ما بين سطرٍ وشَعورٍ

لأن بعض المشاعر لا تُقال... بل تُكتب

شهد هيثم الشقوف

أهداء

إلى كل قلبٍ أخفى ما لا تستطيع الكلمات حمله...
إلى من ابتسم وهو يخبّئ وجعًا لا يراه أحد.
إلى من أضاع نفسه وهو يبحث عن معنى للحياة، ثم وجدها بين سطرٍ وشعور.
هذا الكتاب ليس محاولةً لتعليم أحدٍ كيف يشعر، بل تذكيرٌ بأن جميع المشاعر التي مررنا بها كانت جزءًا من رحلتنا.
فإن وجدت نفسك بين هذه الصفحات...
فاعلم أنك لم تكن وحدك يومًا.

To every heart that hid what words could not carry...
To those who smiled while hiding a pain no one could see.
To those who lost themselves while searching for the meaning of life, then found it between a line and a feeling.
This book is not an attempt to teac

anyone how to feel, but a reminder that all the emotions we have gone through were part of our journey.
If you find yourself between these pages...
know that you were never alone.

إلى القارئ

ربما لم يكن هذا الكتاب هو ما كنت تبحث عنه...

وربما كان ينتظرك منذ وقتٍ طويل.

لا أعرف أي صفحة ستلامسك، ولا أي سطر سيجعلك تتوقف قليلاً، لكنني أعرف أن لكل إنسان كلماتٍ كان يتمنى لو وجدها في الوقت المناسب.

هذا الكتاب لم يُكتب ليُجيب عن أسئلتك، ولن يدّعي أنه يملك الحقيقة.

إنه مجرد مساحةٍ هادئة...

قد تجد فيها فكرةً تشبهك، أو ذكرى مررت بها، أو شعورًا عجزت يومًا عن وصفه.

فإن شعرت، وأنت تقرأ، أن بعض السطور كُتبت بلسانك...

فاعلم أن المشاعر، مهما اختلفت حكاياتها، تلتقي دائمًا في قلبٍ يفهمها.

أهلاً بك...

في المكان الذي قد تجد فيه شيئًا منك، بين سطرٍ وشعور.

Perhaps this book is not what you were looking for…
And perhaps it has been waiting for you for a long time.
I do not know which page will touch you, or which line will make you pause for a moment, but I do know that every person has words they once wished they had found at the right time.
This book was not written to answer your questions, nor does it claim to hold the truth.
It is simply a quiet space…
Where you may find an idea that resembles you, a memory you once lived, or a feeling you once struggled to describe.
If, while reading, you feel that some lines were written in your voice…
know that emotions, no matter how different their stories are, always meet in a heart that understands them.

Welcome...
to the place where you may find something of yourself, between a line and a feeling.

الفصل الأول

قبل أن نعرف أنفسنا حقًا.

❝

كلما ظن الإنسان أنه فهم الحياة، كشفت له وجهًا آخر لم يكن يعرفه.

No matter how much a person thinks they have understood life, it reveals another face they did not know.

İnsan hayatı anladığını sandıkça, hayat ona bilmediği başka bir yüzünü gösterir.

❞

❝

الحياة لا تغيّر الإنسان فجأة، بل تعيد تشكيله بصمتٍ طويل، حتى يفاجأ أنه لم يعد هو نفسه.

Life does not change a person suddenly, but slowly reshapes them in silence, until they are surprised to find they are no longer the same.

Hayat insanı bir anda değiştirmez, onu uzun bir sessizlik içinde yeniden şekillendirir; ta ki artık aynı kişi olmadığını fark edene kadar.

❞

❝

الحياة لا تشرح لنا، بل تُعيد تشكيل وعينا حتى نفهم أنفسنا من خلالها.

Life is not explained to us; it reshapes our awareness until we come to understand ourselves through it.

Hayat bize açıklanmaz; bilincimizi yeniden şekillendirir, ta ki kendimizi onun içinden anlamaya başlayana kadar.

❞

❝

في الحياة، لا تأتي الدروس معلنة، بل تتسلّل بهدوءٍ قاسٍ، وتعيد تشكيلنا قبل أن ندرك أننا تعلّمنا شيئًا.

In life, lessons do not come announced; they quietly and harshly slip in, reshaping us before we realize we have learned anything.

Hayatta dersler açıkça gelmez; sessizce ve sert bir şekilde içimize sızar, biz farkına varmadan bizi yeniden şekillendirir.

❞

❝

في الحياة، لا يكون الفهم شرطًا للعيش، بل يكفي أن نستمر رغم كل ما لا نفهمه.

In life, understanding is not a condition for living; it is enough to continue despite everything we do not understand.

Hayatta anlamak, yaşamak için bir değildir; anlamadığımız her şeye rağmen devam etmek yeterlidir.

❞

❝

في الحياة، لا تتطابق المعرفة مع القول، ولا القول مع الفهم؛ فبعض المعاني تُولد لتبقى خارج اللغة.

In life, knowledge does not always match speech, nor does speech fully match understanding; some meanings are born to remain outside language.

Hayatta bilgi her zaman sözle örtüşmez, söz de anlamla tamamen örtüşmez; bazı anlamlar dilin dışında kalmak için doğar.

❞

❝

في الحياة، لا نعيش اللحظة كما هي، بل نكتشفها متأخرين حين تصبح جزء من الماضي.

In life, we do not live the moment as it is; we only discover it later when it has already become part of the past.

Hayatta anı olduğu gibi yaşamayız; onu ancak geçmişin bir parçası olduktan sonra fark ederiz.
❞

❝

في الحياة، لا ندرك أننا جزء منها، إلا حين نتأمل كيف كنا نتحرك داخلها دون وعي.

In life, we do not realize that we are part of it until we reflect on how we moved within it without awareness.

Hayatta onun bir parçası olduğumuzu, ancak içinde farkında olmadan nasıl hareket ettiğimizi düşündüğümüzde anlarız.

❞

❝

في الحياة، لا نملك السيطرة على ما يحدث، لكننا نملك الطريقة التي نختار بها أن نستمر.

In life, we do not control what happens, but we control how we choose to continue.

Hayatta olanları kontrol edemeyiz, ama nasıl devam edeceğimizi seçme gücüne sahibiz.
❞

❝

في الحياة، ما لا نجد له جوابًا، نتعلم أن نعيشه بدل أن نفهمه.

In life, what we cannot find an answer for, we learn to live rather than understand.

Hayatta cevabını bulamadıklarımızı anlamak yerine yaşamayı öğreniriz.

❞

❝

لا يؤلمني أن الحياة قصيرة... يؤلمني أنها لا تخبرنا متى كانت أجمل لحظاتها، إلا بعد أن تصبح ذكرى.

It is not life's shortness that hurts me... what hurts is that it never tells us which moments were the most beautiful until they have become memories.

Beni üzen hayatın kısa olması değil... en güzel anlarının hangileri olduğunu ancak birer hatıraya dönüştükten sonra göstermesidir.

❞

❝

لا تكسرنا الحياة حين تأخذ شيئًا منّا... بل حين تجعلنا نعتاد غيابه.

Life does not break us when it takes something away from us… it breaks us when it teaches us to live with its absence.

Hayat bizi bizden bir şeyi aldığında kırmaz… onun yokluğuna alışmayı öğrettiğinde kırar.
❞

❝

أثقل ما نخسره في الحياة... ليس ما يرحل من حولنا، بل ما يرحل من داخلنا دون أن نشعر.

The heaviest loss in life is not what leaves us from the outside... but what quietly leaves from within us without us noticing.

Hayatta en ağır kayıp, çevremizden ayrılanlar değildir... fark etmeden içimizden sessizce eksilenlerdir.

❞

❝
ربما لا تفسد الحياة قلوبنا... لكنها تُرهق قدرتنا على الانبهار.

Perhaps life does not ruin our hearts... but it does exhaust our ability to be amazed.

Belki hayat kalplerimizi bozmaz... ama hayran kalabilme yetimizi yavaşça tüketir.
❞

❝

ما يؤلم ليس ما يحدث، بل الطريقة التي نتوقف بها عن الانبهار بما يحدث.

What hurts is not what happens, but the way we stop being amazed by what happens.

Olan şeyler değil acıtan… olanlara hayran kalmayı bırakış biçimimizdir.

❞

❝

الحياة لا تنتظر أن نفهمها… إنها فقط تمضي، ومن أراد أن ينجو منها عليه أن يتعلم السير معها دون تفسير.

Life does not wait for us to understand it… it simply goes on, and whoever wishes to survive it must learn to walk with it without explanation.

Hayat bizi onu anlamamızı beklemez… sadece devam eder ve ondan kurtulmak isteyen, onu açıklama aramadan birlikte yürümeyi öğrenmelidir

❞

"

تمضي الحياة كأنها تعرف طريقها جيدًا،
بينما نحن نحاول أن نفهم لماذا نسير فيه أصلاً.
نركض خلف المعنى،
ثم نكتشف أننا كنا نعيش المعنى طوال الوقت دون أن ندركه.
نخسر أشياء ونحن نظن أننا نتعلّم،
ونتغيّر دون أن نلاحظ في أي لحظة بدأ التغيّر.
ولا شيء يتوقف ليشرح نفسه لنا،
لا الفرح، ولا الألم، ولا حتى تلك اللحظات التي نظنها عابرة.
كل ما في الأمر أن الحياة تستمر...
بهدوءٍ لا يكترث لأسئلتنا، ولا ينتظر إجاباتنا.
وفي النهاية،
نصل متأخرين دائمًا إلى الفهم...
لكننا نكون قد عشنا كل شيء بالفعل.
"

الفصل الثاني:

الأشياء التي بقيت بعد الرحيل

❝
الفقد لا يأتي دفعةً واحدة... بل يتسلل بهدوء، حتى نكتشف أن شيئًا ما بداخلنا لم يعد كما كان.

Loss does not arrive all at once... it slips in quietly until we realize that something inside us is no longer the same.

Kayıp bir anda gelmez... sessizce sızar, ta ki içimizde bir şeyin artık aynı olmadığını fark edene kadar.
❞

❝

الفقد لا يُشبه الانكسار… بل يشبه أن شيئًا كان جزءًا منك قد غادر بصمت،
دون أن تعرف كيف تواصِل بعده كما كنت.

Loss is not like breaking… it is like something that was part of you leaving silently, without you knowing how to continue as before.

Kayıp kırılmaya benzemez… sanki sana ait bir şey sessizce gitmiş gibi, ve sen ondan sonra nasıl devam edeceğini bilemezsin.

❞

❝

هناك أشياء لا تُنسى... لا لأنها عظيمة، بل لأنها بقيت عالقة فينا دون أن نعرف كيف نتركها.

Some things are not unforgettable because they are great... but because they stayed stuck inside us without knowing how to let them go.

Bazı şeyler unutulmaz değildir... büyük oldukları için değil, bizde nasıl bırakılacağını bilmeden kaldıkları için.

❞

❝

نبدو وكأننا تجاوزنا... لكن شيئًا صغيرًا في الداخل يظل يعرف الحقيقة.

We may seem like we have moved on... but something small inside still knows the truth.

Dışarıdan geçmiş gibi görünürüz... ama içimizde küçük bir şey hâlâ gerçeği bilir.

❞

❝

الفقد لا يُغلق بابًا فقط… بل يغيّر طريقة دخولنا إلى كل شيء بعده.

Loss does not only close a door… it changes the way we enter everything after it.

Kayıp sadece bir kapıyı kapatmaz… ondan sonra her şeye giriş şeklimizi değiştirir.

❞

❝

هناك غياب لا يترك دموعًا… بل يتركك غريبًا عن نفسك القديمة.

There is an absence that leaves no tears… it only leaves you a stranger to your old self.

Bazı yokluklar gözyaşı bırakmaz… sadece seni eski haline yabancı bırakır.

❞

❝

هناك لحظة لا تبكي فيها… فقط تشعر أنك فارغ بطريقة لا تشرح.

There is a moment when you don’t cry… you just feel empty in a way that cannot be explained.

Ağlamadığın bir an vardır… sadece açıklanamayan bir şekilde boş hissedersin.

❞

❝

أصعب ما في الاشتياق… أنه يأتيك في لحظات عادية جدًا، بلا سبب.

The hardest part of longing… is that it comes in the most ordinary moments, for no reason at all.

Özlemin en zor yanı… en sıradan anlarda, hiçbir sebep yokken gelmesidir.

❞

❝

نبتسم أحيانًا فجأة… لأن شيئًا ما في الذاكرة لمسنا من الداخل دون استئذان.

Sometimes we suddenly smile… because something in memory has touched us from within without asking permission.

Bazen aniden gülümseriz… çünkü bir anı içimizde, izin istemeden bize dokunmuştur.

❞

❝

هناك لحظات عادية جدًا… لكنها تعيد إلينا كل ما فقدناه دفعة واحدة.

There are very ordinary moments… but they bring back everything we’ve lost all at once.

Çok sıradan anlar vardır… ama kaybettiğimiz her şeyi bir anda geri getirirler.

❞

❝

ما زال هناك الكثير لأخبره به… لكن المسافة بيننا أصبحت أكبر من كل الكلمات.

There is still so much I want to tell them… but the distance between us has become greater than all words.

Hâlâ ona anlatmak istediğim çok şey var… ama aramızdaki mesafe tüm kelimelerden daha büyük oldu.

❞

❝

هناك أسماء لا نذكرها كثيراً… ليس لأننا نسيناها، بل لأن نطقها يعيد كل شيء.

There are names we do not mention often… not because we have forgotten them, but because saying them brings everything back.

Bazı isimleri sık sık anmayız… unuttuğumuz için değil, onları söylemek her şeyi yeniden getirdiği için.
❞

❝

هناك حديثٌ طويل يبقى عالقًا في قلوبنا… ليس لأن الكلمات عجزت عن الخروج، بل لأن الشخص الذي خُلقت له تلك الكلمات لم يعد هنا.

There is a long conversation that remains trapped in our hearts… not because the words failed to come out, but because the person those words were created for is no longer here.

Kalbimizde sıkışıp kalan uzun bir konuşma vardır… kelimeler çıkamadığı için değil, o sözlerin ait olduğu kişi artık burada olmadığı için.

❞

❝

هناك تفاصيل صغيرة لا تعني شيئًا للآخرين… لكنها بالنسبة لنا تحمل صوت شخصٍ لم يعد هنا.

There are small details that mean nothing to others… but to us, they carry the voice of someone who is no longer here.

Başkaları için hiçbir anlam taşımayan küçük ayrıntılar vardır… ama bizim için artık burada olmayan birinin sesini taşırlar.
❞

❝

نمرّ بأيام كثيرة بعدهم… لكن يبقى هناك يوم واحد داخلنا لم ينتهِ منذ رحيلهم.

We pass through many days after them… but there remains one day inside us that has not ended since they left.

Onlardan sonra birçok gün geçiririz… ama içimizde, onların gidişinden beri hiç bitmeyen tek bir gün kalır.
❞

❝

ثمة فراغات صغيرة في الروح لا يراها أحد… لكنها تعرف تمامًا أسماء الذين صنعوها.

There are small emptinesses within the soul that no one can see… yet they know perfectly the names of those who created them.

Ruhun içinde kimsenin göremediği küçük boşluklar vardır… ama onlar, kendilerini kimin yarattığını çok iyi bilirler.

❞

❝

ليست كل الأشياء التي فقدناها غابت… بعضها ما زال يعيش في طريقة نظرنا إلى العالم.

Not everything we have lost has disappeared… some of it still lives in the way we look at the world.

Kaybettiğimiz her şey gerçekten gitmedi… bazıları hâlâ dünyaya bakış şeklimizde yaşamaya devam ediyor.

❞

❝

في مكانٍ ما داخلنا، ما زالت هناك حياة كاملة لم نتخيل يومًا أنها ستُعاش من دونهم.

Somewhere within us, there is still an entire life we never imagined would be lived without them.

İçimizde bir yerde, onlarsız yaşanacağını hiç hayal etmediğimiz koca bir hayat hâlâ varlığını sürdürüyor.

❞

❝

نشتاق لهم ليس لأننا لم نكمل حياتنا… بل لأن هناك أجزاء من يومنا ما زالت تبحث عنهم.

We miss them not because we have stopped living… but because there are parts of our days that are still searching for them.

Onları özlememiz, hayatımıza devam edemediğimiz için değil… günlerimizin bazı parçalarının hâlâ onları aradığı içindir.

❞

ليس أصعب ما في الفقد أن يرحل أحدهم… بل أن تبقى

الحياة مستمرة بكل تفاصيلها، وكأن شيئًا لم يتغير، بينما يتغير في داخلك كل شيء.

تمرّ الأيام، نتعلم كيف نضحك من جديد، كيف ننشغل، وكيف نمضي في الطرقات نفسها... لكن هناك زاوية صغيرة في القلب تبقى كما هي، تحتفظ بصوتٍ لم يعد نسمعه، وبضحكةٍ لم تعد تصل إلينا، وبكثير من الأشياء التي لم تجد طريقها إلى النهاية.

الغريب في الاشتياق أنه لا يأتي دائمًا في اللحظات الكبيرة... أحيانًا يأتي في تفصيل بسيط، في أغنية عابرة، في مكان قديم، أو في لحظة جميلة نتمنى فيها دون تفكير أن نلتفت ونخبرهم عنها.

نحن لا ننسى من أحببناهم حقًا... نحن فقط نتعلم كيف نحمل غيابهم بطريقة لا يراها أحد. يصبحون جزءًا من نظرتنا للأشياء، من دعائنا الصامت، ومن تلك اللحظات التي نشعر فيها أن شيئًا ناقصًا رغم أن كل شيء يبدو مكتملاً.

وربما أقسى ما في الرحيل... أن القلب لا يعرف كيف يغلق الأبواب التي كانت يومًا وطنًا. لذلك تبقى بعض الأرواح معنا، لا لأنها ما زالت هنا... بل لأنها تركت فينا شيئًا لا يستطيع الغياب أخذه.

الفصل الثالث :

حين قرر القلب ألاّ ينطفئ

❝

الأمل لا يأتي ليغيّر العالم من حولك، بل ليذكّرك أن داخلك ما يزال قادرًا على البدء من جديد.

Hope does not come to change the world around you, but to remind you that you are still capable of beginning again.

Umut, etrafındaki dünyayı değiştirmek için gelmez; sana hâlâ yeniden başlayabilecek güce sahip olduğunu hatırlatır.

❞

❝

قد لا يتغيّر كل شيء فورًا… لكن مجرد الاستمرار هو شكل آخر من الأمل.

Not everything may change immediately… but simply continuing is another form of hope.

Her şey hemen değişmeyebilir… ama sadece devam etmek bile umudun başka bir şeklidir

❞

❝

قد لا نرى الطريق كاملاً… لكن يكفي أن نرى خطوة واحدة لنواصل.

We may not see the whole path… but seeing just one step is enough to keep going.

Yolu tamamen göremeyebiliriz… ama devam etmek için sadece bir adımı görmek yeterlidir.

❞

❝

ما دام في القلب شيءٌ ما زال يؤمن… فهناك دائمًا بدايةٌ لم تأتِ بعد.

As long as there is something in the heart that still believes… there is always a beginning yet to come.

Kalpte hâlâ inanan bir şey olduğu sürece… henüz gelmemiş bir başlangıç her zaman vardır.
❞

❝

كل بداية عظيمة كانت يومًا فكرة صغيرة رفضت أن تنطفئ.

Every great beginning was once a small idea that refused to fade away.

Her büyük başlangıç, bir zamanlar sönmeyi reddeden küçük bir fikirdi.

❞

❝
لا تستهين بالخطوات الصغيرة… فالكثير من الأحلام وصلت لأنها لم تتوقف يومًا عن السير.

Do not underestimate small steps… many dreams have arrived because they never stopped moving forward.

Küçük adımları küçümseme… birçok hayal, ilerlemeyi hiç bırakmadığı için gerçekleşti.
❞

❝

لا يعني أن الطريق طال أننا ضللنا… فبعض الوصولات الجميلة تحتاج وقتًا أطول.

A long journey does not mean that we are lost… some beautiful destinations simply take more time to reach.

Yolun uzaması kaybolduğumuz anlamına gelmez… bazı güzel varışlar daha fazla zaman ister.

❞

❝

أحيانًا يكون الأمل هو القرار الأكثر شجاعة الذي يمكن أن يتخذه القلب.

Sometimes hope is the bravest decision a heart can make.

Bazen umut, bir kalbin verebileceği en cesur karardır.
❞

❝
الحياة لا تفتح كل نوافذها دفعة واحدة… وهذا ما يجعل المفاجآت ممكنة دائمًا.

Life does not open all of its windows at once… and that is what makes surprises always possible.

Hayat bütün pencerelerini aynı anda açmaz… ve sürprizleri her zaman mümkün kılan da budur.
❞

❝

لا أحد يعلم ماذا يحمل الغد… وهذه وحدها كافية أحيانًا لنتمسك بالأمل.

No one knows what tomorrow holds… and sometimes, that alone is enough to hold on to hope.

Kimse yarının ne getireceğini bilemez… ve bazen yalnızca bu bile umuda tutunmak için yeterlidir.

❞

❝
ربما يكون الشيء الجميل الذي تنتظره الآن… يبحث عن طريقه إليك في هذه اللحظة بالذات.

Perhaps the beautiful thing you are waiting for right now… is finding its way to you at this very moment.

Belki de şu anda beklediğin o güzel şey… tam bu anda sana ulaşmanın yolunu arıyordur.
❞

❝

لا تحتاج دائمًا إلى رؤية النور أمامك… أحيانًا يكفي أن تثق بأنك تسير نحوه.

You do not always need to see the light ahead of you… sometimes it is enough to trust that you are walking toward it.

Her zaman önündeki ışığı görmen gerekmez… bazen ona doğru yürüdüğüne inanman yeterlidir.

❞

❝
في كل مرة اخترت فيها ألا تستسلم… كنت تنقذ نسخة مستقبلية منك
دون أن تدري.

Every time you chose not to give up… you were saving a future version of yourself without even knowing it.

Vazgeçmemeyi seçtiğin her seferde… farkında olmadan gelecekteki bir halini kurtarıyordun.
❞

الأمل ليس أن نضمن أن كل شيء سيكون بخير… بل أن

نؤمن أن الحياة ما زالت تملك شيئًا جميلاً لم نره بعد.
هو ذلك الصوت الهادئ الذي يبقى داخلنا بعد كل خيبة، ويهمس لنا أن الطريق لم ينتهِ بعد، وأن النهاية التي نخافها اليوم قد تكون بداية شيء لم نكن نتخيله يومًا.
نتعب أحيانًا، نتأخر، ونشعر أن العالم يسبقنا بخطوات كثيرة… لكن الحياة لا تقيسنا بالسرعة التي نسير بها، بل بالشجاعة التي نمتلكها لنكمل السير.
ربما لا نرى النور دائمًا، وربما لا نعرف إلى أين تقودنا الطرق الطويلة، لكن بعض الوصولات الجميلة تحتاج إلى قلبٍ يؤمن بها قبل أن يراها.
الأمل ليس رفاهية، وليس فكرة جميلة نلجأ إليها في الأيام الجيدة فقط… الأمل قرار، وربما يكون القرار الأكثر شجاعة الذي يمكن أن يتخذه القلب.
لذلك، مهما بدا الطريق طويلاً، ومهما تأخر ما ننتظره، تذكّر دائمًا أن الحياة لا تفتح كل نوافذها دفعة واحدة… وهذا وحده كافٍ لنؤمن أن أجمل الفصول قد تكون تلك التي لم تبدأ بعد.

الفصل الرابع:

حين لا نعود كما كنّا.

❝

النضج هو أن تدرك أن بعض المعارك لا تستحق خسارة سلامك من أجلها.

Maturity is realizing that some battles are not worth losing your peace for.

Olgunluk, bazı savaşların huzurunu kaybetmeye değmeyeceğini fark etmektir.

❞

❝

في يومٍ ما، ستدرك أن أكثر الأشياء التي غيّرتك... لم يتحدث عنها أحد،
ولم يلاحظها أحد سواك.

One day, you will realize that the things that changed you the most... were never spoken about, and were noticed by no one but you.

Bir gün, seni en çok değiştiren şeylerin... kimse tarafından konuşulmadığını ve senden başka kimse tarafından fark edilmediğini anlayacaksın.

❞

❝

النضج هو أن تتوقف عن شرح نفسك للجميع، وتبدأ بالعيش بسلام مع من أنت عليه.

Maturity is when you stop explaining yourself to everyone and start living in peace with who you are.

Olgunluk, kendini herkese açıklamayı bırakıp kim olduğunla huzur içinde yaşamaya başladığında gelir.
❞

❝

بعض الدروس لا نتعلمها لأننا أردنا ذلك… بل لأن الحياة لم تترك لنا خيارًا آخر.

Some lessons are not learned because we wanted to learn them… but because life left us with no other choice.

Bazı dersleri öğrenmeyi istediğimiz için öğrenmeyiz… hayat bize başka bir seçenek bırakmadığı için öğreniriz.

❞

❝

يكبر الإنسان حقًا عندما يدرك أن الراحة ليست في أن يفهمه الجميع، بل في أن يفهم نفسه.

A person truly grows when they realize that comfort is not found in being understood by everyone, but in understanding themselves.

İnsan gerçekten, huzurun herkes tarafından anlaşılmakta değil, kendini anlamakta olduğunu fark ettiğinde büyür.

❞

❝

هناك أشياء كنا نظن أننا لن نتجاوزها أبدًا… حتى أصبحنا نحن الدليل على أننا تجاوزناها.

There are things we once thought we would never get over… until we became the proof that we did.

Bir zamanlar asla üstesinden gelemeyeceğimizi düşündüğümüz şeyler vardır… ta ki onların üstesinden geldiğimizin kanıtı biz olana kadar.

❞

❝

أحيانًا لا نكتشف أننا تغيّرنا… إلا عندما نعود إلى الأماكن التي كانت تشبهنا،
فنجد أننا لم نعد نشبهها.

Sometimes we do not realize that we have changed… until we return to the places that once felt like us and discover that we no longer belong to them.

Bazen değiştiğimizi fark etmeyiz… ta ki bir zamanlar bize benzeyen yerlere geri dönüp artık onlara ait olmadığımızı anlayana kadar.
❞

❝

مع مرور الوقت، نتعلم أن بعض الخسارات لم تكن نهايات… بل كانت طرقًا تقودنا إلى أنفسنا.

Over time, we learn that some losses were not endings… but paths that led us back to ourselves.

Zamanla, bazı kayıpların son olmadığını… aksine bizi kendimize götüren yollar olduğunu öğreniriz.
❞

❝

لم نكبر عندما عرفنا كل الإجابات... بل عندما تعلّمنا كيف نعيش مع الأسئلة التي لا تملك إجابات.

We did not grow when we found all the answers... but when we learned how to live with the questions that have no answers.

Tüm cevapları bildiğimizde büyümedik... cevabı olmayan sorularla yaşamayı öğrendiğimizde büyüdük.

❞

❝

في النهاية، نفهم أن النضج لم يكن أن نصبح أشخاصًا لا يتألمون... بل أن نصبح أشخاصًا يعرفون كيف يحملون ألمهم ويمضون.

In the end, we understand that maturity was not about becoming people who never hurt... but becoming people who know how to carry their pain and keep going.

Sonunda anlarız ki olgunluk, hiç acı çekmeyen insanlar olmak değil... acımızı nasıl taşıyacağımızı ve yolumuza nasıl devam edeceğimizi öğrenmektir.
❞

النضج لا يأتي فجأة… لا يحدث في يومٍ واحد، ولا نشعر باللحظة التي ننتقل فيها من شخصٍ إلى آخر.
إنه يتسلل إلينا بهدوء، من خلال الأشياء التي اضطررنا لفهمها، والمواقف التي لم نكن مستعدين لها، والطرق التي مشيناها رغم أننا لم نكن نعرف إلى أين ستقودنا.
نكتشف مع الوقت أن ليس كل معركة تستحق أن نخوضها، وأن ليس كل شيء يحتاج إلى تفسير، وأن راحة القلب أحيانًا أهم من أن يفهمنا الجميع.
نحن لا نتغير لأننا أردنا دائمًا أن نتغير… أحيانًا تكون الحياة هي التي تضعنا أمام دروس لم نخترها، لكنها تجعلنا نرى أنفسنا بطريقة لم نعرفها من قبل.
وفي رحلة النضج، نتعلم أن بعض الأشخاص والذكريات والأماكن تبقى جميلة، لكنها لم تعد تشبه النسخة الجديدة منا.
نعود إلى أشياء ظننا يومًا أنها ستبقى معنا للأبد، فنكتشف أننا تجاوزناها، وأننا أصبحنا أقوى مما كنا نعتقد.
النضج ليس أن نصبح أشخاصًا لا يتألمون، فالألم جزء من الحياة… لكنه أن نتعلم كيف نحمل ما يؤلمنا دون أن نفقد أنفسنا، وكيف نكمل الطريق بقلب أكثر هدوءًا ووعيًا.

ففي النهاية، أجمل ما تفعله الأيام بنا ليس أنها تغيّرنا فقط... بل أنها تعيدنا إلى أنفسنا.

الفصل الخامس:

حين يصبح القلب أخف.

❝

السلام لا يعني أن كل شيء أصبح كما أردنا… بل أن قلوبنا أصبحت قادرة على تقبّل ما لم يكن.

Peace does not mean that everything became the way we wanted… but that our hearts became able to accept what was not.

Huzur, her şeyin istediğimiz gibi olması demek değildir… kalplerimizin olmayan şeyleri kabul edebilir hâle gelmesi demektir.

❞

❝

أحيانًا لا نحتاج إلى بداية جديدة… بل إلى قلبٍ أخف يحمل الماضي بطريقة مختلفة.

Sometimes we do not need a new beginning… but a lighter heart that carries the past in a different way.

Bazen yeni bir başlangıca değil… geçmişi farklı bir şekilde taşıyan daha hafif bir kalbe ihtiyaç duyarız.

❞

❝

هناك لحظة ندرك فيها أن الراحة لم تكن في أن يتغير العالم من حولنا… بل في أن يتغير شيء بداخلنا.

There comes a moment when we realize that peace was not found in changing the world around us… but in changing something within ourselves.

Bir an gelir ve anlarız ki huzur, çevremizdeki dünyanın değişmesinde değil… içimizdeki bir şeyin değişmesindedir.

❞

❝

بعض الأشياء لا نتركها لأننا لم نعد نهتم بها… بل لأننا أخيرًا تعلمنا أن نهتم بأنفسنا أكثر.

Some things are not left behind because we stopped caring about them… but because we finally learned to care about ourselves more.

Bazı şeyleri artık önemsemediğimiz için bırakmayız… sonunda kendimize daha çok değer vermeyi öğrendiğimiz için bırakırız.

❞

❝

في النهاية، لا نبحث عن حياةٍ خالية من التعب... بل عن قلبٍ يعرف كيف يجد الطمأنينة وسط كل شيء.

In the end, we do not search for a life free of exhaustion... but for a heart that knows how to find peace in the middle of everything.

Sonunda, yorulmadan geçen bir hayat aramayız... her şeyin içinde huzuru bulmayı bilen bir kalp ararız.

❞

❝

أحيانًا يضع الجميع اللوم علينا… لكننا نتعلم مع الوقت أن ليس كل حكمٍ يستحق أن نحمله معنا. يكفينا أننا نعرف ما في قلوبنا، وأننا بخير.

Sometimes everyone may put the blame on us… but with time, we learn that not every judgment is something we have to carry. It is enough to know what is in our hearts and that we are okay.

Bazen herkes suçu bize yükleyebilir… ama zamanla her yargıyı taşımamız gerekmediğini öğreniriz. Kalbimizde ne olduğunu ve iyi olduğumuzu bilmemiz yeterlidir.

❞

❝

في مرحلةٍ ما، نتوقف عن محاولة إثبات أننا بخير… لأن السلام الذي بداخلنا يصبح الدليل الوحيد الذي نحتاجه.

At some point, we stop trying to prove that we are okay… because the peace within us becomes the only proof we need.

Bir noktada, iyi olduğumuzu kanıtlamaya çalışmayı bırakırız… çünkü içimizdeki huzur, ihtiyacımız olan tek kanıt olur.

❞

❝

تعلمنا أن بعض الأشياء لا تحتاج إلى وداعٍ طويل… أحيانًا يكفي أن نتركها بهدوء، ونشكرها على الدرس الذي تركته فينا.

We learned that some things do not need a long goodbye… sometimes it is enough to leave them quietly and thank them for the lesson they left within us.

Bazı şeylerin uzun vedalara ihtiyacı olmadığını öğrendik… bazen onları sessizce bırakmak ve bize bıraktıkları ders için teşekkür etmek yeterlidir.
❞

❝

أجمل أنواع السلام… أن تنظر إلى ما مضى دون أن تتمنى تغييره، فقط تبتسم لأنك تعرف أنك نجوت.

The most beautiful kind of peace… is to look back at what has passed without wishing to change it, only smiling because you know you survived.

En güzel huzur türü… geçmişe bakıp onu değiştirmeyi dilememek, sadece hayatta kaldığını bildiğin için gülümsemektir.
❞

❝
لم يعد هدفي أن أجعل الجميع يفهمونني... أصبح هدفي أن أعيش بسلام مع نفسي، وهذا كان كافيًا.

My goal is no longer to make everyone understand me... my goal has become to live in peace with myself, and that was enough.

Artık amacım herkesin beni anlamasını sağlamak değil... amacım kendimle huzur içinde yaşamak oldu ve bu bana yetti.
❞

❝

أحيانًا تكون أكبر انتصاراتنا هادئة جدًا… أن نستيقظ يومًا ونكتشف أن الأشياء التي كانت تؤلمنا لم تعد تملك نفس القوة علينا.

Sometimes our greatest victories are very quiet… waking up one day and realizing that the things that once hurt us no longer have the same power over us.

Bazen en büyük zaferlerimiz çok sessiz olur… bir gün uyanıp eskiden bizi inciten şeylerin artık üzerimizde aynı güce sahip olmadığını fark etmektir.

❞

❝

في النهاية، نفهم أن السلام لم يكن في أن نحصل على كل ما أردناه... بل في أن نحب الحياة رغم الأشياء التي لم تأتِ.

In the end, we understand that peace was not found in getting everything we wanted... but in loving life despite the things that never came.

Sonunda anlarız ki huzur, istediğimiz her şeye sahip olmakta değil... hiç gelmeyen şeylere rağmen hayatı sevebilmektedir.

❞

❝

ليس كل ما فقدناه كان خسارة… بعض الأشياء رحلت لتترك في داخلنا مساحة لشيء أكثر سلامًا وجمالاً.

Not everything we lost was a loss… some things left to create space within us for something more peaceful and beautiful.

Kaybettiğimiz her şey bir kayıp değildi… bazı şeyler, içimizde daha huzurlu ve güzel bir şeye yer açmak için gitti.
❞

❝

أحيانًا لا تكون الطمأنينة في أن نعرف ماذا سيحدث غدًا... بل في أن نثق بأننا سنكون بخير مهما حدث.

Sometimes peace is not found in knowing what will happen tomorrow... but in trusting that we will be okay no matter what happens.

Bazen huzur, yarın ne olacağını bilmekte değil... ne olursa olsun iyi olacağımıza güvenmektedir.

❞

❝

وفي النهاية، ندرك أن أثمن ما يمكن أن نصل إليه ليس حياةً بلا ألم... بل قلبٌ عرف كيف يبقى مطمئنًا رغم كل شيء.

In the end, we realize that the most precious thing we can reach is not a life without pain... but a heart that has learned how to remain peaceful despite everything.

Sonunda anlarız ki ulaşabileceğimiz en değerli şey acısız bir hayat değil... her şeye rağmen huzurlu kalmayı öğrenmiş bir kalptir.

❞

حين يصبح القلب أخف...
لا أحد يصل إلى السلام فجأة.
نحن لا نستيقظ في صباحٍ ما ونجد أن كل شيء أصبح بخير، بل نمشي طريقًا طويلاً... طريقًا نتعلم فيه أن بعض الأشياء لم تكن بيدنا منذ البداية.
نقضي وقتًا طويلاً نحاول أن نفهم لماذا حدثت بعض الأمور، ولماذا رحل بعض الأشخاص، ولماذا لم تأتِ بعض الأمنيات رغم انتظارنا لها. ثم يأتي يوم ندرك فيه أن بعض الأسئلة لا تحتاج إلى إجابة بقدر ما تحتاج إلى قلبٍ قادر على تقبّلها.
نتغير عندما نتوقف عن حمل الأشياء التي أثقلتنا، ليس لأننا نسيناها، بل لأننا فهمنا أنها لم تعد تستحق أن تأخذ كل هذه المساحة من أرواحنا.
نبدأ بالنظر إلى أنفسنا بلطف أكبر... لا نلومها على كل ما حدث، ولا نعاقبها على الأيام التي حاولت فيها فقط أن تنجو.
نكتشف أن الهدوء ليس غياب العواصف، بل أن نعرف أننا نستطيع عبورها دون أن نفقد أنفسنا.
ومع الوقت، يصبح لدينا مكان صغير داخلنا لا يصل إليه ضجيج العالم...
مكان نعود إليه عندما نتعب، ونجد فيه أننا ما زلنا بخير.

ربما لم نحصل على كل ما تمنيناه، وربما بقيت بعض القصص ناقصة، لكننا حصلنا على شيء آخر… قلبًا أكثر فهمًا، وروحًا أكثر هدوءًا، وسلامًا لم نكن نعرف أننا نبحث عنه.

الفصل الأخير:

الشعور الذي لا يُشرح.

❝
الحب ليس شيئًا نختاره بعقولنا… هو شيء يجد طريقه إلى قلوبنا قبل أن نعرف كيف حدث ذلك.

Love is not something we choose with our minds… it is something that finds its way to our hearts before we know how it happened.

Aşk, aklımızla seçtiğimiz bir şey değildir… nasıl olduğunu anlamadan önce kalbimize yolunu bulan bir histir.
❞

❝

الحب ليس مكانًا نصل إليه… بل بحرًا ندخله دون أن نعرف عمقه.
نظن أننا نملك القدرة على الخروج منه، ثم نكتشف أن بعض البحار لا
تتركنا كما دخلناها؛ تأخذ شيئًا منا، وتترك فينا شيئًا منها.

Love is not a place we arrive at… but a sea we enter without knowing its depth.
We think we have the ability to leave it, then we discover that some seas do not leave us the same way we entered them; they take something from us and leave something of themselves within us.

Aşk, ulaştığımız bir yer değil… derinliğini bilmeden içine girdiğimiz bir denizdir.
Ondan çıkabileceğimizi sanırız, sonra bazı

denizlerin bizi girdiğimiz gibi bırakmadığını keşfederiz; bizden bir şey alır ve içimizde kendinden bir şey bırakır.
”

❝

الحب هو أن يجعل شخصٌ واحد العالم من حولك أكثر هدوءًا... وأن يحوّل أبسط التفاصيل إلى أشياء تستحق أن تُحَب.

Love is when one person makes the world around you feel calmer... and turns the simplest details into things worth loving.

Aşk, tek bir insanın etrafındaki dünyayı daha huzurlu hâle getirmesi... ve en basit ayrıntıları sevilmeye değer şeylere dönüştürmesidir.

❞

❝

الحب… يشبه نافذةً تُفتح في غرفةٍ مغلقة، ودفئًا يأتي في أبرد الأيام، ويدًا نجدها عندما نظن أننا وحدنا.

Love… is like a window opening in a closed room, a warmth that comes on the coldest days, and a hand we find when we think we are alone.

Aşk… kapalı bir odada açılan bir pencere, en soğuk günlerde gelen bir sıcaklık ve yalnız olduğumuzu düşündüğümüzde bulduğumuz bir el gibidir.
❞

❝

الحب... يشبه لحنًا نسمعه لأول مرة ونشعر أننا نعرفه منذ زمن، وسماءً تصبح أجمل فقط لأن شخصًا ما نظر إليها معنا.

Love… is like a melody we hear for the first time yet feel we have known forever, and a sky that becomes more beautiful simply because someone looked at it with us.

Aşk… ilk kez duyduğumuz hâlde sanki uzun zamandır bildiğimiz bir melodi ve sırf biri bizimle birlikte baktığı için daha güzel görünen bir gökyüzü gibidir.

❞

❝

يشبه رسالةً نحتفظ بها رغم أننا نحفظ كلماتها، وصوتًا نبحث عنه وسط الضجيج، وابتسامةً تجعل يومًا عاديًا يبدو مختلفًا.

Love… is like a letter we keep even when we know its words by heart, a voice we look for among the noise, and a smile that makes an ordinary day feel different.

Aşk… kelimelerini ezbere bildiğimiz hâlde sakladığımız bir mektup, kalabalığın içindeki bir sesini aradığımız bir ses ve sıradan bir günü farklı hissettiren bir gülümseme gibidir.

❞

❝

حين يدخل أحدهم القلب بطريقةٍ صحيحة… تزهر الأشياء التي كانت صامتة، تتفتح الورود في الداخل، ويصبح العالم أخفّ كأن الفراشات قررت أن تطير من جديد.

Love… when someone enters the heart in the right way, the things that were once silent begin to bloom, flowers open within, and the world feels lighter as if butterflies have decided to fly again.

Aşk… biri kalbe doğru bir şekilde girdiğinde, sessiz kalan şeyler yeniden çiçek açar, içimizde güller açılır ve dünya hafifler; sanki kelebekler yeniden uçmaya karar vermiş gibi.
❞

❝

يشبه صباحًا هادئًا بعد ليلةٍ طويلة… كأن القلب وجد أخيرًا مكانه.

Love… is like a quiet morning after a long night… as if the heart has finally found its place.

Aşk… uzun bir geceden sonra gelen sakin bir sabah gibidir… sanki kalp sonunda kendi yerini bulmuştur.
❞

❝

مع الشخص الصحيح، لا تحتاج القلوب إلى الكثير من الكلمات… يكفيها شعورٌ يقول: أنا هنا.

With the right person, hearts do not need many words… a feeling that says “I am here” is enough.

Doğru kişiyle, kalplerin çok fazla kelimeye ihtiyacı yoktur… “Ben buradayım” diyen bir his yeterlidir.
❞

❝

أجمل ما في الحب… أن تجد شخصًا لا يغيّر العالم من حولك، بل يجعل وجودك فيه أجمل.

Love… the most beautiful thing about it is finding someone who does not change the world around you, but makes your presence in it more beautiful.

Aşkın en güzel yanı… etrafındaki dünyayı değiştiren değil, o dünyadaki varlığını güzelleştiren birini bulmaktır.
❞

❝

في الحب... تصبح للأشياء ألوانٌ أخرى، للوقت طعمٌ مختلف، وحتى الصمت يصبح لغةً يفهمها قلبان.

Love… in love, things gain different colors, time feels different, and even silence becomes a language understood by two hearts.

Aşk… aşkta her şey başka renklere bürünür, zaman farklı bir tat kazanır ve sessizlik bile iki kalbin anladığı bir dile dönüşür.

❞

❝

الحب… أن يصبح في القلب ربيعٌ لا يعرف الرحيل، وأن تضيء أبسط اللحظات كأنها خُلقت لتُحفظ.

Love… is when spring settles in the heart and never leaves, and the simplest moments shine as if they were made to be remembered.

Aşk… kalpte hiç gitmeyen bir baharın yerleşmesi ve en basit anların sanki hatırlanmak için yaratılmış gibi parlamasıdır.

❞

❝

في قلبٍ آخر… نجد مكانًا يشبهنا، فلا نشعر بالغربة حتى لو ابتعد العالم كله.

In another heart… we find a place that feels like us, so we do not feel lost even if the whole world grows distant.

Başka bir kalpte… bize benzeyen bir yer buluruz; bütün dünya uzaklaşsa bile kendimizi yabancı hissetmeyiz.

❞

❝

بين قلبين… هناك أشياء لا تُقال، لكنها تُفهم بنظرة، وتحفظ كأنها أجمل سر.

Between two hearts… there are things that are never said, yet understood through a glance and kept like the most beautiful secret.

İki kalp arasında… söylenmeyen ama bir bakışla anlaşılan ve en güzel sır gibi saklanan şeyler vardır.

❞

❝

هناك من يأتي إلى حياتنا كنسمةٍ في يومٍ متعب... لا نعرف كيف جعلوا كل شيء أكثر لطفًا، لكننا نعرف أن وجودهم كان جميلاً.

There are those who come into our lives like a breeze on a tiring day... we do not know how they made everything gentler, but we know their presence was beautiful.

Hayatımıza yorucu bir günde esen bir rüzgâr gibi gelen insanlar vardır... her şeyi nasıl daha güzel hâle getirdiklerini bilmeyiz, ama varlıklarının güzel olduğunu biliriz.

❞

❝

كأن بعض القلوب خُلقت لتكون مأوى… ندخلها متعبين، ونخرج منها ونحن أخفّ.

As if some hearts were created to be a shelter… we enter them tired, and leave them feeling lighter.

Sanki bazı kalpler sığınak olmak için yaratılmıştır… onlara yorgun girer, daha hafiflemiş olarak çıkarız.
❞

❝

بعض الوجوه تشبه الصباح… يكفي أن نراها حتى يصبح اليوم أكثر دفئًا.

Some faces are like the morning… seeing them is enough to make the day feel warmer.

Bazı yüzler sabah gibidir… onları görmek bile günü daha sıcak hissettirir.

❞

❝

بعض الحضور يشبه المطر بعد انتظارٍ طويل… يأتي بهدوء، لكنه يحيي كل شيء في القلب.

Some presences are like rain after a long wait… they come quietly, but bring everything in the heart back to life.

Bazı varlıklar uzun bir bekleyişten sonra gelen yağmur gibidir… sessizce gelirler ama kalpteki her şeyi yeniden canlandırırlar.

❞

❝

هناك لحظات لا تحتاج إلى شيء… فقط قلبٌ قريب يجعلها كاملة.

There are moments that need nothing… only a close heart that makes them complete.

Hiçbir şeye ihtiyaç duymayan anlar vardır… sadece onları tamamlayan yakın bir kalp yeterlidir.
❞

❝
وفي النهاية... أجمل ما يتركه الحب فينا ليس ذكرى جميلة فقط، بل قلبًا عرف كيف يزهر.

And in the end... the most beautiful thing love leaves within us is not only a beautiful memory, but a heart that has learned how to bloom.

Ve sonunda... aşkın içimizde bıraktığı en güzel şey sadece güzel bir anı değil, nasıl çiçek açacağını öğrenmiş bir kalptir.
❞

لم يكن الحب يومًا مجرد كلمة تقال... كان دائمًا شيئًا يُشعر به.
هو تلك اللحظة التي يصبح فيها القلب أكثر لينًا دون أن نعرف السبب،
وتلك التفاصيل الصغيرة التي تكتسب فجأة معنى لم يكن لها من قبل.
في حضوره، تبدو الأيام أقل قسوة، وتصبح الأشياء البسيطة قادرة على رسم ابتسامة لا نعرف من أين جاءت.
الحب لا يحتاج دائمًا إلى قصص كبيرة أو وعود طويلة... أحيانًا يكون في نظرة مطمئنة، في انتظارٍ جميل، في شخص يجعلنا نشعر أن هناك مكانًا في هذا العالم يشبهنا.
هو ذلك الشعور الذي يجعل القلب يفتح نوافذه بعد وقتٍ طويل، ويترك الضوء يدخل من جديد.

قبل الختام أود أن أقول:
إلى من وصل إلى آخر السطور...
لا أعرف أي شعور حملته معك من هذه الصفحات، ولا أي كلمة بقيت في قلبك بعد أن أغلقت الكتاب... لكنني أتمنى أن تكون قد وجدت هنا شيئًا يشبهك.
ربما لم تكن كل الحكايات سهلة، وربما حملت بعض الكلمات وجعًا، وبعضها الآخر نورًا... لكنني أؤمن أن كل شعور مررنا به كان جزءًا من الطريق الذي أوصلنا إلى أنفسنا.
كتبت هذه الصفحات لأن بعض المشاعر أكبر من أن تبقى داخلنا، ولأن هناك أشياء لا تحتاج إلى تفسير... تحتاج فقط إلى مكانٍ آمن تُحكى فيه.
أتمنى أن تخرج من هنا بقلبٍ أكثر لطفًا، وبنظرة أجمل للأيام القادمة... وأن تتذكر دائمًا أن بداخلك مساحة تستحق الحب والاهتمام.
شكرًا لأنك لم تكن قارئًا فقط... بل كنت جزءًا من هذه الرحلة.
— شهد هيثم الشقوف

الختام

وفي آخر الطريق…

لم تكن الرحلة عن الوصول إلى مكانٍ معيّن، بل عن الأشياء التي وجدناها في داخلنا ونحن نمشي.

عن قلبٍ تعلّم أن يشعر، وروحٍ تعلّمت أن تهدأ، ونفسٍ عرفت أن بعض النهايات ليست فقدًا… بل بداية لشكلٍ أجمل من الحياة.

ربما لن نملك دائمًا كل ما تمنيناه، ولن تسير الأيام دائمًا كما خططنا لها…

لكننا سنملك دائمًا القدرة على أن نبدأ من جديد، وأن نحب، وأن نترك في هذا العالم أثرًا لطيفًا.

فبين سطرٍ وشعور… كانت هناك حكاية. وحكايتك أنت ما زالت تُكتب.

— شهد هيثم الشقوف