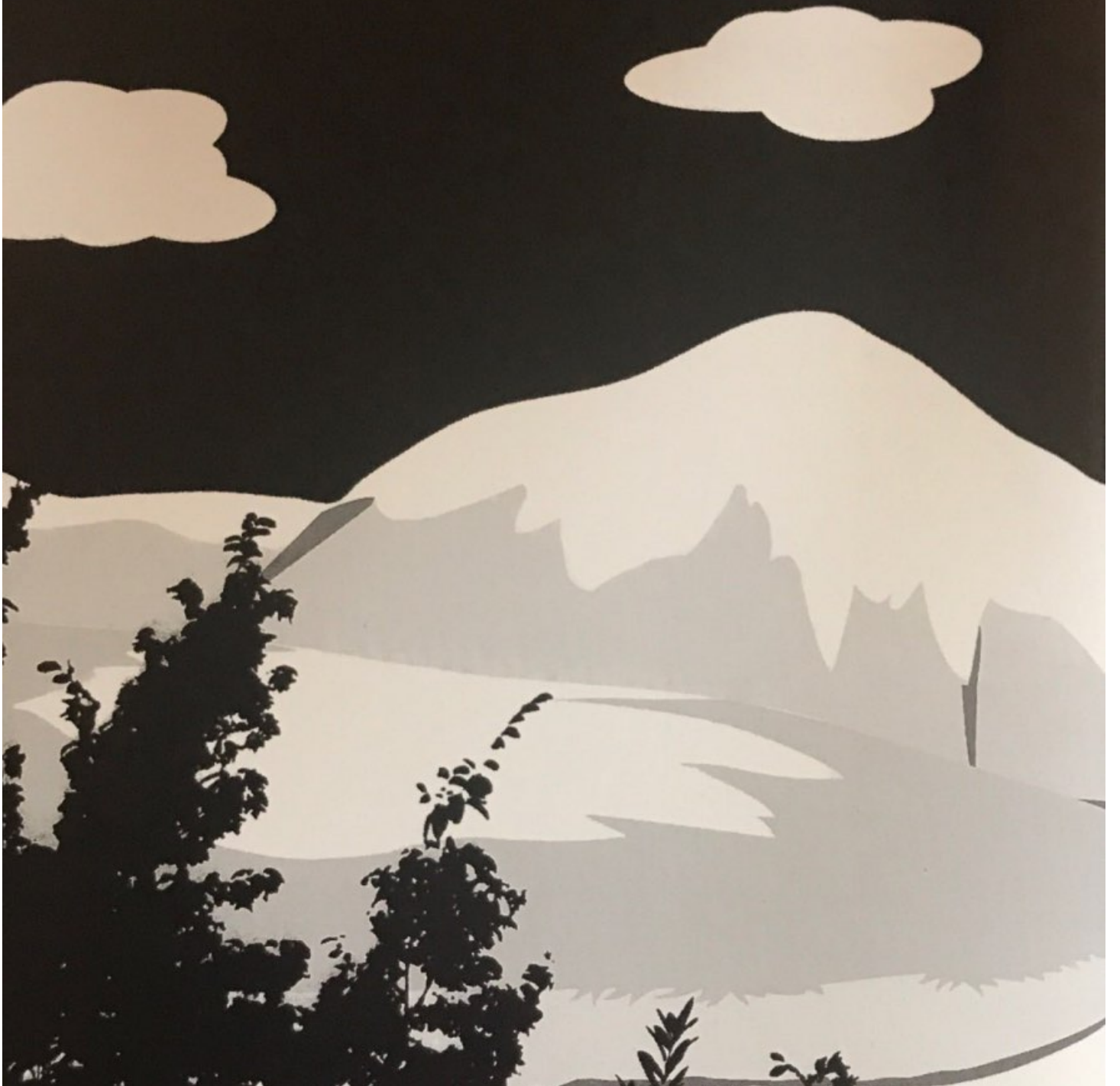


بۇچى سوريت لەسەر كىردنى شتانيك كە زىانى بۇ تەندروستىت ھەيە،
دەبىت گىرنگى بە تەندروستىت بدەيت، چونكە تەندروستىت سامانى
راستەقىنەيە، ھەست بەو ناكەيت ئىستا، بەلام واى وينا بكة تۇ لەگەل
كەسىك قسە دەكەيت كە چاوپرې ھەناسە كۆتاييەكانى ژيانىەتى،
جگەلەوھى سوپاسگوزارە، بۇچى ئەوبەخششانەى خواى گەورە پىي داويت
بە بەتالى سەيرىان دەكەيت، تۇ خۇت ئازار دەدەيت، ئەو كاتەى شتىك
دەكپىت و رېگەدەدەيت ئازارت بدات، شاينى گالتەجاريە، وانىيە؟
تەنانەت پاكەتى جگەرەش لەسەرى نوسراوہ كە دەتكوژىت، زىانى ھەيە
بۇت، كوپىرېت؟ چۇن دەبىت ئەوہندە خۇش باوہر بيت، ناتوانىت بە ئاگا
بيت كاتىك نىشانەكە دەبىنىت، ئەمجارە بەئاگابە، بىرىك بکہوہ پىش
ئەوہى دەستبگىت بەو ژەھرە ھىواشەوہ.



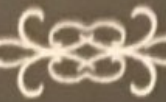
Day 42
Explore the beauty of nature.

يوم ٤٢
اكتشف جمال الطبيعة.



پوڙى ۴۲
جوانى سروشىت بدۆزهروهه.





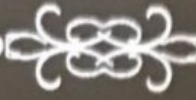
Nature is the only place that will bring out the human in you. You are a part of nature. Nature will make you realize how small you and your problems are god made nature and he made it for a reason. When you spend time in nature you will reconcile with your spirit. Contemplate the beauty of nature. All these buildings people busy with their smart-phones, technologies, TV shows ...

A society built on fantasy.do you feel drained yet? Don't you think it's to stop letting yourself be hypnotized into believing that this is the only life available? Life is more than this. For a long time, we haven't lived anything close to reality; your spirit needs a break. Explore nature.it is a necessity for you and your soul.

الطبيعة هي المكان الوحيد الذي بإمكانه أن يبرز جمال الإنسان الذي بداخلك. فأنت جزء من الطبيعة. الطبيعة سوف تجعلك تدرك مدى صغر حجمك و حجم مشاكلك . لقد خلق الله الطبيعة, و صنعها لسبب ما. عندما تقضي بعض الوقت في الطبيعة, سوف تتصالح مع روحك. تأمل جمال الطبيعة. كل هذه المباني, أناس مشغولون بهواتفهم الذكية, التكنولوجيا, العروض التلفزيونية...

مجتمع مبني على الخيال. هل تشعر بالاستنزاف بعد؟ ألا تعتقد أنه حان الوقت للتوقف عن السماح لنفسك المنومة مغناطيسيا بالاعتقاد بأن هذه هي الحياة الوحيدة المتاحة؟ الحياة هي أكثر من هذا بكثير. لفترة طويلة, لم نعش شيئاً قريباً من الواقع. روحك تحتاج إلى راحة. استكشف الطبيعة. إنها ضرورة لك و لروحك.





سروش تەكە شوپنە كە دەتوانپت جوانى ناوناخت دەربخات، تۆ بەشپكيت لە سروشت، سروشت واتلپدەكات درك بەو بەكەيت چەندە بچوكيت، خۆت و كپشەكەت، خواى گەورە سروشتى دروستكردووە بۆ ھۆكارپك، ئەو كاتەى كات لەگەل سروشت بەسەر دەبەى، رۆحت لەگەلى ئاشتدەبپتەو، سەيرى سروشت بكە، ئەم ھەموو بپنايانە، خەلك سەرقالن بەمۆبايلە زيرەكانيان، تەكنەلۆژيا، بەرنامە تەلەفپزۆنپەكان، كۆمەلگە لەسەر خەيال بنپات نراو، ھپشتا ھەست بە بەتالبوونەو دەكەيت، ئايا ھەست ناكەيت كاتى ئەو ھاتبپت لەو خەو موكناتپسپە ھەستپت كە تپپدا پپت واپە ئەو تەنھا ژيانپكى بەردەستە كە ھەتە، ژيان زۆر لەو زياترە بۆماوہپەكى درپژ بەجۆرپك نەژپاوپن نرپك بپن لە راستەو، رۆحت پپوئستى بە پشوودانە، سروشت بدۆزەرەو، ئەو گرنگە بۆ تۆ، بۆ رۆحپشت.



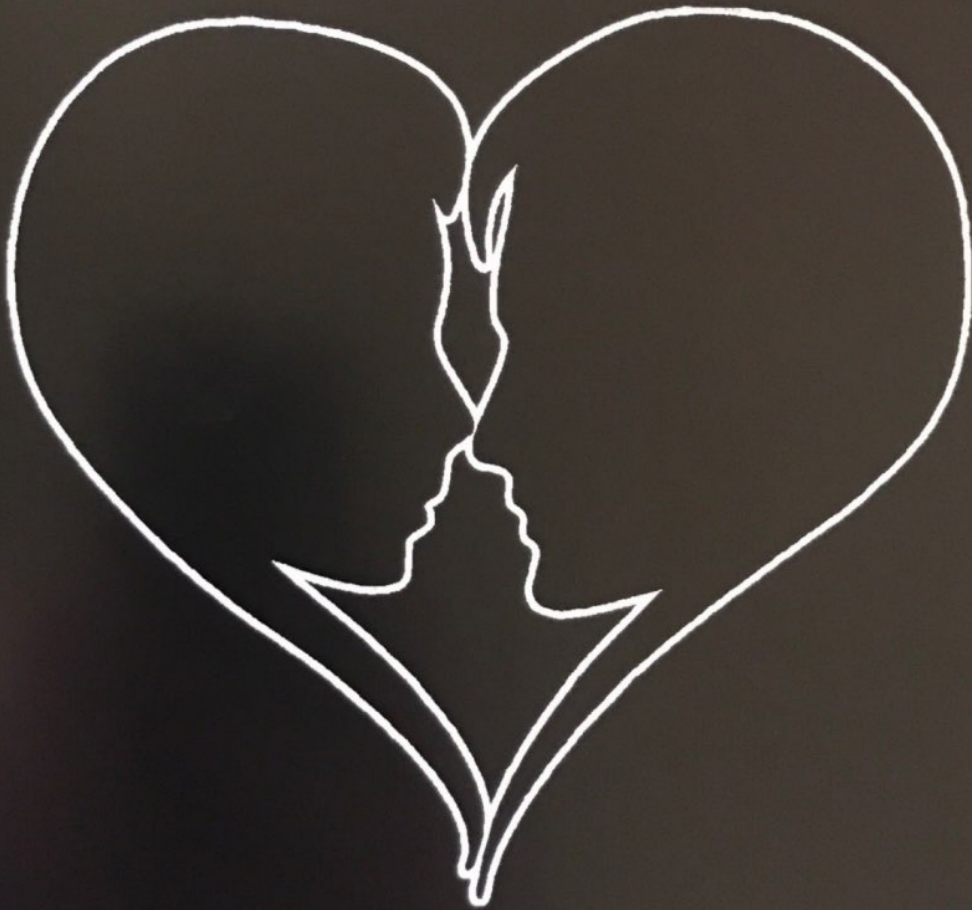
Day 43
You're my indescribable happiness.

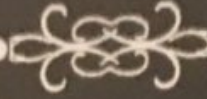
يوم ٤٣
أنت سعادتي التي لا توصف.



رۆژی ٤٣

تۆ ئەو دلخۆشیەمیت که باس ناکریت.

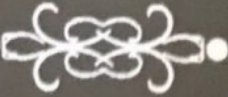




My everything your presence in my life makes me feel beyond blessed. You are the reason for my huge smile. Being around you gives my heart comfort .being around you makes me forget everything that exists in this world. I am fortunate that we found each other in the life.and I will be fortunate if we can find each other in the afterlife It's a privilege for me to love you and be loved by you. The moment you entered my life you made me happy. You made me feel special in every way. Around you, I can always be the real me-something I can never be around anyone else. You are my indescribable happiness. My one and only.

يا كل شيء بالنسبة لي. وجودك في حياتي يجعلني أشعر أنني شخص مبارك و محظوظ. أنت سبب ابتسامتي العريضة. وجودي حولك يمنح قلبي الراحة. وجودي حولك يجعلني أنسى كل ما هو موجود في هذا العالم. كم أنا محظوظ كذلك لأننا وجدنا بعضنا البعض في هذه الحياة، و سأكون محظوظا كذلك إذا عثرنا على بعضنا البعض في الآخرة. إنه لشرف لي أن احبك و أن تحبيني، في اللحظة التي دخلتي فيها حياتي، جعلتيني سعيدا. لقد جعلتني أشعر بأنني مميز في كل شيء. مميز معك يمكنني أن اكون دائما -انا-الحقيقي الذي لا يمكن أن أكونه حول أي شخص آخر. أنت سعادتي التي لا توصف. الأولى و الوحيدة.

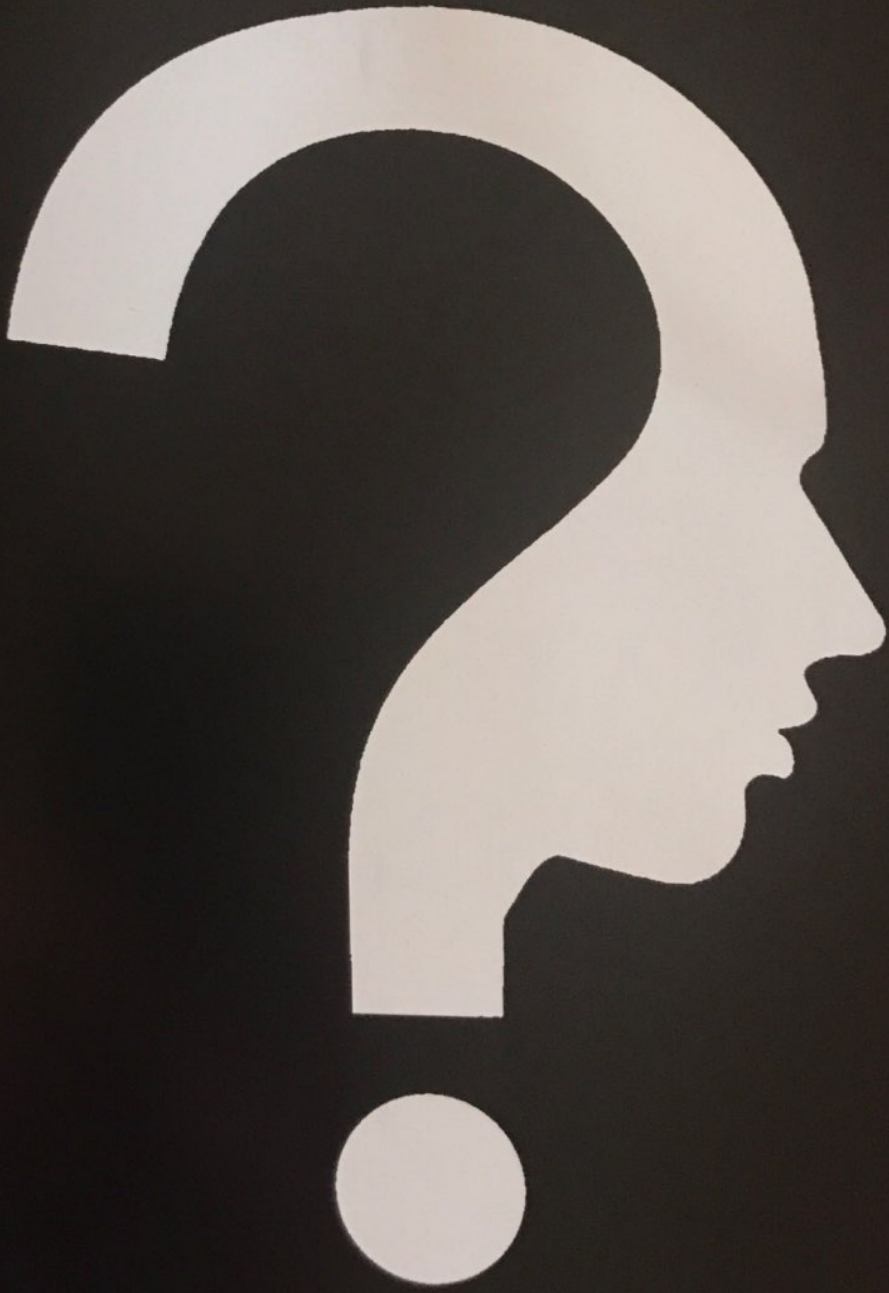




ئەي ھەمووشت بە لاي منەو، بوونی تۆ لە ژيانم وام لیدەكات ھەست
بکەم من زۆر بە بەخت و پیرۆزم، تۆھۆکاری زەردەخەنە دیارەکانمیی،
بوونم لە دەورت وام لیدەكات دلّم ھەست بە ئارامی بکات، بوونم لەگەل
تۆ وام لیدەكات ئەم جیھانەم بێر بچیتەو، چەند بە بەختم کە یەکمان
دۆزییەو، لەم جیھانە بە بەخت دەبم دووبارە، ئەگەر یەکتەر بدۆزینەو، لە
جیھانە کە ی تریش ئەو شکوّمەندیە بۆ من تۆ منت خۆشبویت و منیش
تۆم خۆشبویت، لەو ساتە ی ھاتیتە ناو ژيانم واتلیکردم دلخۆش بۆم، وات
کرد ھەست بکەم کە سیکی تاییبەتم لە ھەموو شتیکی، لەگەل تۆ ھەمیشە
دەتوانم منی راستەقینە بۆم، کە نەتوانیت لەگەل کە سیکی تر بیت،
تۆ ئەو دلخۆشیەمیت کە باس ناكریت.
یەكەم و تەنھا.



رۆژی ٤٤
ئایا رۆژیک لهما باشتی دهیم؟

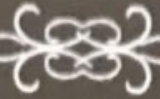




You may often ask yourself this question. Some of you have been doing so from a very young age, while others are asking this of themselves as adults. no matter your age this intimidating question will come to your mind a lot in your life. Figuring yourself out is a long journey. Some may figure themselves out quickly while others need time. Never compare yourself to anyone else in this world everyone is different and unique in their own way. Whatever you are right now, that's exactly where you must be. Your time simply hasn't come but it will eventually. There are seven billion people in this world and they can't all follow the same timeline. We are not living in fantasy, this is reality. so don't despair by asking yourself this question.

قد تسأل نفسك في كثير من الأحيان هذا السؤال. البعض منكم يفعل هذا منذ سن مبكر جدا، بينما يسأل الآخرون أنفسهم كالبالغين. بغض النظر عن عمرك، فإن هذا السؤال سوف يخطر ببالك كثيرا في حياتك. اكتشاف نفسك هو رحلة طويلة. قد يكتشف البعض أنفسهم بسرعة. بينما يحتاج البعض إلى الوقت. لا تقارن نفسك بأي شخص آخر في هذا العالم. الجميع يريدون و مختلفون بطريقتهم. أينما كنت الآن، هو المكان الذي يجب أن تكون فيه بالضبط. وقتك لم يأت، و لكنه سيأتي في النهاية. هناك سبع مليارات شخص في هذا العالم و لا يستطيعون جميعا اتباع نفس الجدول الزمني. نحن لا نعيش في الخيال. هذا الواقع. لذا، لا تقلق من طرح هذا السؤال على نفسك.





زۆربەى كات ئەم پىرسىيارە لە خۆت دەكەيت، ھەندىك لە ئىوھ لە
تەمەنىكى گەورە لەخۆى دەپرسىت، ھەندىكىش لە تەمەنى پىگەيشتنەوھ،
بە چاوپۆشىن لە تەمەنەكەت لە ژيانندا ئەو پىرسىيارە زۆر دىت بە مىشكتدا،
دۆزىنەوھى خۆت گەشتىكى درىژە، خۆت بە كەس بە راورد مەكە، لەم
جىھانە ھەمووان جىاوازن بە پىگى خۆيان، ئەو شوپىنەى ئىستا لىي
وھستاويت ھەمان ئەو شوپىنەى كە پىويستە لىي بيت، كاتت نەھاتوھ،
بەلام لە كۆتايىدا ھەردىت، 7 مليار خەلك ھەىە لەم سەر زەمىنە و
ھەمويان ناتوانن ھەمان خشتەى كات پەپرەو بكەن، ئىمە لە خەيالدا
ناژىن، ئەمە راستىە، بۆىە دوودل مەبە بەرامبەر ئەو پىرسىيارە لە خۆت.



Day 45
Don't be worries, be a warrior.

يوم ٤٥
لا تكن مترددا كن محاربا.



رۆژی ٤٥
دوودل مه به جهنگاوهر به.



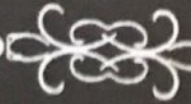
Worry doesn't do you any good. it only wastes your time and mental energy. Worrying won't change the future.

Nor will it change the past but it will surely affect the present .it will exhaust you completely. All this worrying, wondering and doubting is just an easy way to destroy your mental health. You're warrior; warriors never back down from their battles. They face their battles with brave hearts. You have the heart of warrior so don't worry know that God is with you. He won't let you fight battles alone take a deep breath and relax

Everything will work out in your favor ok.

القلق لا يفيدك, إنه يضيع وقتك و طاقتك العقلية فقط. القلق لن يتغير المستقبل, و لن يغير الماضي, لكنه سيؤثر على الحاضر بالتأكيد. سوف يتعبك كثيرا. كل هذا القلق و التساؤل و الشك هو مجرد وسيلة سهلة لتدمير صحتك العقلية, أنت محارب. و المحاربون لا يتراجعون أبدا عن معاركهم. يواجهون معاركهم بقلوب شجاعة. لديك قلب محارب. لذلك, لا تقلق اعلم أن الله معك. لن يدعك تحارب معاركك لوحدهك. خذ نفسا عميقا و استرخ.

كل شيء سيكون في صالحك, حسنا ؟

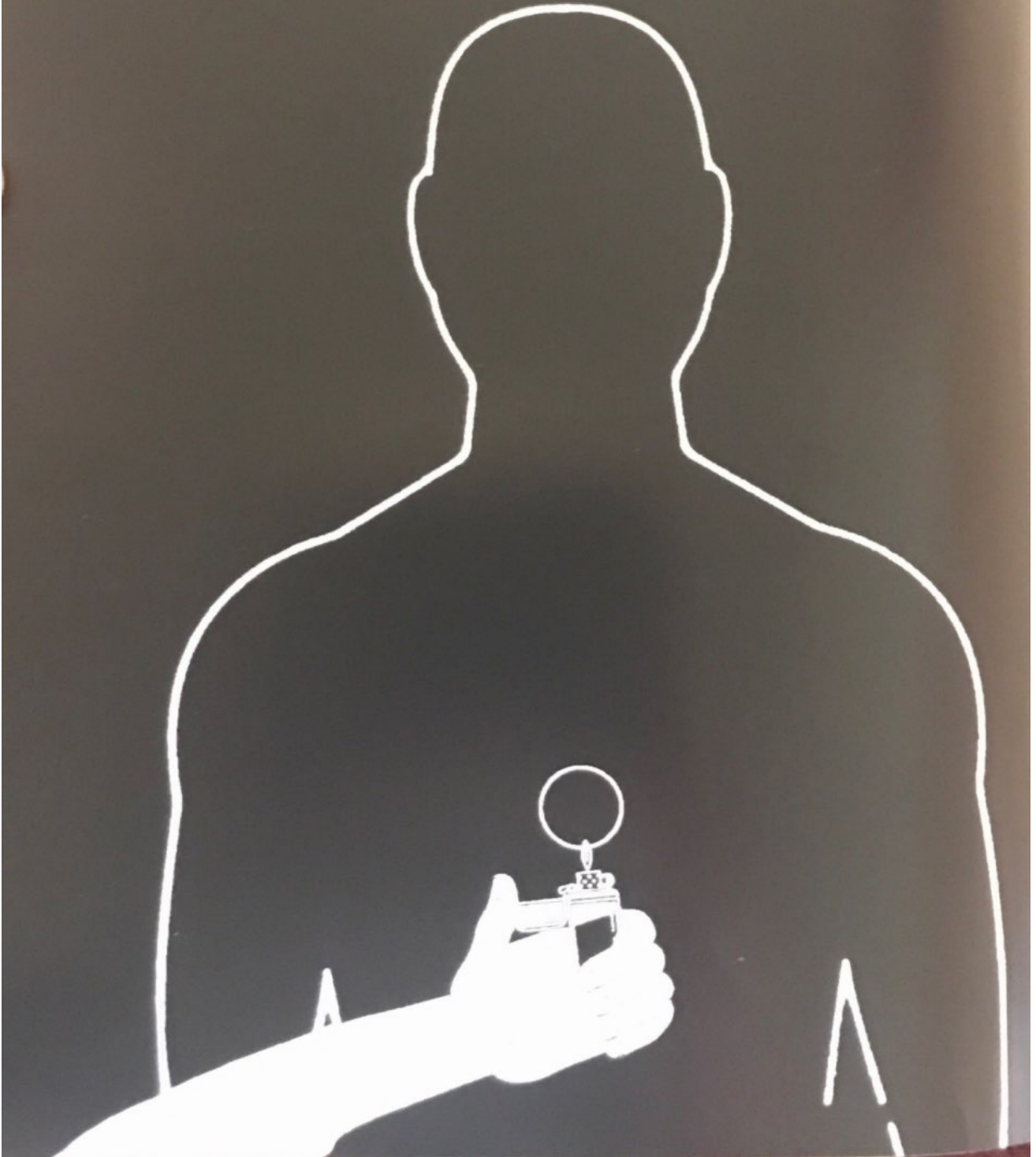


دوودلی به که لکت نایهت، تهنها هیزو تواناو کات و ئەقلت دهبات.
دوودلی داهاتووت ناگۆرپیت، رابردووشت ناگۆرپیت، تهنها کار له ئیستات
دهکات، به دنیایهوه زۆر ماندووت دهکات، ئەم هه موو پرسیارکردن و
دوو دلپیه تهنها زیان به تهندروستی میشتکت دهگهیه نییت، تۆ
جهنگاوه ریت و جهنگاوه رهکانیش هه رگیز ناگه رینه وه له جهنگه کانیا،
پرووبه روی جهنگه کانیا، دهبنه وه به دلپیک ئازایانه وه، دلپیک جهنگاوه رت
ههیه، بۆیه خه مت نه بییت، خوای گه وره له گه لته، ناهیلپیت به تهنها
جهنگه کهت بکهیت، هه ناسه یه کی قول هه لمژه و پشو و بده.
هه موو شتیک له قازانجی تۆ ده بییت باشه؟



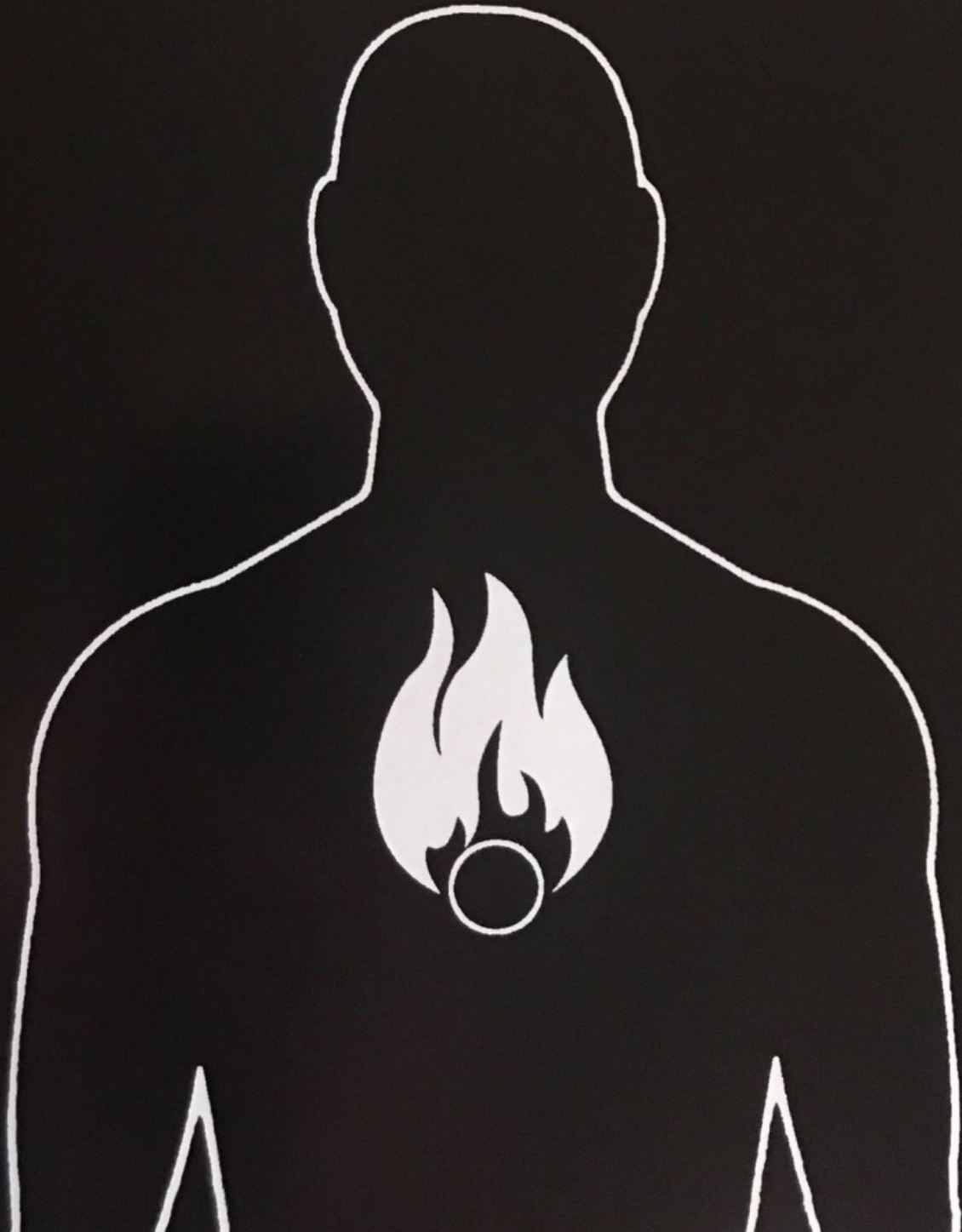
Day 46
Let your passion ignite the fire in you.

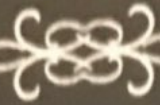
يوم ٤٦
دع شغفك يشغل النار التي بداخلك.



رۆژی ٤٦

بهيّله سوژه بهتینه کهت ئاگر له ناخت ههلبگیرسینیت.

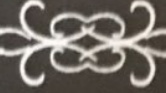




Are you passionate about something in life? How strong is your passion? Is it strong enough to ignite the fire in you? If it isn't, you're not passionate enough. Whatever you are doing or planning to do, do it with passion. A pure energy to make things perfect. Let your passion become your purpose—a purpose to strive more. Let it be the fuel that pushed you further that makes you work hard on something you love. If you don't do something without passion, you'll be wasting your time. Passion is like energy and this energy will unleash your hidden talents.

هل لديك شغف بشيء ما في هذه الحياة؟ ما مدى قوه شغفك؟ هل هو قوى بما فيه الكفايه لإشعال النار بداخلك؟ إذا لم يكن الأمر كذلك، فأنت لست شغوفا بما يكفي. مهما كنت تفعل أو تخطط لأن تفعل، فافعله بشغف. إنه تلك الطاقة النقية التي تجعل الامور مثاليه. دع شغفك يصبح هدفك و غايتك للسعي أكثر. فليكن الوقود الذي يدفعك قدما، و يجعلك تعمل بجديه على شيء تحبه. إذا قمت بشيء من دون شغف، فسقف تضيع وقتك. الشغف كالطاقة، و هذه ستطلق العنان لمواهبك الدفينة.



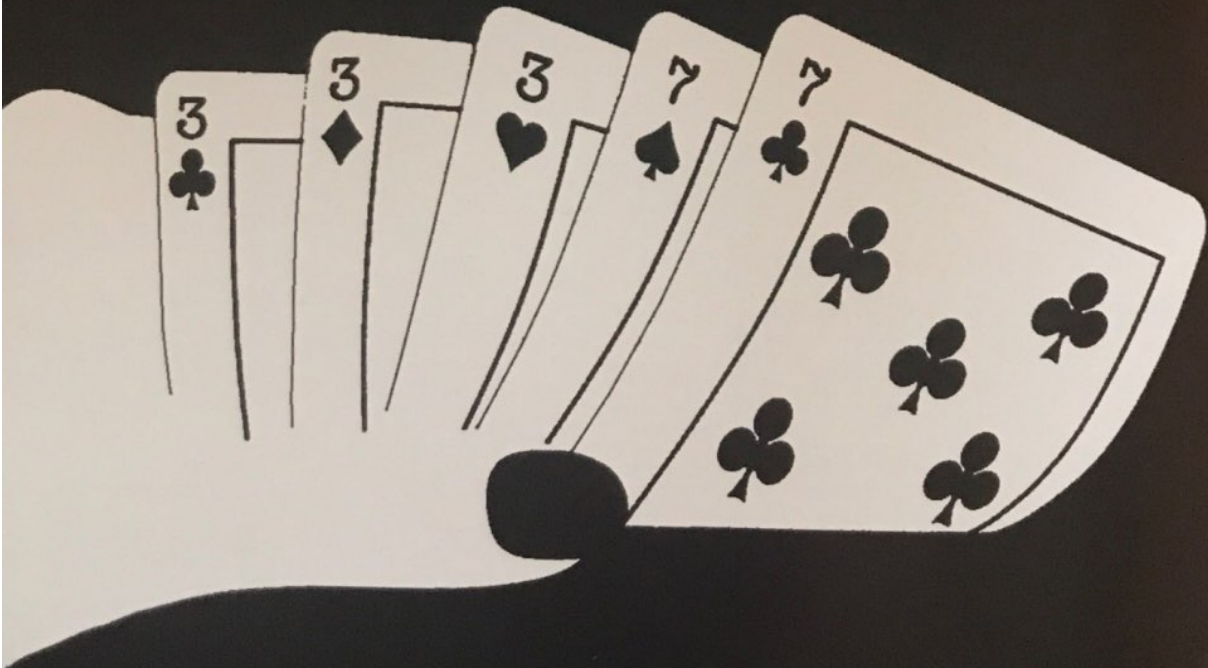


ئايا سەودات ھەيە بەرامبەر شتېك لەم ژيانە، چەندېكە ھېزى ئەو
سەودايەت، ئايا بەسە بۆ ئەوھى ئاگر لە ناخت ھەلبگىرسىنېت، ئەگەر
وانەبو ئەوا ئەوھندە بە سەودا نىت، ھەرچى بگەيت و ھەرچۆن پلانى بۆ
دابنېيت، بە سۆزەوھ بېكە، ئەمە ئەو وزە نايابەيە كە وادەكات شتەكان
نمونەيى بېن، وابكە سۆزت بېيت بە ئامانج و ويستت بۆئەوھى واتلېيكات
ھەولې زياتر بەدەيت، با بېيت بەو سوتەمەنيەي كە وات لېيكات ھەنگاويك
بنييت و واتلېيكات بە راستگوييانە كار بگەيت بۆ ئەو شتەي كە خۆشت
دەويت، ئەگەر شتېكت كرد بە بى سۆز، ئەوا تەنھا كاتى خۆت بەفېرۆ
دەدەيت، سۆز وەكو وزە وايە، ئەم وزەيەش بەھرە شاراوەكانت دەردەخات.

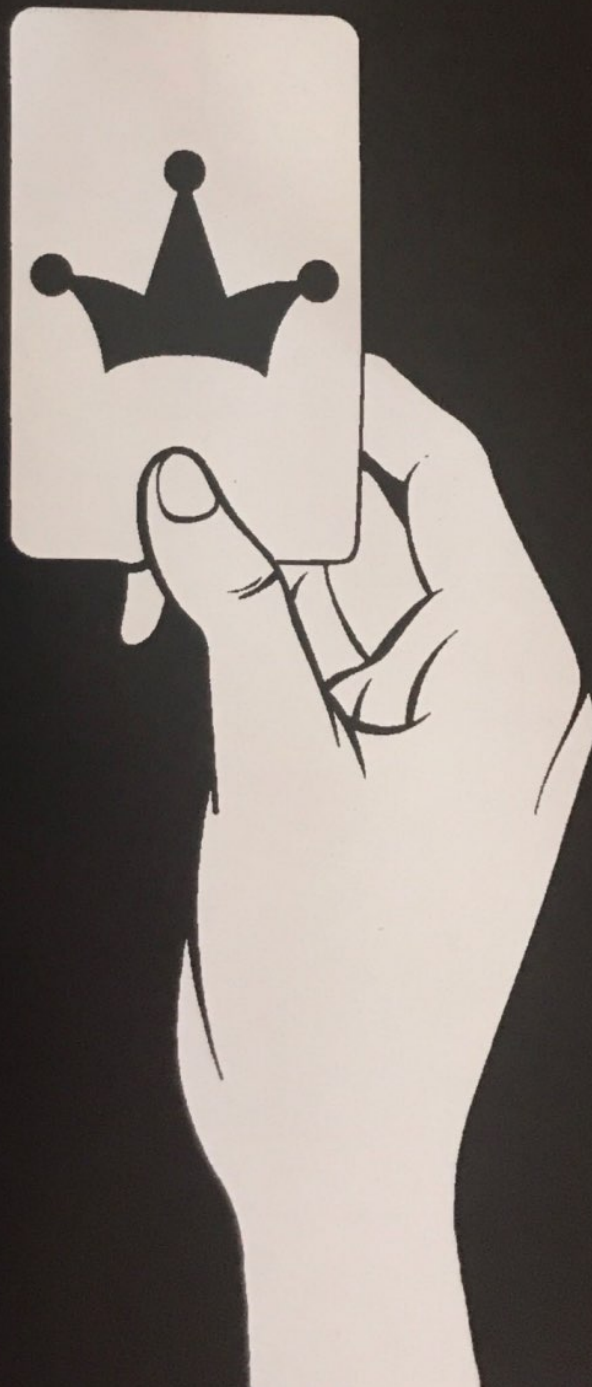


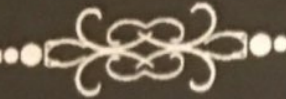
Day 47
You're dealing with wildcard.

يوم ٤٧
أنت تتعامل مع بطاقة نادره.



رۆژی ٤٧
تۆ له گهڵ کارتییکی نایاب مامهله دهکەیت.





Oh, I'm sorry perhaps you've forgotten whom you're dealing with.

Allow me to remind you.

I don't get played. I played along I speak only about things I want because most things aren't worth my time, I may not say anything but I can see everything God gave me one tongue and two eyes. Therefore, I choose to use my eyes more than my tongue. I observe what's happening around me. I stay silent because I know when to act. I wait for the right time. If you're trying to fool me don't waste your time. While you were trying, I turned the tables. You're only fooling yourself. Now you're looking at your cards and thinking about which one to draw out to win but you forgot that...

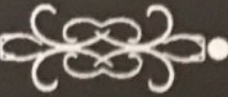
You're dealing with a wildcard.

آه أنا آسف ربما نسيتم مع من تتعاملون.

اسمحوا لي بتذكيركم.

لا أحد يلعب بي. أنا الذي ألعب. أنا أتحدث فقط عن الأشياء التي أريدها لأن معظم الأشياء الأخرى لا تستحق وقتي الثمين قد لا أقول شيئاً و لكن بوسعي رؤيه كل شيء منحني الله لسانا واحدا و عيني اثننتين لذلك خترت استخدام عيني أكثر من لساني أراقب ما حدث أبقى صامتا لأنني أعرف متي أتصرف أنتظر الوقت المناسب إذا تحاول أن تخدعني نصيحتي ألا تضيع وقتك فبينما كنت تحاول قمت بقلب الطاولة أنت تخدع نفسك فقط أنت الآن تنظر إلى بطاقتك و تفكر أي واحد منها تريد أن تختار لتفوز و لكنك نسيت أنك...
تتعامل معى بطاقة نادرة.





ئۆو بمبورن، لهوانهيه لهبیرتان کردبیت لهگهڵ کێ ههلسوکهوت دهکهن،
رێگهه بدهن با بهبیرتان بهینمهوه:
کهس یاریم پیناکات، ئهوه منم یاری دهکهم، من تهنها باسی ئهو شتانه
دهکهم که دهمهویت، چونکه زۆربهی شتهکانی تر شایانی ئهو کاته
بهرخهیی من نین، هیچ نالییم، بهلام له توانامدايه ههموو شت ببینم،
خوای گهوره یهک زمان و دوو چاوی پێداوم، بۆیه بریارم داوه زیاتر چاوم
بهکار بهینم وهک له زمانم، چاودیڤری ئهوه دهکهم له چواردهورم، بێدهنگ
دهبم، لهبهرئهوهی ئهزانم له چ کاتیگدا دهبیت رهفتار بکهم، چاوهڤری کاتی
شیاوم، ئهگه ههولدهدهی بمخهلهتینیت ئامۆزگاریم ئهوهیه کاتی خۆت به
فیرو نهدهیت، ئهوکاتهی تو خهریکه ههولدهدهیت، من میزهکهم سوراندوه،
ئێستا سهیری کارتهکان بکه و بیربکهوه، کامیانت دهویت براوهبیت، بهلام
تو لهبیرت کرد تو....
مامهله بکهیت به کارته ناوازهکهوه.



Day 48

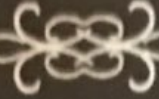
**In the mildest of solitude,
you'll learn more about yourself.**

يوم ٤٨

خلال عزلتك ستكتشف المزيد عن نفسك.

پوڙى ۴۸

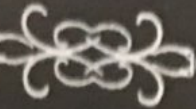
لهو کاتهى ته نهايت زياتر له بارهى خوځته وه فير ده بيت.



To know who you really are.to explore what you want.to find the answer you're seeking spending time alone is healthy .learn to find contentment in this solitude. You are learn to have faith in yourself more hank faith in others.in this moment you'll learn to be wise.in this moment you will know your God your purpose.in this moment you'll find the peace you've been seeking you find strength in your own presence instead of depending on the presence of others to give you strength. You'll reflect on yourself. Contemplate. Solitude is necessary for you to understand yourself better. Therefore, never be afraid to be alone. Find the courage to be with you more often there's a reason why our beloved prophet enjoyed solitude ponders this.

لكي تعرف من أنت حقا. لإستكشاف ما تريد. للعثور على الإجابات التي تبحث عنها. قضاء بعض الوقت بمفردك يعتبر أمرا جيدا و صحيا. تعلم العثور على الرضا و الطمأنينه في هذه العزلة. ستتعلم أن تؤمن بنفسك أكثر من ايمانك بالآخرين. في اللحظة. ستتعلم كيف تكون حكيما. في هذه اللحظة, سوف تتعرف أكثر على خالقك. و هدفك. في هذه اللحظة, ستجد ذلك السلام الذي طالما بحثت عنه. ستجد القوة في وجودك أنت عوضا عن الإعتماد على وجود الآخرين ليمنحوك القوة. سوف تفكر في نفسك أكثر. تفكر و تأمل و تبصر. العزله ضرورية لفهم نفسك بشكل أفضل. لذلك, لا تخف أبدا من أن تكون وحدك. ابحث عن الشجاعة لتكون مع نفسك في كثير من الأحيان. فهناك سبب وراء محبة نبينا الحبيب للعزلة. تأمل و تفكر في هذا.





بۇ ئەوھى بزائىت كىيىت، ئەوھى بدۆزىتەوھى كە چىت دەوئىت، بۇ ئەوھى
وھلامەكان بدۆزىتەوھى كە بەدوای دەگەرايت، بەسەبردنى كاتىك بە
تەنھايى كارىكى باشو تەندروستە، فىرى دۆزىنەوھى قايل بون و دلئايى
بىھ لەو ماوھى داپرانەدا، فىردەبىن. زياتر باوھرت بە خۆت ھەبىت وھك لە
باوھرت بەوانى دى، لەم ساتەدا فىردەبىت چۆن بىرمەند بىت، لەم ساتەدا
زياتر لەبارھى خولقىنەرەكەتەوھى دەزانىت و ئامانجت لەم ساتەدا ئەو ئاشتىھ
دەدۆزىتەوھى كە چەنىكە بەدوایدا دەگەرايت، ھىز دەدۆزىتەوھى لە برى
پشتبەستن بەبونى ئەوانى تر كە ھىزت بەدەنى، بىر لەخۆت بکەوھ، زياتر
بىرېكەوھ، تىپرابمىنە و بىينە داپران گرنگە بۇ تىگەىشتن لە خودى خۆت بە
باشتر، بۇيە لە زۆربەى كاتەكاندا ھۆكارىك ھەيە بەرامبەر خۆشەويستى،
پىغەمبەرى ئازىزمان(ص) بۇ تەنھايى و تىپرامان و بىرکردنەوھى لىي.

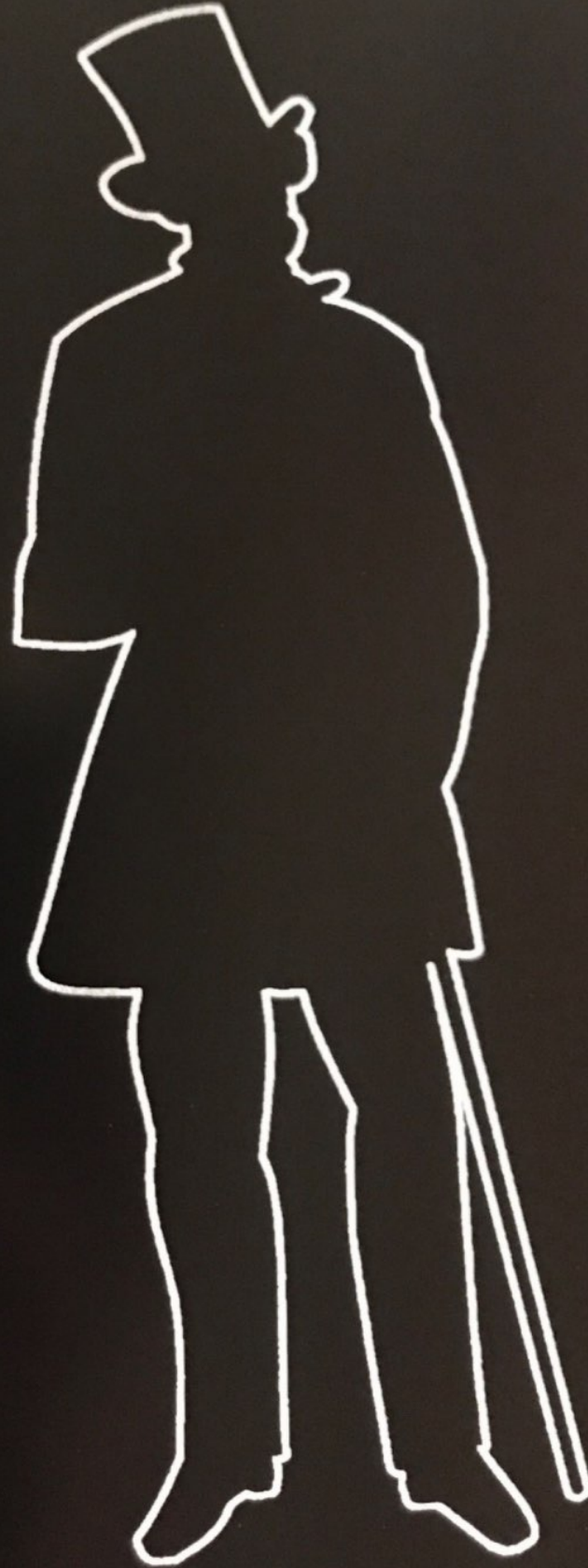


Day 49
I'd rather remind a classic

يوم ٤٩
أفضل بقاء كلاسيكيا.



رۆژی ٤٩
باشتره به دیرینی بمینیتهوه.



In an era of endless trends, remain a timeless classic. Be a gentleman this will never go out of fashion by "be a gentleman "I don't mean you should just open the car door for your lady and then think you're a gentleman...

I'm talking about your overall behavior. Some people consider being gentleman to be old-fashioned. However, to be whom you want to be you don't need anyone's validation, stay classy. This will never go out of style. Treat people with the utmost respect. be chivalrous towards women be realistic be honest be gallant be decent be polite be noble

Its time to assume the character of gentleman.

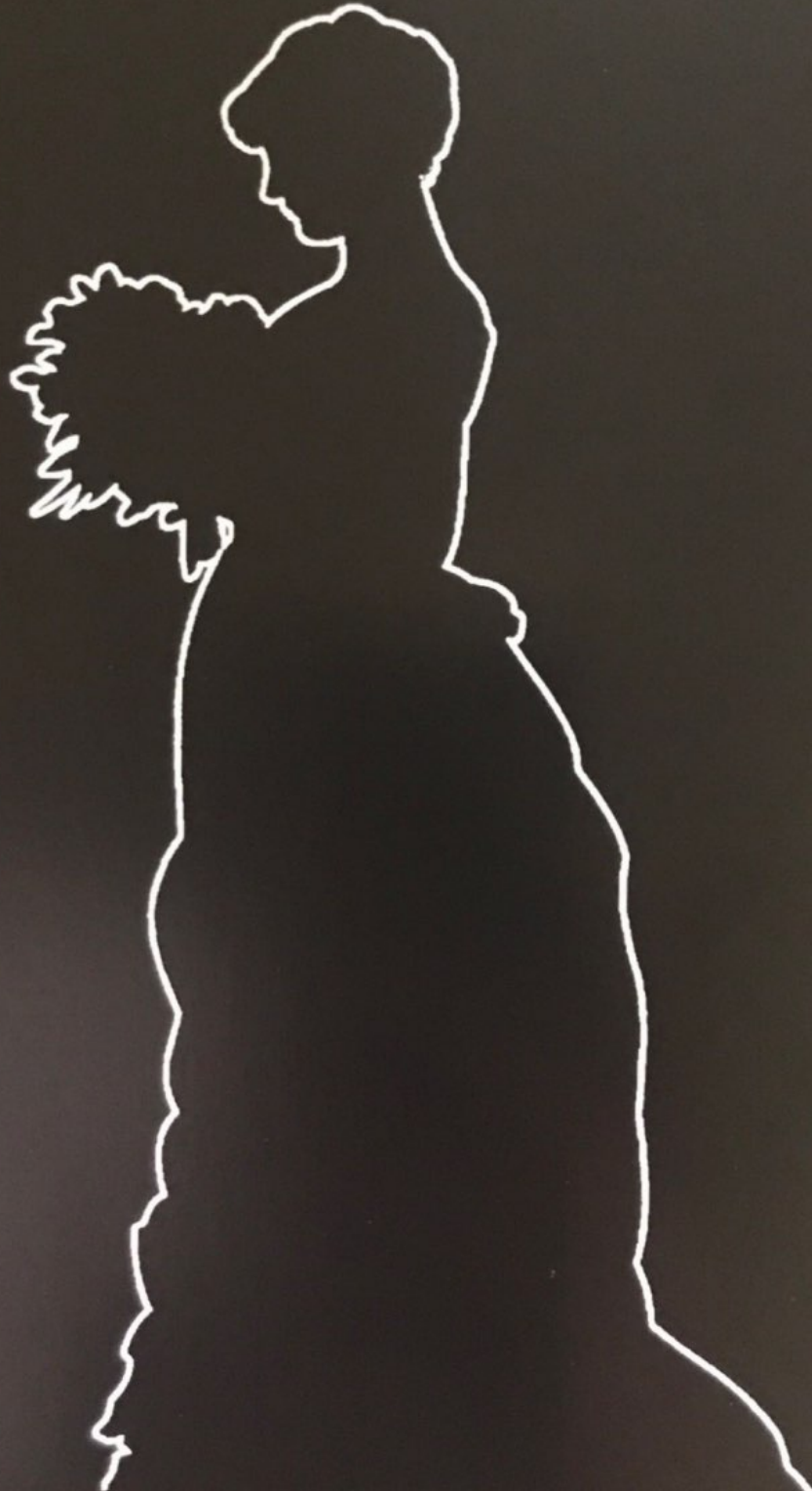
في عصر الإتجاهات التي لا نهاية لها، تبقى الكلاسيكية خالدة. كن رجلا نبيلًا. فهذه الموضة لا تنتهي أبدا. ب"كن رجلا نبيلًا"، أنا لا أقصد أنه يجب عليك فتح باب السيارة لسيدتك، لتعتقد أنك رجل نبيل ... ؛)

أنا أتحدث عن سلوكك العام. بعض الناس يعتبرون الرجل النبيل موضة قديمة. و مع ذلك، أن تكون من تريد أن تكونه، شيء لا يحتاج منك أن تتحقق من صحته أبدا. كن أنيقا راقيا. هذه الأناقة لن تنتهي موضتها. عامل الناس بأعلى درجات الإحترام. كن شهما في تعاملك مع النساء. كن واقعيًا. كن مهذبًا. كن نبيلًا. كن صادقًا. كن شجاعًا. كن لطيفًا و كريما. حان الوقت لتتحلى بصفات الرجل النبيل.

لهو سهدهى كه ئاراستهكان كۆتاييان نايهت، ماندوه به دېرىنى نهمريهوه.
ببه به پياويكى خانهدان، ئەم مۆدىله تەواو نايىت، "ببه به پياويكى
خانهدان"، من مەبەستم ئەوه نيه دەرگاي ئۆتۆمبىل بۆ خانمەكەت
بكهيتەوه، پىت وايىت بەمە بوى به پياويكى خانهدان، من مەبەستم
هەلسوكەوتتە، به شيوهيهكى گشتى هەندىك خەلك پىيان وايه بون به
پياويكى خانهدان لەبەر كردنى جلى مۆدىل كۆنە، لەگەل ئەوهشدا ببه
بهوهى كه دەتهويىت، پىويست ناكات لەگەل هەموو كەس خۆت
بگونجىنيت، به نايابى بمينهوه، ئەم نايابيه به مۆده بەدى نايهت، لەگەل
خەلك بهو پەرى رېزەوه هەلسوكەوت بكە، مەرد به له هەلسوكەوتكردن
لەگەل خانمان، راستگۆبه، ئازا به، ميهرهبان به، و سەرنج پراكيش به.
ئىستا كاتى ئەوهيه سيفاتى پياوى خانهدان بپۆشيت.

Day 50
It's your lucky day you met a lady.

يوم ٥٠
إنه يوم حظك حين تقابل سيده.



رؤڙى ۵۰
رؤڙى بهخته، ٺه و کاتهى خانميک ده بينيت.



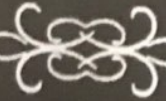
"Not a girl. You have to meet sunshine mixed with a little hurricane". Girls its time to act like a lady. When you act like a lady,

He'll act like a gentleman. be classy however simply eating in a luxuries restaurant or wearing an expensive dress doesn't make you classy to be classy is to be kind respectful, understanding patient confidant and polite you cant tell people that you are a lady or have become a lady. Only lady. Only your behaviour will reveal this. Being a lady is a matter of choice. Respect yourself enough to choose to be a lady over everything else.

Hey pretty lady you are gorgeous.

P.S may this bring a million-dollar smile to your face.

ليست فتاه فحسب. عليك أن تقابل أشعة الشمس الممزوجة بقليل من الأعاصير أيتها الفتيات, حان وقت التصرف كسيدات. فحين تتصرفين كسيده, هو بالمقابل كرجل نبيل محترم. كوني راقية. و لكن هذا لن يحدث فقط بتناولك الطعام في مطعم فاخر أو ارتدائك فستانا باهظ الثمن. أن تكوني راقية معناه أن تكوني لطيفة, محترمة, متفهمة, صبورة, واثقة و مهذبة. لا يمكنك أن تخبري الناس أنك سيده و أنك أصبحت سيده. وحده سلوكك هو من سيكشف عن هذا. كونك سيده هي مسألة اختيارية. احترامك الكافي لنفسك سيجعلك تفضلين أن تكوني سيده أكثر من أي شيء آخر. مرحبا أيتها السيده الجميلة. كم أنت رائعة. ملاحظة: أتمنى أن يرسم هذا ابتسامة مليون دولار على وجهك الجميل.



تەنھا كچىك ئىيە، دەپت تىشكى خۇر بىننيت
كە تىكەل كراوۋە لەگەل كەمىك لە زىيان.
كچىنە، كاتى ئەوھىيە وەكو خاتوونەكان رەفتار بكن، لەو كاتەى وەكو
خاتوونىك رەفتار دەكەيت، ئەوئىش لەبەرەمبەرتا وەكو پىاوىكى خانەدانى
بەرئز رەفتار دەكات، شۇخ و شەنگ بە، بەلام ئەمە بەو بەدى نايەت
بچىت لە چىشتخانەيەكى گرانبەھا خواردن بخۇى و كراسىكى گران بەھا
بپۇشيت، شۇخ و شەنگ بيت بەواتاى ئەوھى مېھرەبان بيت، بەرئز و
تىگەشتوو بيت، ئارام بيت، قايل بيت، بەرەوشت بيت. ناتوانيت بە خەلك
بلىيت تۇ خاتوونيت، و ببى بە خاتوون، تەنھا رەفتارەكانت دەتوانىت
ئەوھت پىشان بدات، بوون بە خاتوون بابەتىكى ھەلبۇزۇردراوھ، رىزگرتنت
لە خۇت واتلىدەكات ببىت بە خاتوون،
ببىت بە خاتوونىك زياتر لەھەر شتىك.
سلاو خاتوونە جوانەكە، چەند نايابىت.
تېبىنى: ھىوادارم ئەم زەردەخەنە جوانە
ملىۇنىك دۇلار بكىشىت لەسەر رووخسارت.



Day 51
Your complete will be their greatest gift.

يوم ٥١
اهتمامك الكامل سيكون اعظم هديه لهم.



رۆژی ۵۱
گرنگی پیدانی تەواوەتی
بەنرخترین دیاری دەبێت بۆیان.



We have many entertainment options that distract us from our priority. our priority is to give our complete attention to our family member, parents and friends .we tend to forget how important and necessary this is .notice your family members. Are they experiencing something that requires your attention? Are your parents lonely? Your friends whom you remember only when you want to have fun...do they need someone to talk to? Be attentive to your surroundings. Attentive to your circle. Leave your smartphone behind for a while. Close your laptop for a bit. Turn off your TV for a day. Go to your loved ones. Sit with them. Talk to them present yourself to them. Sometimes al someone wants is your complete attention.

لدينا العديد من الخيارات الترفيه التي تلهينا عن أولوياتنا. أولوياتنا هي إعطاء اهتمامنا الكامل لأفراد عائلتنا و أبائنا و أصدقائنا. نميل أحيانا إلى نسيان مدى أهمية هذا الأمر و ضرورته. لاحظ أفراد عائلتك. هل يواجهون شيئا يتطلب انتباهكم؟ هل يشعر أبويك بالوحدة؟ أصدقاءك الذين تتذكرهم فقط حين تريد قضاء وقت ممتع ...هل يحتاجون شخص للتحدث معه؟ كن منتبه لمحيطك. منتبها لدائرتك. دع هاتفك الذكي جانبا لفترة . أغلق حاسوبك المحمول قليلا. تلفازك لمدة يوم. اذهب إلى أحبائك. اجلس معهم. و تحدث معهم. قدم نفسك لهم . ففي بعض الأحيان كل ما يردده الشخص هو اهتمامك الكامل.



زۆر پىرىارى ناگرنگمان ھەيە، كەوادەكات لە كارە پىشىنەكانمان دوورمان
بخاتەو، پىشىنەو گرنگەكانمان گرنگىدانمانە بە تاكەكانى خىزانەكەمان و
دايك و باوكمان و ھاورپىكانمان، لەوانەيە لەبىرى بكەين ئەمانە چەندە
گرنگ و پىويستەن، تىيىنى تاكەكانى خىزانەكەت بكە، ئايا پرووبەپروى
شتانىك دەبنەو پىويستى بە ئاگايى ئىوھ ھەيە، ئايا باوكت ھەست بە
تەنھايى دەكات، ھاورپىكانت كە تەنھا كاتى بەسەربردنى كاتىكى خۆش
ئەوانت بىر دىتەو، ئايا پىويستىيان بە كەسكە قسەيان لەگەلدا بكات،
ئاگادارە، بۇ دەوروبەرەكەت تەلەفىزۇنەكەت بۇ ماوھى رۇژىك بكوژىنەو،
پرو بۇ لاي ئازىزانت، لەگەلئان دابنىشە، لەگەلئان قسە بكە، خۆتياى بۇ
تەرخان بكە، ھەندىك جار ھەمو ئەوھى بەرامبەرەكەت لىتى دەوئ
گرنگى دانى تەواوھتى تۆيە.



Day 52
What goes around comes around.

يوم ٥٢
كل ما تزرعه تحصده.



۵۲ رۆڭى
چى بچىنى ئەو ئەدورىتەو.

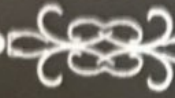


Whenever you do good or bad always find it way back to you some call this "karma". Before does something remember that whatever it is it will come back to you? If you do good great will come back to you if you do something worse will come back to you this will happen one way or another not now but later.in different ways different time maybe not in the present but the future. Before you do anything make sure you're ready to face the consequences. Understand this
Be careful.

أيا كان ما تفعله, سواء كان جيدا أم سيئا, فإنه سيجد طريقه إليك دائما, هذا ما يسميه البعض بـ"الكرمة" قبل أن تفعل أي شيء تذكر أنه مهما كان, سيعود إليك. إذا قمت بعمل جيد, فسيعود لك بشكل أعظم. و إذا قمت بعمل سيء. سيعود إليك بشكل أسوأ. هذا سيحدث بطريقه أو بأخرى, ليس الآن و لكن لاحقا. بطرق بختلفة, في وقت مختلف, ربما ليس في الحاضر و لكن في المستقبل. لذلك و قبل أن تفعل أي شيء, تأكد من أنك مستعد لمواجهة العواقب.

افهم هذا جيدا.
كن حذرا.





هميشه هرچی بکهیت باش یان خراپ دیته وه سهر پښت، هه ندیک
ئمه به چاره نوس ناوده بن، پیش ئه وهی هر کاریک بکهیت بیر بکه ره وه
که ده گه پښت وه بولات، نه گه کاریکی باش بکهیت، نه وه به شیوه یه کی
باشتر ده گه پښت وه بۆت، وه نه گه کاریکی خراپ بکهیت، نه وه به خراپتر
بۆت ده گه پښت وه، نه مه رووده دا به هر ریگایه ک بیټ، ئیستا نا، به لام له
دواتر به ریگایه کی جیاواز، له کاتیکی جیاواز، له وانیه له ئیستادا نه بیټ،
به لام له داهاتوو، بویه پیش ئه وهی هر شتیک بکهیت دلنیا به له وهی ئایا
ئامادهیت رووبه رووی بیته وه، نه مه به باشی تیگه.
ئاگادار به.



Day 53

Every day my demons try to break free
from the prison in which I've locked them.

يوم ٥٣

كل يوم تحاول الشياطين بداخلي
أن تتحرر من السجن الذي احتجزتها به



Everyone has inner demons. Some of us have allowed these demons to overtake us others fight them every day some have locked them deep inside a prison. They dwell inside us al don't ear your demons but don't underestimate them either they love provoking you conquer your demons arrest them and imprison them for life.

Acknowledge that they will try to break free. Determine how they are trying to escape what is triggering them to escape from your prison? Know these triggers; don't let them be the reason why your demons break free from your prison.

هناك شياطين بداخلنا جميعا. البعض منا قد يسمح لهذه الشياطين بالتغلب عليه. أما البعض الآخر فيحاربهم يوميا. البعض احتجز شياطينه داخل سجن بداخله. هم يسكنونا جميعا. لا تخف من شياطينك. و لكن إياك أن يستخف أو تقلل من شأنهم. فهم يحبون استفزازك. اقهر شياطينك. اقبض عليهم و اسجنهم مدى الحياة. أرديك أن تعلم بأنهم سيحاولون الفرار. حدد كيف يحاولون الهروب. ما الذي يثيرهم ليهربوا من سجنك؟ اعرف هذه المحفزات و لا تجعلها سببا في هرب شياطينك من سجنك.

له ناخی هه موواندا کۆمه لێک ئه ههریمهن ههیه، هه ندیک پرسی به وه داوه
 ئه م ئه ههریمه نانه دهستی به سهردا بگرن، به لام هه ندیکی تر پرۆژانه دژیان
 ده جهنگن، هه ندیک زیندانیان کردوون له ناخیاندا، ئه وان له ناو ئیمه دان،
 له ئه ههریمه نه کهت مه ترسه، به لام نه کهی له به هایان کهم بکه یته وه، یا خود
 گالته یان پێکهیت، له به ره ئه وهی چه زیان له وهیه تورته بکهن،
 ئه ههریمه نه کانت چه مبار بکه، بیانگره و زیندانیان بکه تا کۆتایی ژیان.
 ده مه ویته بزانیته هه ولی ده رباز بوون ده ده ن، دیاریکه چه ون ده توان
 ده ربازبن، ئه وه چه کاریان تی ده کات، تا کو ده ربازبن له زیندانه کهت، ئه م
 پێشه اتانه بزانه و وامه که هۆکاریک بیته بو ده رباز بوونی ئه ههریمه نه کان له
 زیندانه کهت.

Day 54
I wish I had more time...

يوم ٥٤
أتمنى لو كان لدي المزيد من الوقت.



پڙڙي ۵۴

هيوا خوازم کاتي زياترم هه بوايه.



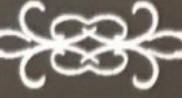
A human being's biggest regret

Time is one the most influential factors in a person's life one of mankind's biggest challenges has been measuring time accurately .I an afraid that time is not eternal it passes quickly it waits for nobody you can barely keep up with it.

Even when you try to schedule everything and make the most of the time you have its still not enogh.it keep running can't be stopped it can't be bought it cat be owned or kept once lost it can never return ask yourself are you content with where you are right now? Are you doing what you love? Are you happy with yourself? Your time is running out you must realize the significance of time before its too late.

أكبر ندم للإنسان.

الوقت هو أحد أكثر العوامل المؤثرة في حياة الإنسان. لقد كان من أكبر التحديات البشرية قياس الوقت بدقة. أخشى أن الوقت ليس أبديا. يمر سريعا. لا ينتظر أحدا. و بالكاد تستطيع مواكبة ذلك. حتى عندما تحاول جدولة كل شيء و تحقيق اقصى استفادة من الوقت المتاح لديك. يظل هذا غير كاف. يستمر الوقت في الركض. لا يمكن ايقافه. لا يمن شراؤه لا يمكن امتلاكه أو حتى الاحتفاظ به. و عندما نفقده, لا يمكننا استعادته مجددا. اسأل نفسك, هل أنت راض بالمكان الذي أنت فيه الآن؟ هل تفعل ما تحب؟ هل أنت سعيد بنفسك؟ وقتك ينفذ. يجب أنت تدرك أهمية الوقت قبل فوات الأوان.



گه وره ترين په شيمانى مروځ.

کات يه کيکه له بابته هه ستياره کاني ژيانى مروځ، گه وره ترين به رهنگارى له ميژووى مروځايه تى ديارى کړدى کات بوه، به شيوه يه کى ورد، ده ترسن کات هه ميشه يى نه بڼت، به خيراى تپه رڼت، چاوه رڼى که س ناکات، تو زقاليک ده توانيت بيه لپته وه، ته نانه ت نه و کاته شى خسته ي هه موو شتت داده نيى، کات به رده وام ده بڼت له را کړدن، ناتوانى بيوه ستينيت، ناتوانيت بيکريت، ناتوانيت خاوه نداريتى بکه يت، يان بپاريزيت و له و کاته ي له ده ستى ده ده يت ناتوانين بيگه رڼينه وه، دووباره له خو ت بپرسه، ئايا دل ت به خو ت خو شه؟ کات ت نه روا، ده بڼت درک به گرنگى کات بکه يت، پيش نه وه ي کار له کار بترازيت.



Day 55

When you look in the mirror you'll see your personality instead of your appearance will you still be beautiful.

يوم ٥٥

عندما تنظر فى المرآي و ترى شخصيتك
بدلا من مظهرك هل ستبقى جميلا ؟



پوڙي ۵۵

کاتيک سهيري ٿاويڻه دهکھيت کهسايهتيت ببينيت
لهجياتي شيوهت، ههر به جواني دهمنيتهوه؟

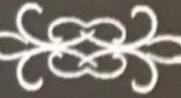


Will you?

Is your personality beautiful just like your appearance?
Will looking at your personality make you proud?
Your personality-not your appearance-define you .if you
have horrid personality no amount of products will ever
make you beautiful. a person's true beauty lies in his or her
personality while the beauty of your appearance may attract
the eyes of many the beauty of your personality will capture
the heart of many your personality is who you are and who
you will for the rest of your life your appearance isn't age-
less but your personality is.

هل ستبدو كذلك؟

هل شخصيتك جميلة تماما مثل مظهرك؟
هل النظر إلى شخصيتك يجعلك فخورا ؟
شخصيتك و ليس مظهرك تحددك. إذا كان لديك شخصية
مروعة, فلن تستطيع أي كمية من منتجات التجميل أن تجعلك
جميلا أبدا. إن جمال الشخص الحقيقي يكمن في
شخصيته/شخصيتها . في حين أن جمال مظهرك قد يجذب
أعين الكثيرين, إلا أن جمال شخصيتك سوف يأسر قلوبهم.
شخصيتك هي من أنت و من ستكون لبقية حياتك. مظهرك
ليس دائما, و لكن شخصيتك هي التي ستدوم.



ئايا بهو شيوه دهمنيتهوه؟

ئايا كهسايهتيت وهكو شيوهت جوانه؟

ئايا سهيرکردني كهسايهتيت واتليدهكات شانازي به خوتهوه بکهيت؟
كهسايهتيت نهك شيوهت ديارى دهكات، ئهگه كهسايهتبييهكي ناشرينت
ههبيت، ئهوه هيچ پريک له بابهتهكاني جوانکاري ناتوانيت جوانت بکات،
جواني راستهقينهى كهسيک له كهسايهتبييهكهى دياره، له کاتيکدا جواني
پرووکهشت سهرنجى چاوان رادهکيشيت، بهلام جواني كهسايهتيت کار له
دليان دهكات، كهسايهتيت دهبرپينه له تو و بو ههميشه دهمنيتهوه،
شيوهت بو ههميشه نامينيتهوه، بهلام كهسايهتيت دهمنيتهوه.



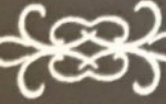
Day 56
An angel's love

يوم ٥٦
الحب الملائكي.



رۆژی ۵۶
خۆشهویستی فریشتهیی





Unconditional love. A compassionate kind of love a self-less love the kind that lets you be free the kind that places glow of happiness on your face the kind that makes you whole when you are broken into pieces the kind that nurtures you the kind that shines in dark times the kind that is a great calm in the storm the kind that lifts you the kind that makes you feel alive the kind that gives you strength the kind you trust the most the kind that makes all other kinds of love irrelevant. The kind that makes you feel as though the world doesn't matter a love so pure it can be called an angel's love.

Do you have such kind of love in your life

هو حب غير مشروط. نوع من أنواع الحنون و الحساس. حب غير أناني. النوع الذي يعطيك الحرية. الحب الذي يرسم وهج السعادة على وجهك. الحب الذي يجعلك كاملاً حين تكون محطماً إله أشلاء. الحب الذي يغذيك. الحب الذي يضيء في الأوقات المظلمة. هو الهدوء العظيم أثناء العاصفة. الحب الذي يأخذك عالياً. الحب الذي يجعلك تشعر أنك على قيد الحياة. الحب الذي يمنحك القوة. الحب الذي تثق به أكثر من أي شيء آخر. الحب الذي يجعل جميع أنواع الحب الأخرى لا صلة لها ببعضها. النوع الذي يجعلك تشعر كما لو أن العالم بأسره لم يعد له أهمية. إنه حب في غاية النقاء و الصفاء, بإمكانك أن تسميه الحب الملائكي .

هل لديك مثل هذا النوع من الحب في حياتك؟



خۇشەويستىيەكى بە مەرج نىيە، جۇرپكە لە جۇرەكانى خۇشەويستى،
ھەست و نەست خۇشەويستى خۇويستىن نىيە، ئەو جۇرەى لە ئازادىت
پىدەدات خۇشەويستىيە، كە وادەكات دلخۇشى لەسەر پرووخسارت
بكىشىت، ئەو خۇشەويستىيە كە وادەكات كۆبىتەو لەو كاتەى پارچە
پارچە بوويت، ئەو خۇشەويستىيە كە راتدەھىيىت، ئەو خۇشەويستىيە
رپت بۇ پرووناك دەكاتەو لە كاتە تارىكەكاندا، ئەو بىدەنگى لە كاتى
زىيانە، ئەو خۇشەويستىيە بەرزت دەكاتەو، ئەو خۇشەويستىيە وات
لیدەكات ھەست بكەيت دەژىت، ئەو خۇشەويستىيە ھىزت
پىدەبەخشىت، ئەو خۇشەويستىيە لە ھەمو شت زياتر متمانەى
پىدەكەيت،

ئەو خۇشەويستىيە كە وا دەكات ھەموو خۇشەويستىيەكانى تر
پەيوەندىان پىكەو نەمىيىت، ئەو جۇرەى كە وات لیدەكات ئەم جىھانە
بە تەواوى گىرنگى بۇت نەمىيىت، ئەم خۇشەويستىيە زۇر خاويىنە،
دەتوانىت بە خۇشەويستىيە فرىشتەيى ناوزەندى بكەيت.
ئايا لەم جۇرە خۇشەويستىيەت ھەيە لە ژيانندا؟

Day 57

I don't want to know how they died...
I want to know how they lived.

يوم ٥٧

لا أريد أن أعرف كيف ماتوا
أريد أن أعرف كيف عاشوا.



رؤڻي ۵۷

نامه‌ويٽ بزانم چوڻ مردن،

دهمه‌ويٽ بزانم چوڻ ڙيان.



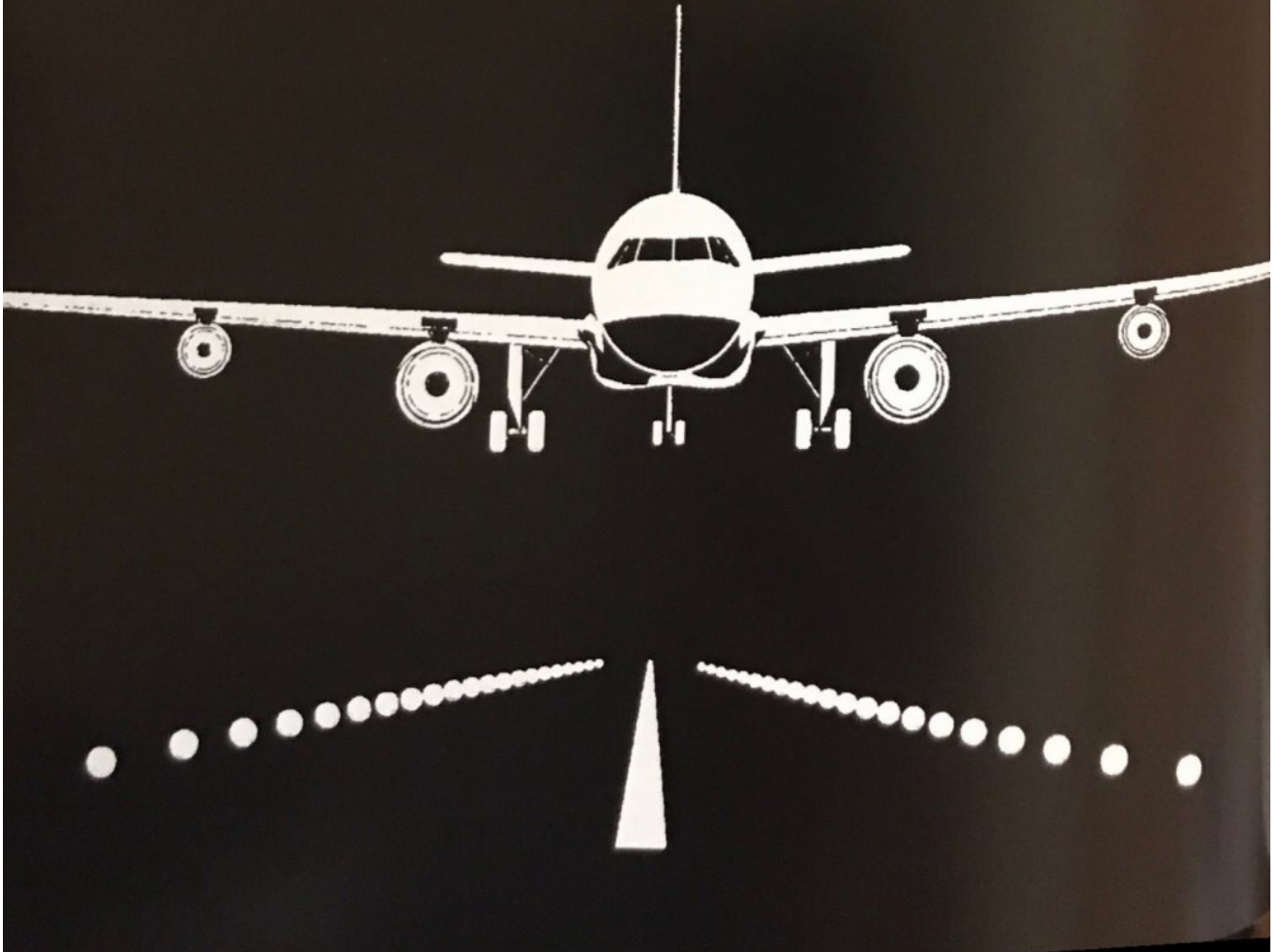
When we hear that someone passed away the first question we ask is "how did they die?" However I'd rather know how they lived than how they died. Keep in mind that every single human being will eventually depart from this world we cant escape death its investable so rather than learning about how person died learn about how he or she lived. How his or her presence mattered ask about others blissful moments with the person who passed away. Ask others to reminisce about the beautiful parts the unforgettable times forbid you from asking about how the person died rather asks about how he or she lived.

عندما نسمع أن أحدهم قد توفي، فإن أول شيء نسأله هو كيف ماتوا؟ على أي حال، أنا أفضل أن أعرف كيف عاشوا أكثر من كيف ماتوا. ضع في اعتبارك أن كل إنسان في نهاية المطاف سوف يغادر هذا العالم. لا يمكننا الهروب من الموت. لا مفر منه. لذا، بدلا من معرفة كيف مات شخص ما، اعرف كيف عاش او عاشت. كيف كان حضوره أو حضورها مهما. اسأل عن اللحظات السعيدة للآخرين مع ذلك الشخص المتوفي. اطلب من الآخرين أن يستذكروا الأوقات الجميلة، الذكريات التي لا تنسى. امنع نفسك من السؤال عن كيفية موت الشخص. عوضا عن ذلك، اسأل كيف عاش.

لهو کاتهی ده بیستیت که سیک مردوو، یه که مین وشه که بیلیین ئه وه یه
چون مرد؟ به هه حال، من پیم باشتره بزانه چون ژیاون، له جیاتی
ئه وه یه بزانه چون مردن، ئه وه له میشتک دابنی هه موو مروفتیک له
کوئایدا ده بییت ئه م جیهانه به جی بهیلت، ناتوانین له مردن رابکهین،
رزگار بوون لی بوونی نیه، بویه له جیاتی ئه وه یه بزانه چون که سیک
مرد، بزانه چون ژیا، چون بوو هه بوونی، بپرسه له باره یه ساته خو شه کانی
که به سه ری بردوو له گه له ئه وانی تر، داوا له وانی تر بکه کاته خو شه کانیان
بیر بیته وه له گه لیدا، ئه و یادگار بیانه یه که له بیر ناکرین، له خو تی قه دهغه
بکه ئه و پرساره یه که که سیک چون مرد، له جیاتی ئه وه بپرسه چون ژیا؟

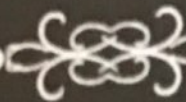
Day 58
Life will always be a series
of arrivals and departures.

يوم ٥٨
ستكون الحياه دائما سلسله
من الوافدين و المغادرين.



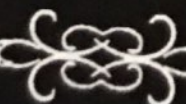
رۆژی ۵۸
هه‌میشه ژيان زنجیره‌یه‌ک ئه‌بیت
له هاتو و رویشته‌وه‌کان.





People come and go life is a series of welcomes and farewells some are unexpected arrivals while others are unexpected departures only God knows who should stay in your life and who shouldn't there's always a genuine reason behind these arrivals and departures it's a reason we won't know at the time but eventually we will understand why these people arrived and why they left perhaps God wanted to teach you a lesson that only another person could provide and this is why the person arrived in your life and left after teaching you a lesson you needed to learn acknowledge that not everyone who arrives in your life is meant to stay forever when that person's part is finished you must say goodbye. Its time for their departure.

الناس يأتون و يرحلون. الحياة سلسلة من الترحيبات و الوداع. بعض الوافدين يكون قدومهم غير متوقع، في حين أن البعض الآخر يكون رحيلهم غير متوقع. الله وحده يعلم من عليه أن يبقى في حياتك و من عليه الرحيل. هناك دائما سبب حقيقي وراء هؤلاء الوافدين و المغادرين. إنه سبب لن نعرفه الآن و لكن في النهاية سنفهم سبب دخول هؤلاء الأشخاص الى حياتنا و سبب مغادرتهم. ربما أراد الله أن يعلمك درسا وحده ذلك الشخص بإمكانه تقدمه لك. هذا هو سبب و صول شخص الى حياتك و تركها بعد أن يعلمك درسا تحتاج إلى تعلمه. تقبل أن ليس كل من يصل إلى حياتك مقدر له البقاء للأبد. فعندما ينتهي دور ذلك الشخص، يجب أن تقول وداعا.
حان الوقت لرحيلهم.





خەلک دین و دەچن، ژیان زنجیرهیه که له پیشوازی و مائاواپی، هه ندیک
له هاتوه کان هاتنیان چاوه پروان نه کراوه، له هه مان کاتدا هه ندیکیان
رۆیشتنیان چاوه پروان نه کراوه، جگه له خوا که ده زانیت کئ پیویسته
بمیئته وه له ژیان و کیش و پیویسته پروات، هه میسه هۆکاریک هه یه
له پشتی رۆیشتو و هاتوه کانه وه، به لام له کۆتایدا تیده گه ین له گرنگی
هاتنه ناوه وه ی ژیانمان له لایه ن ئه م که سانه وه و هۆکاری رۆیشتنیان،
له وانیه خوی گه وه ویستبیتی وانیه کت پییدات، له بهر ئه م هۆکاریه
که سیک دیته ژیانته وه پاشان ده پروات، دوا ی ئه وه ی وانه که ی پییدایت که
پیویست بوو پیت بدری، تیگه پیویست نیه هه موو که س تا کۆتایی
ژیانته له گه لت بمیئنه وه،
هه ر کاتیگ رۆلی کۆتایی هات ده بیته بلیت مائاوا.
ئیترا کاتی رۆیشتنیانه.



Day 59
Will mankind ever attain ultimate peace?

يوم ٥٩
هل ستبلغ البريه أقصى مراحل السلام



رۆژی ۵۹
ئایا مروقايهتی دهگاته کۆتا قۆناغهکانی ئاشتی؟





The ultimate peace. Where we wont hear the cries of children where we wont see bloodshed on the streets where homes wont be destroyed where people wont fears rocket pouring down on them when they say goodnight to the sky where the surroundings are healthy rather than harmful such that human cant even breathe .where people wont wish for a peaceful death over a peaceful. If mankind can attain ultimate peace amongst itself we can make a difference if we unite we have the power within ourselves what a wonderful place the earth would be for the sake of humanity for coming generations for the future for now.

السلام النهائى. حيث لن تسمع بكاء الأطفال. حيث لن ترى دما مسفوكا فى الشوارع . حيث لن تدمر المنازل. حيث لن يخاف الناس من الصواريخ التى تنهال عليهم عندما يقولون ليلة سعيدة للسماء. حيث البيئة المحيطة بك سليمة و ليست ضارة بحيث لا يستطيع الإنسان التنفس. حيث لن يرغب الناس فى الموت بسلام عوضا عن العيش بسلام. إذا تمكن البشر من تحقيق أقصى درجات السلام فيما بينهم. يمكننا أن نحدث فرقا. إذا اتحدنا. سنملك القوة بداخلنا. كم ستكون هذه الأرض مكان رائعا. من أجل الإنسانية للأجيال القادمة للمستقبل. للآن.



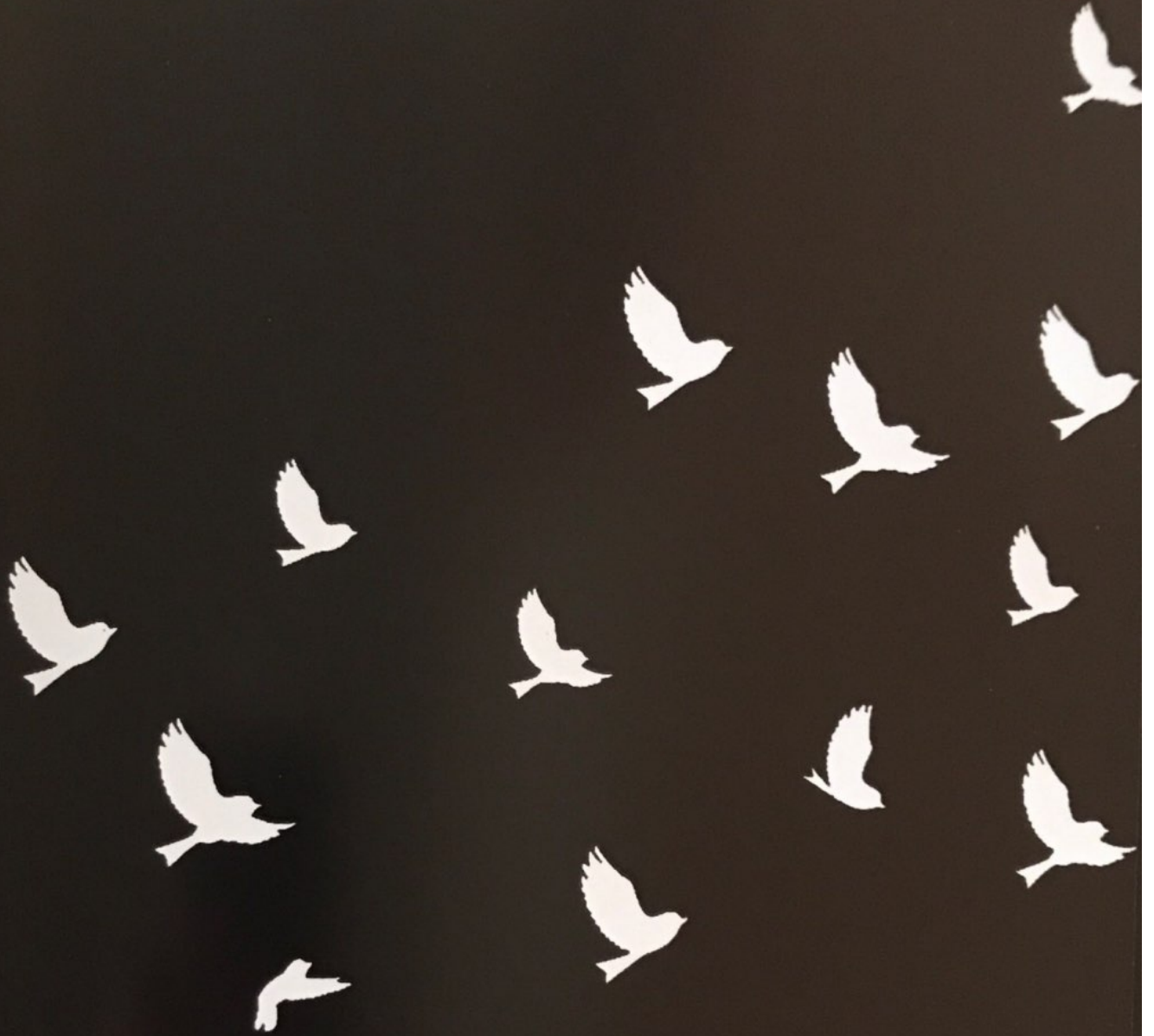
ئاشتى كۆتايى كە چىتر گویت له دهنگى گريانى مندالەكان نيه، چىتر
خوینى پرژاو نابىنىت له شهقامهكان، چىتر خانوهكان ناروخين، چىتر
خەلك ناترسیت له و موشهكانهى بهسەريان بکهویت له و کاتهى شهوشاد
له ئاسمان دهکەن، ئەوکاتهى ئەو ژینگهى پهيوهسته به تۆوه سهلامهته
زهره بهخش نيبه به و جوړهى مروّف نهتوانیت ههناسهى ليهه لمزیت،
لهوکاتهى خەلك نايانهویت به سهلامهت بمرن، دهيانهویت به سهلامهت
بژين، ئەگەر مروّف بتوانیت کۆتا قوئاغهکانى ئاشتى بپریت، دهتوانين
جياوازيهک دروست بکهين ئەگەر بهرهنگاريمان کرد، هيزمان ههيه له
ناخماندا، چەند ناوازه دهبيت ئەم سەر زه مينه له پيناو مروقايهتى بۆ
نهوهکانى داهاوو، بۆ داهاوو بۆ ئیستا.

Day 60
Let go of what you shouldn't keep.

يوم ٦٠
اترك ما لا يجب عليك الاحتفاظ به.



رۆژی ٦٥
وازهینه لهوهی ناتوانیت بیپاریزیت.



Let go people who don't belong in your life let go of people who put you down let go of the things you cant control let go of compromises let go of expectations let go of pessimism let go of negative thoughts let go of weights you down sometimes you must accept it this may be something you don't want to happen or to hold on to you'll find strength in letting go of what you shouldn't keep. You must learn to let go of something instead of hanging on to it this will be the hardest decision you will ever face but it will be the greatest decision of your life do it for your own peace its time yo let go.

اترك الأشخاص الذين لا ينتمون إلى حياتك. اترك الناس الذين يحبطونك باستمرار. اترك الأشياء التي لا يمكنك التحكم بها. اترك التنازلات. اترك التوقعات. اترك التشاؤم. اترك الأفكار السلبية. اترك كل ما يثقلك. في بعض الأحيان يجب عليك أن تتقبل ذلك. قد يكون هذا شيئاً لا ترغب في حدوثه أو التمسك به. و لكنك ستجد القوة في ترك ما لا يجب عليك الاحتفاظ به. يجب أن تتعلم ترك شيء ما بدلا من التمسك به. سيكون هذا أصعب قرار ستواجهه، لكنه سيكون أعظم قرار في حياتك. افعل ذلك من أجل سلامك الخاص.
حان الوقت للتخلي.

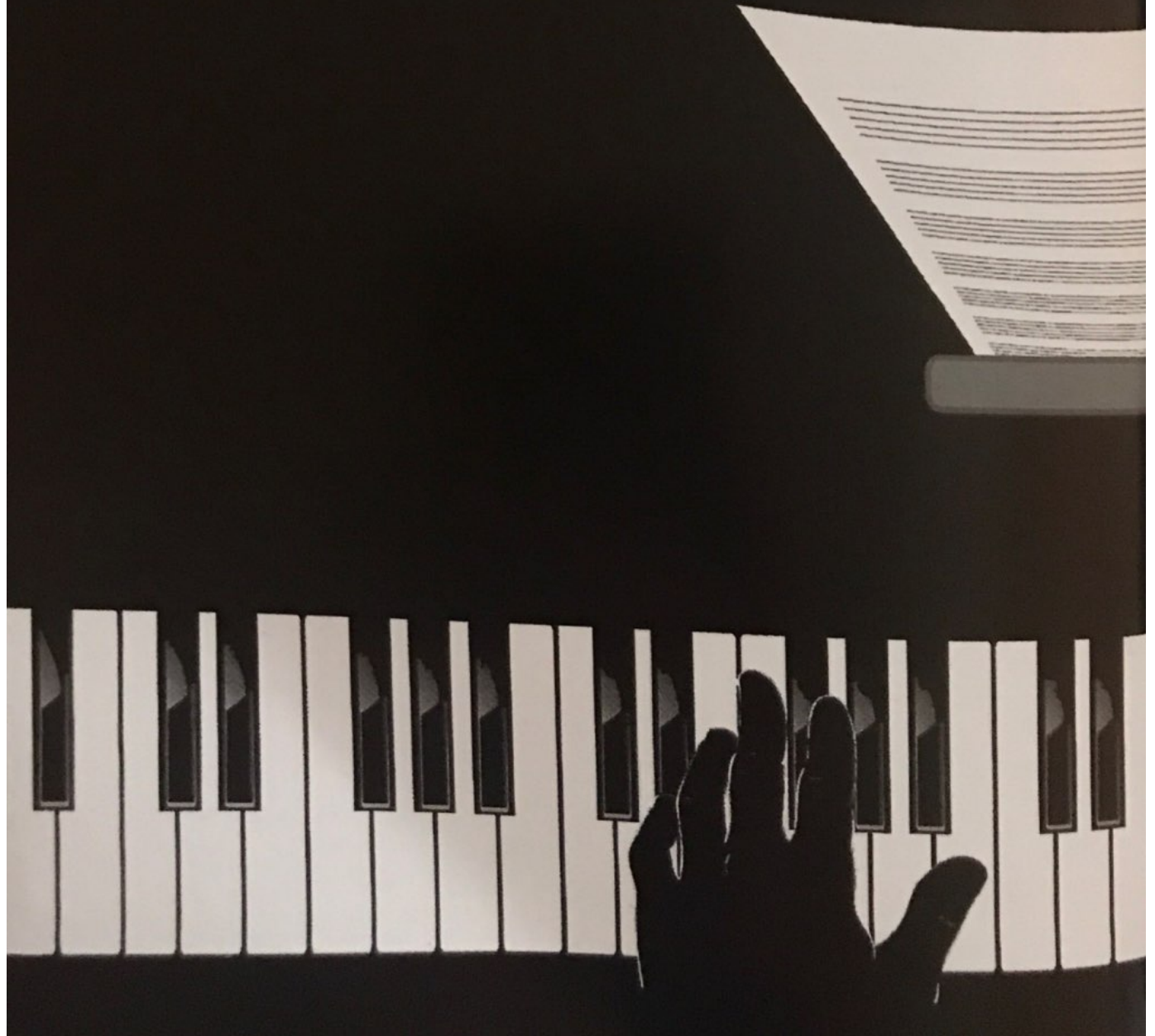
دەستەھەلگەرە لەو کەسانەى کە باش نین بۆ ژيانت، دەستەھەلگەرە لەو
کەسانەى کە دەتروخینن، بە ھەمیشەى دەستەھەلگەرە لەو شتانەى کە
ناتوانى کۆنترۆلى بکەیت، دەستەھەلگەرە لە سازدانه کان، دەستەھەلگەرە لە
پیشبینیەکان، دەستەھەلگەرە لە ڕەشبینی، دەستەھەلگەرە لە بیروکەى نەری،
دەستەھەلگەرە لە ھەرشتیک کە ھەست دەکەیت بارگرانیە بۆت، ھەندیک
جار پێویستە بەمانە رازی ببیت، لەوانەى ھەز بە روودانى ئەم شتانە
نەکەیت، یاخود پێوہى پابەند بیت، بەلام ھیزت دەبیت بۆئەوہى
دەستەھەلگەرىت لەو شتانەى کە پێویست نییە لە سەرت بیپاریزیت، دەبیت
فیری دەستەھەلگەرتن ببیت لە ھەندیک شت، لە جیاتى ئەوہى درێژەى
پێدەیت، ئەمە قورستىن پریار دەبیت کە بیدەیت، بەلام گرنگترین پریار
دەبیت لە ژيانت، ئەمە بکە لەبەر ئاشتى خۆت.
ئىستا کاتى وازھینانە.

Day 61

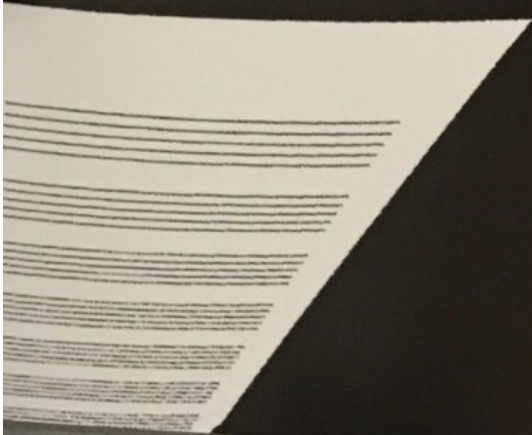
They're black and white yet sound so colorful.

يوم ٦١

إنه بالأسود و الأبيض و لكنه غني بالألوان.

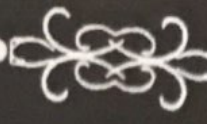


پوڙي ۶۱
به رهش و سڀي، بهلام ٺاوازهڪي رهنگاو رهنگه.



It's complex instrument but when it plays you an imagine the story that accompanies it when you hear the tunes the melody captivate you it's a harmonious melody that takes you to a different dimension. White keys can be happiness and black key can be sadness however when thy are played together they create something so colorful by playing only the white keys or only the black keys you cant make something that sounds euphonious you must play the keys together so when your life is black and white try to find contentment.

إنها أداة معقدة و لكن تعزف, يمكنك تخيل القصة المرافقة لها. حين تستمع الأنغام, يأسرك اللحن. إنه نغمات منسجمة تأخذك إلى أبعاد مختلفة. المفاتيح البيضاء يمكن أن نعتبرها السعادة, و المفاتيح السوداء يمكن أن نعتبرها الحزن, و رغم هذا, عندما يتم عزفهما معا, يخلقان شيئاً ملوناً في غاية الجمال. بالعزف على المفاتيح البيضاء فقط, أو مفاتيح السوداء فقط, لا يمكنك صنع شيء حسن الوقع على الأذن. عليك العزف بالمفاتيح معا. لذا, عندما تكون حياتك سوداء و بيضاء, حاول العثور على القناعة و الرضا.



ئاوازىكى ناروونە، بەلام كاتىك دەژەنىت دەتوانىت ويىناى ئەو چىرۆكە
بكەيت كە ھاوتايە لەگەلى، لەو كاتەى گوپت لە تۆنەكان دەبىت، ئاوازەكە
كارت تىدەكات، ئەو ئەوازىكى خۆشە، كە دەتبات بۆ دوورى جياواز، كلىلە
سپىهەكان دەتوانرىت وەكو دلخۆشى دابنىت، كلىلە رەشەكانىش وەكو
دلتنەنگىن، لەگەل ئەو شدا كاتىك پىكەو دەژەنرىن شتىكى رەنگاۋ رەنگ
دروست دەكەن، كە لەوپەرى جوانىە، بە تەنھا ژەنىن لەسەر كلىلە سپىهەكان
ياخو تەنھا رەشەكان ناتوانىت شتىك بەرھەم بەيىت كە بكەويىتە بەر
گوپكان، دەبىت بە كىلەلەكان بژەنىت پىكەو، بۆيە كاتىك ژيانت رەش و
سپىهە ھەولبەدە باوھەرو رازى بوون بدۆزىتەو.



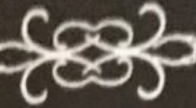
Day 62
Growth's a process.

يوم ٦٢
النمو عمليه مستمره.



رۆژی ٦٢
پروژهی گهشه کردن





It doesn't happen overnight step by step you will keep growing keep working keep trying keep struggling keep the going don't surrender yourself so easily don't wish to see result the next day seeing the result of your growth takes time and patience your courage your hard work your late nights your dreams your efforts

Your struggles your will to not give up God witnesses these things even if no one else does this should be reason enough to never give up he'll lift you let you shine at the right time whatever you're working on whether it's your future your dreams your vision yourself....
work on it every day

إنه لا يحدث بين ليلة و ضحاها. خطوة بخطوة. سوف تستمر في النمو. استمر في العمل. استمر في المحاولة. استمر في الكفاح. ابق العملية مستمرة. لاتستسلم لنفسك بسهولة. لا تتوقع رؤية النتائج في اليوم التالي. رؤية نتائج نموك تستغرق وقتا طويلا و صبرا. شجاعتك. عمك الشاق. لياليك المتأخرة. أحلامك. مجهودك. كفاحك. إصرارك على عدم الاستسلام. الله يشهد على هذه الأشياء، حتى و إن لم يفعل ذلك أحد. وهذا يجب أن يكون سببا كافيا لعدم الاستسلام. الله سيأخذ بيدك ويرفعك. و يجعل ضوئك يسطع في الوقت المناسب. أيا كان ما تعمل عليه سواء كان مستقبلك. أحلامك، رؤيتك، نفسك...اعمل عليه كل يوم.





لهنيوان شهو و پوژيکدا پرونادات، ههنگاو به ههنگاو بهردهوام دهبيت له
گهشه، بهردهوامبه له کارکردن، بهردهوامبه له ههولدان، بهردهوامبه له
تيکوشان، بهردهوامي به کرداره که بده، خوٲ مهيه به دهستهوه به ئاساني،
چاوهري مه که نهجامهکان پوژي دواتر بينيتهوه، بينيني گهشهسندنت
کاتيکي زوري دهويت و ئاراميش نازايهتيت، کارهکانت شهونخونيهکانت،
خهونهکانت، ههولدان، تیکوشانت، سوربونت لهسهر وازنههيان، خواي
گهوره شايهتي ههموو نهو شتانهيه، تهنانهت نهگهر کهسيش نهوه
نهبينيت، نه ههکارهش بهس دهبيت بو نهوهي خوٲ نهدهيت
به دهستهوه، خواي گهوره دهستت دهگريٲ و بهرزت دهکاتهوهو وا له
پروناکيهکتهت دهکات لهکاتي گونجاو تيشک بداتهوه، ئيتر نهگهر نهوهي
کاري لهسهر دهکيهت داهاتووت بيت، ياخود خهونهکانت، روانيني خوٲ.
ههموو پوژ کاري لهسهر بکه.

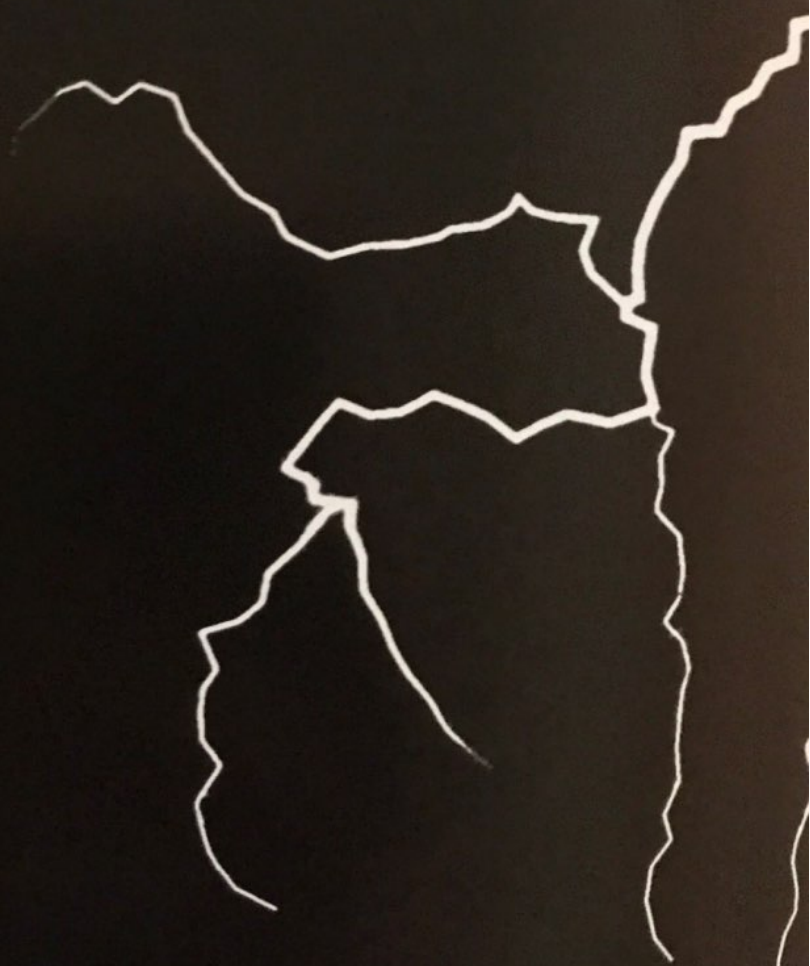


Day 63

It might be stormy right now but you'll
come out of it like a flash of lightning.

يوم ٦٣

قد يكون الجو عاصفا الآن و لكنك ستخرج منه كوميض البرق.



رۆژی ٦٣

لهوانهیه له ئیستادا که شوههواکه زریان پیټ،
بهلام دهردهچیت لی، وهکو پرووناکی بروسکه.

Life cannot be always sunshine and rainbows you must accept storms as well these storms will come and when they do you will feel them raging the gusts will be threatening let the winds come and let them rage. Stand tall I know your life is dark and cloudy right now know that your time to strike is very near you will strike out of it like thunder and lighting and just like any kind of weather these storms wont last forever after they're gone you'll see clear skies with rays of sunshine once again.

الحياه لا يمكن أن تكون دائما مجرد شروق و قوس قزح. إذ يجب عليك تقبل العواصف أيضا. سوف تأتي هذه العواصف لا محالة, و حين تأتي, ستشعر بثورتها. هذه العواصف ستكون مهددة. دع الرياح تهب ودعها تثور. قف شامخا. أنا أعلم حياتك مظلمة و غائمة الآن, ولكن عليك أن تعلم أن وقتك للإضراب قريب جدا. سوف تخرج منه مثل الرعد و البرق. و مثل أي نوع من الطقس, فإن هذه العواصف لن تدوم إلى الأبد. فبعد أن يذهب كل ذلك, سترى سماء صافية مع شمس مشعة مره أخرى.



ھەمىشە ژيان نابىت خۇرەتاو و پەلكەزىرېنەبىت، دەبىت زىيانەكانىش
قبول بگەيت، كات و ساتى بۇ نىه، ھاتنى ئەم زىيانانە ھەست بە تورەييان
دەكەيت، ئەم زىيانانە ترسىنەر دەبن، بەيئە "با" بىت و تورەيىيەكە كۆتايى
پىيھىنىت، بوھستەو، دەزانم ژيانت تارىكە و ھەوراويە ئىستا، بەلام
دەبىت بزانىت كاتى لىدانىت نىكە، لىي دەردەچىت بەخىرايى، پرووناكى
بروسكە وەكو ھەموو جۆرەكانى كەشووھەوا، چونكە ئەم زىيانانە بۇ
ھەمىشە نامىننەو، دواى ئەوھى ئەمانە دەرۇن ئاسمانى ساف دەبىنىت
لەگەل تىشكى خۇر جارىكى تر.



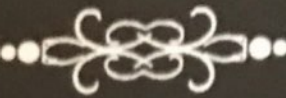
Day 64
Embrace your darkness.

يوم ٦٤
اختضن ظلامك.



رۆژی ٦٤
تاریکیت له باوهش بکه.



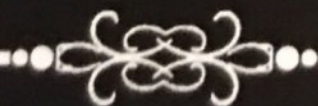


You're beginning you understand aren't you?

To let in the light you must embrace your darkness your flaws your mistakes the wrong decisions you've made they all lie within this darkness the darkness you're afraid to embrace everyone has darkness within them some have it in their minds some have it in their heart and some have it in their souls know your darkness; understand and accept it even when you feel that darkness surrounds you never be afraid of it make peace with it your darkness is the best way to get to know yourself in time you will discover that embracing your darkness is the only way to let in the light the only way.

لقد بدأت فى الفهم أليس كذلك؟

كي تسمح للضوء بالدخول، عليك احتضان ظلامك. عيوبك. أخطائك. القرارات الخاطئة التي اتخذتها. كلها تكمن فى هذا الظلام، الظلام الذي تخشى احتضانه. كل شخص لديه ظلام فى داخله. البعض لديهم ظلام فى أذانهم، البعض لديهم ظلام فى قلوبهم و بعضهم فى أرواحهم. اعرف ظلمتك افهمها و تقابلها. حتى عندما تشعر بأن الظلام يحيطك، لا تخف منه. بل اصنع السلام معه. ظلامك هو أفضل طريقة للتعرف على نفسك. فى الوقت المناسب، ستكتشف أن احتضان ظلامك هو السبيل الوحيد للسماح للضوء بالدخول. الطريقة الوحيدة.



خەرىكە تىدەگەيت وايه؟

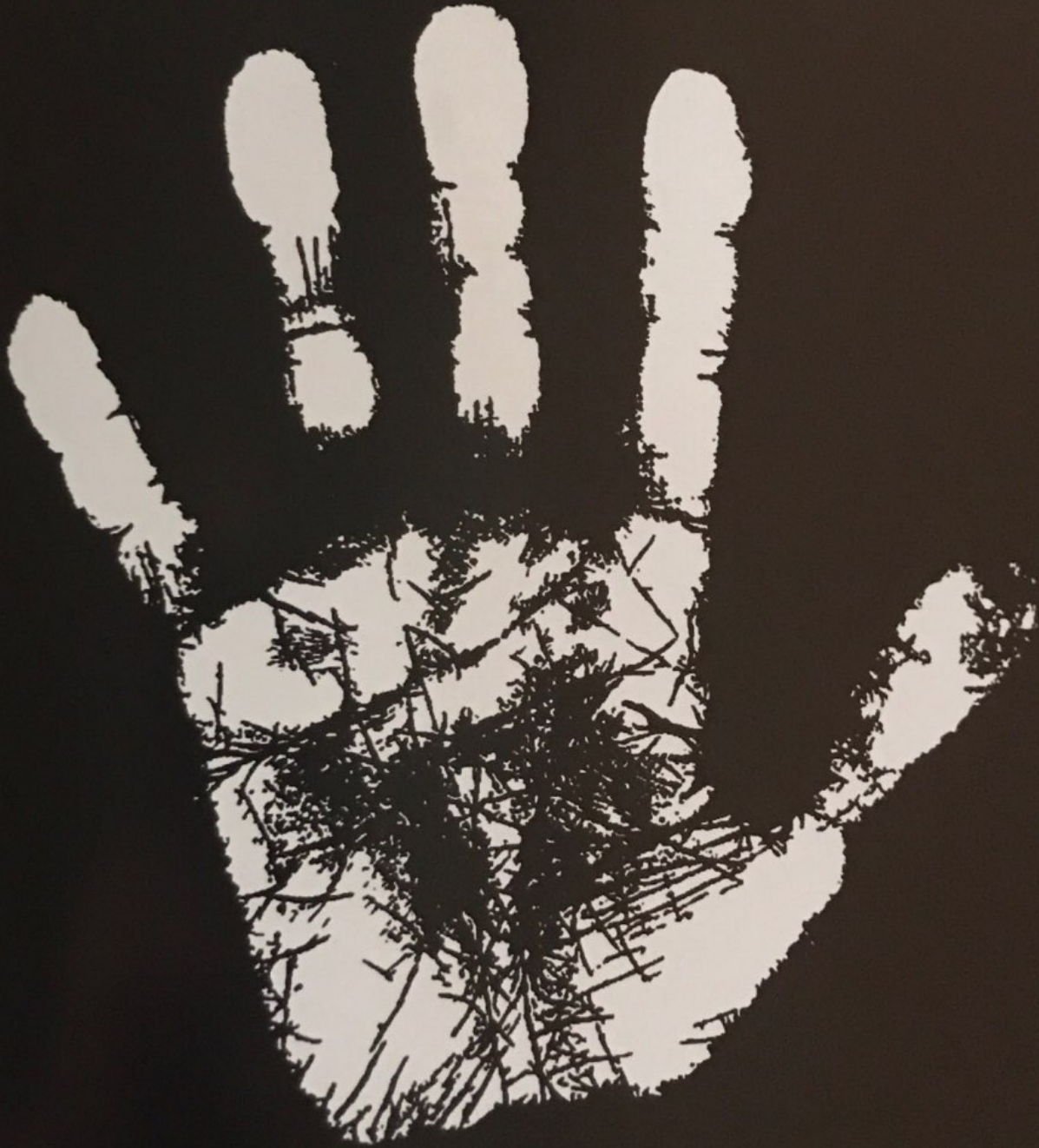
بۇئەوہى پىنگە بدەيت بە رووناكى بچىتە ژوورەوہ، دەبىت باوہش بکہيت بە تاريکيدا، کہ مووکورپيہ کانت، ھەلە کانت، پريارہ ھەلە کانت کہ داوتن، ھەموويان لەناو ئەو تاريکاييەدان، ئەو تاريکاييەى کہ دەترسيت لە باوہشى بکہيت، ھەمووکەس تاريكى ھەيە لە ناخيدا، ھەندىکيان لە بيرياندا ھەيانە، ھەندىکيش لە دليان، ھەندىکيتريش لە پۇحيان، تاريكى خۇت بزانه، تىيىگەو قبولى بکہ، تەنانەت ئەو کاتەشى کہ ھەست دەکہيت تاريكى دەتگرىتەوہ، لىي مەترسە، بەلکو ئاشتى لەگەل پىکبھينە، تاريكى تاکە پىنگايە بۇئەوہى خۇت بناسى، لە کاتى گونجاودا درک بەوہ دەکہيت کہ لەباوہشگرتنى تاريکيت پىنگاي يەکہمە بۇئەوہى وابکہيت رووناكى بچىتە ناختەوہ.

Day 65
Left my fingerprint on your heart.

يوم ٦٥
ترك بصمات أصابعي على قلبك.



روڙي 65
جي پنجهم جيهيشت لهر دلٽ.



We have come to the finale of this part tell me did you like my world? Was it wonderful? The time we spent together the conversations we have in the morning afternoon night ...and sometimes late at night just you and me by the way you are good listener rarely do I find someone who loves to listen to what I have to say usually people listen only so they can replay not they can understand you're different. That's why I didn't hesitate to show you my world I hope it touched your heart and my soul.

Well it's time for me to leave I know you want me to stay little longer but don't worry I will be back we will sit again in this starry night and converse once again I promise to stay a little longer next time
Until we meet again

لقد وصلنا إلى خاتمة هذا الجزء
أخبرني، هل أعجبك عالمي؟ هل كان رائعاً؟
الوقت الذي قضيناه معاً. المحادثات التي أجريناها في الصباح،
بعد الظهيرة المساء.. وأحياناً في وقت متأخر من الليل. فقط أنا
و أنت بالمناسبة، أنت مستمع جيد. نادراً ما أجد شخصاً يحب
أن يستمع إلى ما أريد قوله. عادة، يستمع الناس فقط حتى
يتمكنوا من الرد، و ليس حتى يتمكنوا من الفهم. أنت مختلف...
ولهذا السبب لم أتردد في أن أعرض عليك عالمي. آمل أن يكون
قد لامس قلبك و روحك. حسناً لقد حان الوقت لمغادرتي. أعلم
أنك تريدني أن أبقى قليلاً لفترة أطول لكن لا تقلق. سأعود.
سنجلس مرة أخرى في هذه الليلة المرصعة بالنجوم و نتحدث
مره أخرى. أعدك بالبقاء لفترة أطول في المرة القادمة
إلى أن نلتقى مجدداً.



گه‌یشتین به کۆتایی ئەم به‌شه.

پیم بلی به‌دلت بوو جیهانه‌که‌م؟ نایاب بوو؟

ئەو کاته‌ی که پیکه‌وه به‌سه‌رمان برد، ئەو گفتوگۆیانە‌ی که کردمان له
به‌یاناندا، یان پاش نیوه‌پرو، یاخود شه‌و، هه‌ندی‌ک جاریش له‌ دره‌نگانی
شه‌و، ته‌نها من و تۆ، به‌و بۆنه‌یه‌وه تۆ گوئی‌گریکی باشیت، به‌ تاییه‌تی
هه‌ندی‌ک جار ده‌گه‌ریم به‌ دوا‌ی که‌سی‌ک که گویم لێ‌گری‌ت، له‌وه‌ی که
ده‌یلیم، هه‌میشه‌ خه‌لک بۆیه‌ گوئی ده‌گرن تا‌کو وه‌لام بده‌نه‌وه، نه‌وه‌کو
تیی‌گه‌ن، تۆ جیا‌وا‌زیت، له‌به‌ر ئەم هۆ‌کاره‌ دوودل نه‌بوم له‌وه‌ی
جیهانه‌که‌مت پیشان بده‌م، هیوا‌دارم به‌ر دل و رو‌حت که‌وتبیت.
باشه ئیستا کاتی رو‌یشتنمه‌، ده‌زانم تۆ ده‌ته‌وی بمینمه‌وه که‌میک زیاتر،
به‌لام بیخه‌مبه‌، ده‌گه‌ریمه‌وه دووباره‌، داده‌نیشین جاریکی تر،
له‌م شه‌وه ئەستیراویه‌دا، دووباره‌ قسه‌ده‌که‌ینه‌وه،
به‌لینت پیده‌ده‌م زیاتر بمینمه‌وه جاری داها‌توو.

تا دووباره‌ یه‌کبینینه‌وه‌مان.

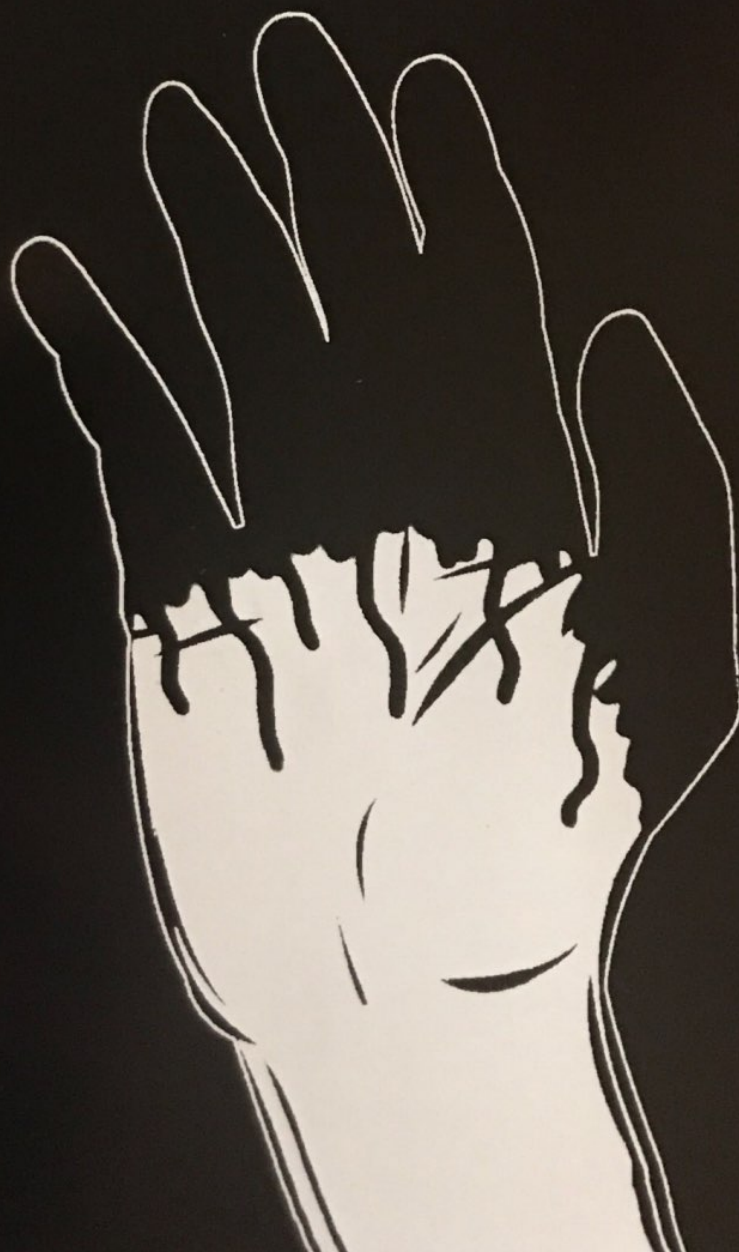


It's going to get darker wait for it...

سوف تصبح أكثر ظلمه انتظروها...



زياتر تاريخ دهبيت چاه پروان بن.





كتیبخانهی گۆلدن بووك

بو چاپ و بلاوكردنهوه



فهرعی یهكهم

سلیمالی - سابولكهران - مهیدالی پاسهکالی توی مهلیك
تهلاری هوشیار قهفتان - لهۆمی زهمیلی - بازارهی کتیب

فهرعی دووههم

سلیمالی - بهردهرکی سهرا - کتیبفرۆشی وهرزیر

فهرعی سییههم

سلیمالی - نۆرادی - بازارهی سلیمالی - بهرامبهر بازارهی خهفاف - لهۆمی یهكهم

07701598762 - 07501444434

@ktebfroshe_warzer Goldenbook

Ecstasy

65 days

Abdulhadi Alamshan



کتیخانہ گولڈن بوک

بو چاپ و بلاوکردنهوه

07701598762 - 07501444434

f Goldenbook @ktebfroshe_warzer

