

# دانلود کتاب



۳۶۵ روز بدون تو

نویسنده : اخيرا

مقن دوزبانہ

# ۵۳۶ روز بدون توبہ



اخیرا  
دکتر غلامرضا برہمند

۳۶۵ روز بدون تو

متن دو زبانه (انگلیسی- فارسی)

اخیرا

مترجم: غلامرضا برهمند

خواندن کتاب خوب  
به منزلهٔ همنشینی با مردم شریف است.  
دکارت

تقدیم به کسانی «کز دیو و دد ملول‌اند و انسان‌شان  
آرزوست».  
غ. ر. برهمند

## سخن مترجم

به نام خدا

برون شو ای غم از سینه  
که لطف یار می‌آید  
تو هم ای دل ز من گم شو  
که آن دلدار می‌آید  
(مولانا، غزلیات شمس)

گفته‌اند ادبیات آینه تمام نما، یا به بیان دیگر، میزان الحرارة جامعه است و به نظر نگارنده، این نقش را تا بوده و هست و خواهد بود، به طور کلی هنر به عهده گرفته است. البته، در این عرصه به عنوان شاخه‌ای از هنر، بیشتر و صریح‌تر و باز بیشتر و آشکارتر از آن شعر، و باز بیشترین نقش را بنا به علل و عوامل مختلفی که در اینجا اقتضای بیان آن‌ها نیست، شعر فارسی از قدیم‌ترین زمان‌ها و دوره‌ها تا به حال، در اختیار خود داشته است.

چنان که عیان است، ویژگی برجسته جهان و عصر حاضر، چهره کاملاً خشن و ضد انسانی آن است. اما همزمان و در کنار آن، ویژگی مهم دیگرش، دقیقاً برخلاف آن، رحم، شفقت، دوستی، مهربانی و عشق‌ورزی، به معنای حقیقی و انسانی آن است که باز عمده‌تاً چنان که ملاحظه می‌گردد- در همان جهان غرب ریشه دارد و در حال هر چه بیشتر بالیدن است و مدت‌هاست که مبارزه علیه آن ویژگی ظالمانه را به زبان و محتوای خاص خود، آغاز کرده است، که به زیباترین، ساده‌ترین و عاشقانه‌ترین صورت ممکن، خود را نمایان ساخته است.

می‌دانیم که اصولاً، سیاهی و سپیدی، نور و ظلمت، مهر و کین، در هماره تاریخ، همچون دو خط و جریان موازی، پا به پای یکدیگر در حرکت بوده،

هستند و خواهند بود. به بیان دیگر، وجود یکی، علت  
 وجود دیگری است و اساساً بنیاد هستی در تمام وجوه  
 و ابعاد آن، بر اصل نیکی، روشنایی و مهر قرار دارد و  
 بدون تردید، مشخصه‌ی بارز شعر جدید معاصر،  
 همان‌گونه که ملاحظه می‌شود، بنابر اقتضای خاص زمان  
 و عصر کنونی عبارت‌اند از: سادگی و در همان حال  
 زیبایی استثنایی، عاشقانه و مهرورزانه، به معنای  
 حقیقی بشری و انسان دوستانه آن.  
 این عشق انسانی تا بوده و هست و خواهد بود، در  
 روابط عادی و طبیعی میان انسان‌ها: پدر و مادر،  
 فرزندان، همسران، همکاران و ... حتی در کل هستی  
 خاکی، حتی در جهان و رای انسانی: حیوان، گیاه، خاک،  
 سنگ و ... نمود آشکار دارد و قوام و دوام هستی به  
 طور کلی متکی بر آن است، بدون هیچ شبهه‌ای.  
 و حرف آخر اینکه، این ویژگی‌ها بر تمامی واژه‌ها،  
 عبارت‌ها و جمله‌های شاعرانه‌ی مجموعه در دست  
 خواننده ارجمند پرتوافکن است که اصل و ترجمه فارسی  
 آن را در اختیار دارد.  
 در نهایت، امیدوارم توانسته باشم از عهده ترجمه روان  
 و درست آن به زبان فارسی بر آمده باشم.  
 با سپاس، غ. ر. برهمند  
 ۱۴۰۲/ ۱۲/ ۵

day 1

i deserved a better goodbye

روز اوّل

سزاوار خداحافظی بهتری بودم

day 2

why did you spend so much time

?on me, if you weren't going to stay

روز دوّم

اگه نمی‌خواستی پیشم بمونی،

چرا اون همه وقت رو باهام گذروندی؟

day 3

and now i'm crying because

i remember all those plans

no longer exists

روز سوّم

و حالا دارم گریه می‌کنم، چون

به یادم می‌آد همه‌ی اون نقشه‌ها رو برای آینده‌ای

می‌کشیدیم

که دیگه وجود نداره

day 4

i know i never actually

mattered to you

روز چهارم

می‌دونم که هیچ وقت

واقعاً برات مُهم نبودم

day 5

i knew it wouldn't last

i knew it from

the moment

we first talked

yet I still had hope



that maybe just once  
something good  
could stay

روز پنجم  
این رو می‌دونستم که طولی نمی‌کشه،  
این رو می‌دونستم،  
از همون لحظه  
که دفعه‌ی اوّل صحبت کردیم.  
با وجود این، باز امید داشتم  
شاید فقط یک بار  
چیز خوبی  
بینمون باقی بمونه

day 6

i'm worried nothing else will  
ever feel like love again  
after you

روز ششم  
پیشونم از این که نمی‌تونم هیچ چیز دیگه‌ای  
مثل عشق رو هرگز بار دیگه  
پس از تو احساس کنم

day 7

as upset and angry  
i am, i still miss you  
do you know how fucking  
pathetic that makes me feel

روز هفتم  
وقتی که ناراحت و عصبانی‌یم  
باز دلتنگ تو ام  
آیا می‌دونی چقدر احساس  
کوفتی و بدبختی می‌کنم؟

day 8

how do you go back to being  
strangers with someone  
who has seen your soul

روز هشتم

چطور به گذشته بر می‌گردی  
تا مثل غریبه‌ها با کسی رفتار کنی،  
که روح و روان تو رو شناخته؟

day 9

i'm not okay, but that's okay  
because you're okay  
and that's all matters

روز نهم

حالم تعریفی نداره، اما بی‌خیال  
چرا که حال تو خوبه  
و کل مسئله همینه

day 10

i don't know what it is  
about you but I don't  
want to lose it because  
i know I will never be able  
to find it in anyone else

روز دهم

نمی‌دونم چی یه  
که در توئه، اما  
نمی‌خوام از دیش بدم، چون  
می‌دونم هرگز نخواهم تونست  
اونو در کس دیگه‌ای پیدا کنم

day 11

,if i knew it would hurt this much  
i wish I never laid eyes on you

روز یازدهم  
اگه می‌دونستم این کار خیلی آزدت می‌کنه،  
کاش هرگز بهت خیره نمی‌شدم

day 12

the hardest part of walking away from you  
is knowing that you won't run after me

روز دوازدهم  
سخت‌ترین بخش کناره گیریم از تو  
دونستن اون بود که تو دنبالم راه نخواهی افتاد

day 13

and i know i'm not the love of your life  
but you will always be the love of mine

روز سیزدهم  
و من می‌دونم که عشق زندگی تو نیستم  
اما تو همیشه عشق من خواهی بود

day 14

if I could be anything I wanted  
i would be the one you love

روز چهاردهم  
اگه می‌تونستم چیزی باشم که می‌خواستم  
کسی می‌شدم که دوستش داری

day 15

i knew i wasn't anything close  
to special but you made me feel  
like i was

روز پانزدهم  
می‌دونستم چیز خیلی خاصی نبودم،  
اما تو طوری احساسم رو برانگیختی  
که انگار بودم

day 16

it hurts like hell when

you know  
that you need to  
let go of someone  
but you can't  
because you are  
waiting for  
the impossible  
to happen

روز شانزدهم  
وقتی می‌دونی  
که نیاز داری  
اجازه بدی از کسی جدا بشی  
اما نمی‌تونی،  
مثل جهنم آزدت می‌کنه  
چون که  
در انتظار  
اتفاق

غیر ممکن هستی  
day 17

ask me to stay and i will  
i will drop everything else  
if you ask me to stay

روز هفدهم  
ازم بخواه که بمونم و خواهم موند  
اگه ازم بخوای که بمونم  
هر چیز دیگه‌ای رو رها می‌کنم

day 18

it will always be you  
no matter where i am  
or where you are  
no matter what

happens to me

or you

no matter what

i will always

love you

روز هجدهم

تو همیشه خواهی بود

صرفِ نظر از این که من در کجام

یا تو در کجایی

مهم نیست که

چه اتفاقی برای من

یا برای تو می‌افتد

در هر شرایطی

من همیشه

دوست خواهم داشت

day 19

wish you were mine

wish you were mine

wish you were mine

wish you were mine

wish you were mine

wish you were mine

wish you were mine

wish you were mine

wish you were mine

روز نوزدهم

کاشکی تو مال من بودی

کاشکی تو مال من بودی

کاشکی تو مال من بودی

کاشکی تو مال من بودی

کاشکی تو مال من بودی

کاشکی تو مال من بودی  
کاشکی تو مال من بودی  
کاشکی تو مال من بودی  
کاشکی تو مال من بودی

day 20

what kind of a coward  
am i, to settle for another  
when my heart belongs to you

روز بیستم

زمانی که قلبم مال توئه  
اگه به کس دیگه‌ای دل ببازم  
چه رقم بزدلی باید خونده بشم، من؟

day 21

here i am, two years later  
still in love with you as ever

روز بیست و یکم

هی، دو سال دیگه من مثل همیشه  
بازم بهت عشق می‌ورزم

day 22

i wanted to tell you

i missed you

but I know

it wouldn't

change anything

so i kept

pretending

i didn't

روز بیست و دوم

خواستم بهت بگم

دلتنگ توام

اما دونستم

چیزی رو  
عوض نمی‌کنه  
پس وانمود کردم  
دلتنگت نبودم

day 23

even when I was with you  
i still missed you, i always  
thought about the next time  
we'd see each other  
even when you were  
right next to me

روز بیست و سوم  
حتّی وقتی که باهات بودم  
بازم تو رو نمی‌دیدم، من همیشه  
حتّی زمانی که دُرُس  
کنارم بودی

به آینده‌ای فکر می‌کردم  
که همدیگه رو خواهیم دید

day 24

i love you, i've always loved you  
even when you couldn't love me

روز بیست و چهارم  
دوست دارم، همیشه دوست داشتم  
حتّی وقتی که نمی‌تونستی دوست داشته باشی

day 25

i don't know what to say except  
that it tore my heart out of my body  
saying goodbye to you

روز بیست و پنجم  
نمی‌دونم چی بگم، جز اونکه  
قلبم بدنم رو درید

تا باهات خداحافظی کنه

day 26

but what if i don't want

?our story to end already

روز بیست و ششم

اما چی می‌شه اگه من نخوام

قصه‌مون به این زودیا تموم بشه؟

day 27

you were my soulmate

but we weren't meant to be

روز بیست و هفتم

تو یار غار من بودی

اما ما قابلیت اونو نداشتیم

day 28

knowing someone isn't coming back

doesn't mean you ever stop waiting

روز بیست و هشتم

این که بدونی کسی قصد بازگشت نداره

به این معنی نیست که تو در انتظارش نمونی

day 29

it's the hardest thing eve when

you have to give up on someone

because they have given up on you

روز بیست و نهم

همیشه، چون کسی از تو دست کشیده

سخت‌ترین کار برای تو اینه

که مجبورشی از او دست بکشی

day 30

the fact that i have

to give up on you

hurts even more



because  
the only reason  
i'm giving up on YOU  
is because  
you gave up on ME  
a long time ago

روز سی ام  
این حقیقت که ناچار  
ترکت می‌کنم  
حتی بیشتر آزارم می‌ده  
چون

تنها دلیل این که  
دارم تو رو ترک می‌کنم  
اینه که

تو مدت‌ها پیش  
من رو ترک کردی  
day 31

?can i just ask why  
?why did you lead me on  
,why did you say all those things to me  
?knowing they weren't true  
why did you make promises  
?you knew you were going to break  
?why did you keep telling me lie after lie  
everything you did for me  
will never make up  
and excuse what you did to me  
in the end

روز سی و یکم  
واقعاً می‌تونم بپرسم چرا؟  
چرا فریبم دادی؟

چرا اون همه چیزها رو به من گفتی،  
در حالی که می‌دونستی حقیقت نداشتن؟  
چرا عهدهایی رو بستی  
که می‌دونستی قصد شکستن شون داشتی؟  
چرا به گفتن دروغ پشت دروغ به من ادامه دادی؟  
همه‌ی اونچه برام انجام دادی  
هرگز به آشتی منجر نخواهد شد  
در نهایت  
از همه‌ی اونچه علیه من انجام دادی، عذرخواهی کن  
day 32

how do I forget someone  
who made me feel complete  
?but broke me at the same time

روز سی و دوم  
چگونه آدمی رو فراموش کنم که  
احساس کاملی رو در من ایجاد کرد  
اما همزمان من رو در هم شکست؟  
day 33

i wish i knew what you think  
when my name is mentioned

روز سی و سوم  
کاش وقتی که نامم رو به زبان می‌آری  
می‌دونستم به چی فکر می‌کنی  
day 34

i wonder if you ever talk  
about missing me to anyone

روز سی و چهارم  
نمی‌دونم آیا ضمن صحبت با کسی  
اصلاً از من گم گشته یادی می‌کنی؟  
day 35

keeping my distance because

i know I can't have you

روز سی و پنجم

به من نزدیک نشو، چون

می‌دونم نمی‌تونم تو رو داشته باشم

day 36

i shouldn't be jealous

you're not even mine

روز سی و ششم

نمی‌تونم بهت حسادت کنم

چون همتراز تو نیستم

day 37

i know i'm going to miss you

for the rest of my life

روز سی و هفتم

می‌دونم برای باقی عمرم

بناست دلتنگ تو باشم

day 38

i still remember the last thing

you said to me

روز سی و هشتم

من هنوز آخرین مطلبی رو که بهم گفتی

به خاطر دارم

day 39

,why did you say all those things

?if you weren't planning on staying

روز سی و نهم

اگه قصد موندن در کنارم رو نداشتی

چرا همه‌ی اون حرف‌ها رو بهم گفتی؟

day 40

people come and go, but can't

?you please be the one that stays

روز چهلّم  
آدما می آن و می رن، اما نمی شه  
تو تنها کسی باشی که می مونه؟

day 41

somedays i feel like  
i'm over you already  
and can't care less  
about what you do  
but then some memory  
strike me out of nowhere  
... and just like that  
i miss you-

روز چهل و یکم  
یه وقتایی دلم می خوادت  
همین حالا هم خیلی دوست دارم  
و راجع به اونچه انجام می دی  
نمی تونم بی خیالت بشم  
اما بعد خاطراتی از ناکجا  
به ذهنم خطور می کنه  
چنان که گویی واقعاً ...  
- دلتنگ توام

day 42

i don't think it ever stops hurting  
giving somebody the best of you and  
watching them choose someone else

روز چهل و دوّم  
این رو هیچ وقت تصوّر نمی کنم که  
از آزدن بهترین آدما دس برداره و  
و اونا رو ببینه که کس دیگه ای رو انتخاب کنن

day 43

you, it will always be you

?don't you get that  
if I had the choice  
between you and  
a million things  
i've always wanted  
i would choose you  
every single time

روز چهل و سوم  
تو برا من همیشه خواهی بود  
اونو متوجه نمی‌شی؟  
اگه من بین تو و  
یه میلیون آدم  
حق انتخاب داشتم  
همیشه خواهانت بودم  
و در هر فرصت خاصی  
تو رو انتخاب می‌کردم  
day 44

i deserved a kinder goodbye  
روز چهل و چهارم  
من لایق خدا حافظی مهرآمیزتری بودم  
day 45

and how odd is it to be haunted  
by someone that is still alive  
روز چهل و پنجم  
چه جوری، اگه آدم هنوز زنده  
نگران حال کسی باشه، عجیب به نظر می‌رسه؟  
day 46

don't miss me, you chose this  
روز چهل و ششم  
خودت انتخاب کردی،  
ترکم نکن

day 47

i didn't deserve that

you knew it too

روز چهل و هفتم

خود تو هم این رو فهمیدی

که اون رفتار سزاوار من نبود

day 48

you should have opened your eyes

i was crazy for you

روز چهل و هشتم

تو باید چشاتو باز می کردی

من دیوَنَت بودم

day 49

i miss you

,all day

,every day

and you can't even imagine

how pathetic it makes me feel

because i don't even know

?if you miss me back

روز چهل و نهم

من تموم روز

دلتنگ تو ام

و تو حتی نمی تونی تصوّر کنی

چطور این قضیه حس غم انگیزی برام ایجاد می کنه

چون من حتّی نمی دونم

آیا بازم ترکم می کنی یا نه؟

day 50

one of the hardest thing you will  
ever have to do is to grieve the  
loss of a person who is still alive

روز پنجاهم

یکی از سخت‌ترین کارایی که آدم همیشه  
باید بهش عمل کنه، اندوهگین شدن  
از مرگ حقیقی کسی یه که هنوز به ظاهر زنده‌س

day 51

talking to you was the best  
part of my 2023

روز پنجاه و یکم

همکلام شدن با تو، بهترین  
سهم سال ۲۰۲۳ من بود

day 52

i promised myself that I would  
never fall in love with you  
but is was 4 am and we were  
laughing way too hard and  
i felt happy for the first time  
in a long time and I knew  
i was screwed

روز پنجاه و دوم

با خودم عهد بستم

هرگز به دام عشقت نیفتم

اما ساعت ۴ صبح بود که

شدیداً با هم در حال خنده بودیم و

من برا نخستین بار

بعد از مدّتی طولانی احساس شادی کردم و فهمیدم

کلاه سرم رفته

day 53

they never tell you how  
hard it is to fall out of  
love with someone

روز پنجاه و سوم  
هیچ وقت بهت نمی‌گن  
که دل کندن از کسی  
چقدر سخته

day 54

now I count the months  
we have been apart like  
i used to count the months  
we'd been together

روز پنجاه و چهارم  
حالا ماه‌هایی رو شماره می‌کنم  
که از هم دور بودیم، همون‌طور که  
ماه‌هایی رو شماره می‌کردم  
که با هم بودیم

day 55

no words can explain the way  
i'm missing you

روز پنجاه و پنجم  
هیچ واژه‌هایی نمی‌تونن حال دلتنگی من  
برا تو رو شرح بدن

day 56

i stay up most nights  
thinking of you  
while trying not  
to think about you  
missing you  
while trying not to  
miss you



روز پنجاه و ششم  
بیشتر شب‌ها بیدار می‌مونم  
و به تو فکر می‌کنم  
در حالی که می‌کوشم  
به تو فکر نکنم  
دل‌تنگِ تو ام  
در حالی که می‌کوشم  
دل‌تنگِ تو نباشم

day 57

it's hard to wait around  
for something you know  
might never happen  
but it's harder  
to give up  
when you know  
it's everything  
you want

روز پنجاه و هفتم  
سخته انتظار کشیدن  
برای چیزی که می‌دونی  
احتمالاً هرگز اتفاق نمی‌افته،  
اما سخت‌تر وقتی یه  
که امید تو نسبت به چیزی از دس بدی  
که می‌دونی  
تموم نیاز تو رو  
بر آورده می‌کنه

day 58

you are always going to  
mean something to me  
روز پنجاه و هشتم  
تو همیشه می‌خوای

چیزی رو بهم بفهمونی

day 59

how stupid of me was it  
to think that you actually  
?saw something in me

روز پنجاه و نهم

چقدر احمقانه فکر می‌کردم  
که تو واقعاً

چیز خاصی در من می‌دید!

day 60

i remember the first time  
i saw you looked at me  
and the second I noticed  
you looked away

روز شصتم

اولین بار رو به یاد می‌آرم  
که دیدم تو به من نگا کردی  
و دومین بار، دیدم  
که از من رو برگردوندی

day 61

just because i let you go  
doesn't mean I wanted to

روز شصت و یکم

صرف این که گذاشتم از پیشم بری  
معناش این نیست که به اون رضایت داشتم

day 62

you're constantly on my mind  
while I don't even cross yours

روز شصت و دوم

اگر چه حتی راهم به راحت بر نمی‌خوره،  
اما همیشه در خاطرمی

day 63

almost – is what we always will be

روز شصت و سوم

تقریباً - چیزیست که ما همیشه خواهیم بود (نه  
تحقیقاً)

day 64

long story short: you broke me

روز شصت و چهارم

مختصر داستان طولانی من اینه: تو من رو در هم  
شکستی

day 65

i find a glimpse of us

in every romance

روز شصت و پنجم

من در هر داستان عاشقانه‌ای  
تصویری از خودمون رو می‌بینم

day 66

i'm afraid

i will love you forever

and we will never

be in the same room

again

روز شصت و ششم

می‌ترسم

من جاودانه دوست خواهم داشت

گرچه هیچ وقت

بار دیگه

در زیر یک سقف نخواهیم بود

day 67

i look for you in everyone

روز شصت و هفتم

در هر کسی تو رو می‌جویم

day 68

you can't spend the best years of your life

waiting for somebody to love you back

روز شصت و هشتم

آدم نمی‌تونه بهترین سالای عمرشو به انتظار کسی

بشینه

که او هم تو رو دوس داشته باشه

day 69

,maybe in another world

you would have chosen me

روز شصت و نهم

شاید هم در دنیای دیگه‌ای،

بخوای من رو انتخاب کنی

day 70

i should've expected

.that we'd drift apart

i should've expected

.that we'd talk less

i should've expected

.to miss you this much

,i should've, i should've

.i should've, but I didn't

روز هفتادم

باید انتظار می‌داشتم

که از هم جدا می‌شیم

باید انتظار می‌داشتم

که کمتر با هم صحبت کنیم

باید انتظار می‌داشتم

به زودی تو رو از دست بدم.

باید می‌داشتم، باید می‌داشتم،

باید می‌داشتم، اما نداشتم.

day 71

i don't talk to you anymore, because  
i keep telling myself that if you wanted  
to speak to me, you would

روز هفتاد و یکم

بیشتر ازین باهات صحبت نمی‌کنم، چون  
مدام به خودم می‌گم که اگه تو می‌خواستی  
باهام صحبت کنی، می‌کردی

day 72

wanting love from someone who doesn't  
want to love you will destroy your heart

روز هفتاد و دوم

تقاضای دوستی از کسی که نمی‌خواهد  
دوست داشته باشه، قلب تو رو نابود می‌کنه

day 73

it doesn't even matter  
if i love you more than  
anyone else in this damn  
world, you don't want me

روز هفتاد و سوم

اگه من در این دنیای لعنتی  
بیش از هر کس دیگه‌ای دوست دارم  
اما تو دوسم نداری،

بازم اصلاً مسئله‌ای نیست.

day 74

you broke my heart  
and trust but you cold  
call me 3 months from now  
at 5 am and I would  
still pick up my phone

do you know how pathetic  
?that makes me feel

روز هفتاد و چهارم  
تو قلب و اعتمادم رو  
شکستی اما تو می‌تونی  
در طی ۳ ماه از حالا به بعد  
در ساعت ۵ صبح بهم زنگ بزنی  
و من بازم گوشی‌یم رو بردارم.  
آیا می‌دونی چقدر  
احساس درماندگی می‌کنم؟

day 75

the saddest thing ever is  
when you both loved each  
other, and then one day  
one fell out of love and  
left the other still in love

روز هفتاد و پنجم  
همیشه غم‌انگیزترین موضوع  
وقتی یه که دو تن  
عاشق همدیگه بودن، اما بعد روزی ،  
یکی از اونا از دایره‌ی عشق بیرون رفته  
و دیگری رو همچنان عاشق به جا گذاشته

day 76

... you haven't talked to me since

روز هفتاد و ششم  
تو از ... تا حالا با من صحبت نکرده‌ای

day 77

,wait until they break your heart  
wait to see how they justify it, you'll  
see what kind of person they are then  
روز هفتاد و هفتم

منتظر بمون تا قلبت رو در هم بشکنن،  
منتظر بمون تا ببینی چطور اون رو توجیه می‌کنن  
بعد خواهی دید اونا چه رقم آدمایی ین  
day 78

when I first met you I knew that  
you'd either complete me  
or completely destroy me  
روز هفتاد و هشتم  
وقتی که بار اول باهات دیدار کردم، فهمیدم  
تو یا کاملم می‌کنی  
یا کاملاً نابودم می‌سازی  
day 79

you said you didn't want  
to lose me but you weren't  
even trying to keep me  
روز هفتاد و نهم  
بهم گفתי نمی‌خواستی  
از دسم بدی، اما تو حتی  
سعی نکردی که حفظم کنی  
day 80

,and on some days  
i wish our paths had  
never crossed because  
you don't know how  
heartbreaking it is to  
know that someone  
like you exists in this  
world and you can not  
have her

روز هشتادم  
کاش روزگاری،

هرگز به هم  
برنخورده بودیم، چون  
نمی‌دونی چقدر  
غم انگیزه  
که بفهمی کسی  
مثل تو در این دنیا  
وجود داره، اما تو  
از داشتنش محرومی

day 81

one of the most difficult tasks in life  
is removing someone from your heart

روز هشتاد و یکم  
یکی از سخت‌ترین کارا در زندگی،  
بیرون کردن مهر کسی از قلبته

day 82

,you said goodbye  
and i cried my soul out

روز هشتاد و دوم  
تو گفتی، خداحافظ  
و دل و جان من فریاد برآورد

day 83

but what if I don't want our  
?story to end already

روز هشتاد و سوم  
مگه چی می‌شه، اگه نخواهم  
قصه‌مون به این زودیا تموم بشه؟

day 84

i guess what really  
breaks my heart is  
i want to be the one  
who makes you happy



but i'm not

روز هشتاد و چهارم

به گمونم، اونچه قلب من رو می‌شکنه

اینه که بخوام کسی باشم

که تو رو خوشحال می‌کنه

اما نیستم

day 85

one of the most toxic things i've ever

done is ignore the bad in someone

because i love them

روز هشتاد و پنجم

یکی از سمی ترین کارایی که همیشه

انجام داده‌م، نادیده گرفتن بدی در آدماس

چون اونا رو دوس دارم

day 86

your actions prove your words

don't mean a thing

روز هشتاد و ششم

اعمال شما حرفای شما رو اثبات می‌کنه

چیز دیگه‌ای رو نمی‌رسونن

day 87

i think what hurt me

the most was that so

,many people saw it coming

and the only thing i ever

wanted you to do was

prove them all wrong

but you couldn't even

do that for me

روز هشتاد و هفتم

می‌دونم چه چیزی آزرده‌م کرد

مهم‌ترین شون اون بود که  
خیلی از افراد دیدن که پیش اومد  
و تنها چیزی که خواستم انجام بدی  
اون بود که ثابت کنی همه‌شون اشتباه بودن  
اما تو حتی نتونستی  
اونو برام انجام بدی  
day 88

?the difference  
This time I won't wait  
.By my phone  
i won't text you every  
day to remind you that  
i exist. i won't give you  
that power anymore  
?you want me  
you'll have to show me

روز هشتاد و هشتم  
بی اعتمادی؟  
این دفعه پای تلفن  
منتظر نمی‌مونم.  
هر روز برای یادآوری به تو  
از این که من زنده‌م  
پیام نمی‌فرستم  
من دیگه این اختیارم رو که  
«آیا من رو می‌خوای» بهت نمی‌بخشم  
تو ناگزیری اونو بهم نشون بدی  
day 89

why do we try so hard for people  
?that don't even try for us  
روز هشتاد و نهم  
چرا ما باید برای کسایی، بسیار سخت تلاش کنیم،

اونایی که برای ما هیچ تلاشی به خرج نمی‌دن؟

day 90

... i was addicted to the way you pretended

روز نوذم

من شیفته‌ی خلق و خویی بودم که تو به اون تظاهر

کردی ...

day 91

,i like to think that if the timing was different

i could have been the one for you

روز نود و یکم

دوس دارم فکر کنم که اگه مناسبت زمانی دیگه‌ای بود،

می‌تونستم برات آدم دیگه‌ای بشم.

day 92

i wish you would

message me

,ask me how i am

,what i'm doing

.how i've been

it hurts to think that

i probably don't go through

your mind at all, while

you never leave mine

روز نود و دوم

کاش بهم

پیام می‌دادی

و ازم می‌پرسیدی حالم چگونه،

دارم چکار می‌کنم،

چطور بوده‌م.

این موضوع آزردهم می‌کنه که فکر کنم

احتمالاً نتونستم  
کلاً مورد قبول خاطرتو قرار بگیرم، در حالی که  
خاطر من هرگز تو رو رها نمی‌کنه  
day 93

you belong with me, maybe in  
another world or lifetime  
but I know you belong with me

روز نود و سوم  
تو شاید در جهان دیگه‌ای  
یا در طول زندگی، عشق من باشی  
اما من می‌دونم که تو فقط مال منی  
day 94

i let you become my happiness  
and that's where i went wrong

روز نود و چهارم  
گذاشتم مایه‌ی شادمانی من بشی  
و این همون جایی یه که اشتباه کردم  
day 95

i don't regret us, but  
i wouldn't do it again

روز نود و پنجم  
برامون ابراز پشیمونی نمی‌کنم، اما  
بار دیگه این کار رو انجام نمی‌دم  
day 96

whenever you miss me  
just remember you had me  
and i wasn't enough

روز نود و ششم  
هر وقت ترکم می‌کنی  
فقط به یاد بیار که من رو داشتی  
اما من کافیت نبودم

day 97

?remember the "i love you more" fights

... Looks like i won

روز نود و هفتم

مسابقات «من، تو رو بیشتر دوست دارم» رو به یاد

داری؟

به نظر می‌رسه من برنده شدم ...

day 98

if you break someone and they

still wish you the best, you've lost

the greatest thing for you

روز نود و هشتم

هر وقت دل کسی رو می‌شکنی و اونا

بازم بهترین‌ها رو برات آرزو می‌کنن، تو بزرگترین

چیز خودت رو از دست دادی

day 99

i think the worst feeling

in the world is knowing

that someone you used

to talk to everyday doesn't

care about you anymore

روز نود و نهم

به نظرم، بدترین حس

در جهان، دونستن اونه که

کسی رو که هر روز باهاش

صحبت می‌کردی، دیگه

برات هیچ اهمیتی قائل نباشه

day 100

i saw you, and I couldn't  
differentiate between  
my heart breaking  
and my heart fluttering

روز صدم

تو رو دیدم، اما نتونستم

بین شکستن دلم

و پرپر شدن قلبم

فرقی بذارم

day 101

and if you've never felt your soul  
being torn apart, you've never  
loved anyone with all your heart

روز صد و یکم

و تو هرگز احساس نکرده‌ای

که اگر روح‌ت داره از هم می‌پاشه، پس هیچ‌گاه

با همه‌ی وجودت به کسی دل نباخته‌ای

day 102

you are never coming back

and I am honestly trying

my hardest to be okay with that

روز صد و دوم

تو هرگز نمی‌خوای کسی رو به یاد بیاری

و من در تلاشم که با تموم وجودم

با اون کنار بیام.

day 103

do you ever just wonder how

different your life would be

?if that one person didn't leave

روز صد و سوم

آیا تا حالا فکر کردی  
اگه کسی ترکیت نمی‌کرد،  
زندگیت چقدر متفاوت می‌شد؟

day 104

if someone would've  
told us 3 years ago  
that at some point  
we'd never speak  
again, we would have  
laughed in their face  
i don't know about you  
... but i'm not laughing

روز صد و چهارم  
اگه ۳ سال پیش،  
کسی به ما می‌گفت  
که در فلان لحظه  
ما هرگز با هم صحبت نمی‌کنیم،  
توی روش قاه قاه می‌خندیدیم.  
[اما حالا]

تو رو نمی‌دونم،  
اما من دیگه خنده‌م نمی‌گیره ...

day 105

,you left me  
after all the things  
you said and  
everything we did  
you made it look  
so damn easy to leave

روز صد و پنجم  
بعد از اون همه حرفا  
که گفتم، و

اون همه کارا که انجام دادیم  
ترکم کردی  
و این جوری باعث شدی  
که جدایی، اتفاق خیلی عادی و آسون به نظر بیاد  
day 106

i look at you, and i just love you  
and it terrifies me. it terrifies me  
what i would do for you

روز صد و ششم  
بهت نگا می‌کنم، و واقعاً دوست دارم  
و همین به هراسم می‌ندازه، به هراسم می‌ندازه  
که چه کاری می‌تونم برات انجام بدم  
day 107

"you ever be like "it is what it is  
but deep; inside your heart  
wishes things would be different

روز صد و هفتم  
آدمی در ظاهر «همونه که هس»  
اما در ژرفای درون قلبش  
آرزوهای دیگه‌ای پنهونه  
day 108

why did we have to meet when  
?it was too late for us to be together

روز صد و هشتم  
وقتی که برای با هم بودنمون خیلی دیر شده بود،  
چرا باید با هم دیدار می‌کردیم؟  
day 109

,i miss you, the old you  
the one that cared about me

روز صد و نهم  
دلتنگ توام، تویی که یار دیرینه‌م



و کسی بودی که برام اهمیت قائل بودی

day 110

somewhere in between our text  
messages, our phone calls, our jokes  
our laughter, our talks... I fell for you

روز صد و دهم

یه جایی لای پیام‌های نوشتاری بین ما  
مکالمات تلفنی‌مون، شوخی‌هامون،  
خنده‌هامون، گفت و گو‌هامون، عاشقیت شدم

day 111

the sad thing is that I actually  
believed you wanted to be with me

روز صد و یازدهم

موضوع غم‌انگیز اونه که من واقعاً  
فکر می‌کردم تو می‌خواستی باهام بمونی

day 112

i miss our late night talks, i miss you, i miss us

روز صد و دوازدهم

دلتنگ صحبت‌های شب قبلم، دلتنگ توام، دلتنگ  
دوتامونم

day 113

it's so hard not talking to you

روز صد و سیزدهم

صحبت نکردن باهات برام خیلی سخته

day 114

every time you hurt me

i apologized because I felt  
guilty for making you feel bad

روز صد و چهاردهم

هر بار که تو آزردهم کردی

من ازت عذرخواهی کردم، چون  
به دلیل ایجاد حس ناخوشایند در تو، مقصّر بودم  
day 115

i can't unlove you

روز صد و پانزدهم  
نمی‌تونم دوست نداشته باشم  
day 116

being loved by you was the best  
thing that has ever happened to me

روز صد و شانزدهم  
این که تو دو سَم می داری، بهترین  
چیزی بوده که تا حالا برام اتفاق افتاده  
day 117

.i saw you for like ... 3 seconds  
and it made my day

روز صد و هفدهم  
۳ ثانیه ... تو رو دیدم و بهت علاقه‌مند شدم  
و همین، به زندگیم رونق داد  
day 118

you said you'd always be  
.there for me, but you're not

روز صد و هجدهم  
گفتی همیشه  
در اونجا با منی، اما نیستی  
day 119

since you happened  
i've never been the same

روز صد و نوزدهم  
بعد از اتفاقی که تو پیش آوردی  
من هرگز همون آدم قبلی نبودم  
day 120

i want all of my lasts to be with you

روز صد و بیستم

کاش کلّ گذشته‌هام با تو می‌گذشت

day 121

i replay our conversation

in my head all the time

روز صد و بیست و یکم

من همه وقت در سرم

به گفت و گوهایم ادامه می‌دم

day 122

,the problem is, whenever we talk

i fall in love over and over again

روز صد و بیست و دوم

موضوع اینه که هر وقت صحبت می‌کنیم

بازم بارها عاشقت می‌شم.

day 123

,i like the way we feel together

we fit, i've never fit with anyone

the way that we do

روز صد و بیست و سوم

راهی رو دوس دارم که در اون احساس با هم بودن

کنیم

ما با هم جوریم، من هرگز با کسی در مسیری که طی

می‌کنیم

جور نبوده‌م

day 124

,i want to ask you what I mean to you

but i'm afraid to know the answer

روز صد و بیست و چهارم

می‌خوام ازت بپرسم من چه اهمیتی برات دارم

اما از دونستن پاسخش، می‌ترسم

day 125

what if you were the only one  
?for me

روز صد و بیست و پنجم  
چی می‌شه اگه تو فقط  
مال من بودی؟

day 126

please stay in my life

روز صد و بیست و ششم  
لطفاً در زندگیم باقی بمون

day 127

we had the right love  
at the wrong time

روز صد و بیست و هفتم  
ما در زمانه‌ای نادرست  
عشقی درست داشتیم

day 128

i miss the way you treat me  
when we first start talking

روز صد و بیست و هشتم  
وقتی که بار اول صحبت آغاز کنیم  
طرز رفتار تو رو با خودم نادیده می‌گیرم

day 129

i started missing you again  
realizing that I never stopped

روز صد و بیست و نهم  
باز دارم دلتنگت می‌شم  
گرچه هرگز وقفه‌ای هم در بین نبوده

day 130

what if we gave each other  
?another chance

روز صد و سیام  
چی می‌شد اگه فرصت دیگه‌ای  
به هم می‌دادیم؟

day 131

what if the one that got  
?away ... came back

روز صد و سی و یکم  
چی می‌شد اگه اون‌ی که گذاشت و رفت ...  
بر می‌گشت؟

day 132

even the shortest conversation  
with you makes me happy

روز صد و سی و دوم  
حتّی کوتاه‌ترین گفت و گوی باهات  
خوشحالم می‌کنه

day 133

it's 2 am and I'm lying in bed with  
nothing but the idea of you and i  
in my head

روز صد و سی و سوم  
ساعت ۲ صبحه و من در بستر افتاده‌م  
بی هیچ چیزی، جز فکر تو و من

در سرم

day 134

you should have left me alone  
if i wasn't what you wanted

روز صد و سی و چهارم  
اگه من اون‌ی که می‌خواستی نبودم  
احتمالاً ترکم می‌کردی و تنهام می‌ذاشتی

day 135

i don't get it, you don't want me gone

but you don't want me with you either

روز صد و سی و پنجم

من این رو نمی‌فهمم، از یک سو راضی به رفتنم نیستی  
اما از سوی دیگه نمی‌خوای باهات بمونم

day 136

how many times can the same

?person break your heart

"as long as you love them"

روز صد و سی و ششم

یه نفر چند دفعه

می‌تونه قلبت رو بشکنه؟

«تا وقتی که، همچنان عاشقشی»

day 137

because every time

,my phone buzzes

i hope it's you

,missing me

but it never is

روز صد و سی و هفتم

به این دلیل که هر وقت

تلفنم زنگ می‌زنه،

امیدوار می‌شم،

تویی که دلتنگم شدی

اما هرگز این طوری نیس

day 138

the difference between

promises and memories

,is that we break promises

and memories break us

روز صد و سی و هشتم

تفاوت بین قول‌ها و خاطره‌ها  
اینه که ما قول‌ها رو زیر پا می‌ذاریم  
اما خاطره‌ها ما رو زیر پا می‌ذارن

day 139

i hate needing you  
you don't even want me  
it hurts -

روز صد و سی و نهم  
من از این که بهت نیاز دارم، متنفرم  
تو حتی من رو نمی‌خوای  
- این آزارم می‌ده

day 140

.this is my last goodbye  
to our good memories  
and our bad  
to our inside jokes and  
the ones we never quite got  
and to all the what-ifs  
we had and  
all the plans  
we made

روز صد و چهلم  
این آخرین وداعمه  
با خاطرات خوب و  
بدمون  
با شوخی‌های بینمون  
و با چیزایی که هرگز کاملاً نیافتیم  
و با کلّ چه می‌شد اگه‌هایی  
که داشتیم و  
همه‌ی نقشه‌هایی  
که کشیدیم.

day 141

i think we're just going to have  
to be secretly in love with each  
other and leave it at that

روز صد و چهل و یکم  
من فکر می‌کنم ما فقط می‌خواهیم  
پنهانی با هم عشق بورزیم  
و بعد، رهايش کنیم

day 142

we both wanted each other  
- but

روز صد و چهل و دوم  
ما هر دو همدیگه رو می‌خواستیم  
اما ...

day 143

,just because we can't be together  
doesn't mean i won't love you

روز صد و چهل و سوم  
صرف این که نمی‌تونیم با هم باشیم  
معنیش این نیست که نمی‌تونم دوست داشته باشم

day 144

if you start to miss me  
,remember  
i didn't walk away  
you let me go

روز صد و چهل و چهارم  
اگه قصد داری ترکم کنی  
به خاطر داشته باش،  
من کنار نکشیدم  
تو گذاشتی برم

day 145



,truth is, i miss you all the time  
every second, every minute  
every hour, every day

روز صد و چهل و پنجم  
حقیقت اینه که من در همه وقت،  
هر ثانیه، هر دقیقه،  
هر ساعت، هر روز، دلتنگ توام  
day 146

... you didn't even say goodbye  
you just left me

روز صد و چهل و ششم  
تو حتی بهم نگفتی خدا حافظ ...  
تو راس راسی ترکم کردی  
day 147

just admit you never loved me, so all  
the pain you caused me, makes sense

روز صد و چهل و هفتم  
فقط قبول کن که تو هرگز دوسم نداشتی، پس همه ی  
رنجی که تو برام دُرُس کردی، منطقی به نظر می آد  
day 148

,you knew exactly what you were doing  
that's what hurt the most

روز صد و چهل و هشتم  
تو دُرُس می‌دونستی داشتی چکار می‌کردی،  
و اون، همون چیزی یه که خیلی آزردم کرد  
day 149

i will always love the false image i had of you

روز صد و چهل و نهم  
من همیشه تصویر کاذبی رو که ازت داشتم، دوس  
خواهم داشت.

day 150

everyday, i fight the urge

,to text you or call you

telling myself that

if you wanted to talk

to me, you would

روز صد و پنجاهم

من هر روز با اشتیاقم برا ارسال پیام

نوشتاری یا مکالمه‌ی تلفنی با تو، می‌جنگم

و به خودم می‌گم

اگه تو می‌خواستی باهام صحبت کنی،

می‌کردی

day 151

i think this if the part where

i decide that I am worth more

than what you're giving me

روز صد و پنجاه و یکم

من فکر می‌کنم این همون جایی یه

که نتیجه می‌گیرم ارزشم بیشتر از

اون چیزی یه که تو برام قائلی

day 152

walking away from a relationship you truly

wanted to work really screws you up

روز صد و پنجاه و دوّم

کنار کشیدن از رابطه‌ای که می‌خواستی از ته قلب

ادامه‌ش بدی، واقعاً درب و داغونت می‌کنه

day 153

but don't you talk about me

?sometimes

روز صد و پنجاه و سوّم

تو حتی گاهی اوقات هم

راجع به من حرفی نمی‌زنی؟

day 154

that was pointless we could've

just stayed strangers

روز صد و پنجاه و چهارم

این که تاحالا با هم غریبه موندیم

کار بیهوده‌ای بوده.

day 155

,if you start to think about me again

,remember ... i didn't leave

you pushed me away

روز صد و پنجاه و پنجم

اگه قراره دوباره به فکرم بیفتی،

به یاد بیار ... من ترک نکردم،

تو من رو از خودت روندی

day 156

but it's my fault for thinking

you'd stay anyways

روز صد و پنجاه و ششم

اما فکر کردن راجع به این که به هر صورت پیشم

بمونی،

گناه منه

day 157

and just like that everything

we had was gone

روز صد و پنجاه و هفتم

و دُرُس انگار هر چی رو که داشتیم،

از دَس دادیم.

day 158

,i know it's over, and it never really began

but in my heart it was so real

روز صد و پنجاه و هشتم  
می‌دونم که به اتمام رسیده، و به واقع هرگز آغاز نشد،  
اما در ذهنم خیلی حقیقی نشون می‌داد  
day 159

it's better this way  
a little lonelier but better

روز صد و پنجاه و نهم  
این جوری بهتره،  
کمی تنهاتر، اما بهترم  
day 160

why did you spend so much time  
?with me, if you were gonna leave  
روز صد و شصتم

اگه می‌خواستی ازم جدایی،  
چرا اون همه وقت رو باهام گذروندی؟  
day 161

i deserved a better relationship  
روز صد و شصت و یکم

من لایق رابطه‌ی بهتری بودم  
day 162

i think a part of me always knew  
we'd never end up together

روز صد و شصت و دوم  
فکر می‌کنم بخشی از وجودم همیشه می‌دونست  
که با هم بودنمون عاقبتی نخواهد داشت  
day 163

i wish feelings left when a person does  
روز صد و شصت و سوم  
کاش وقتی کسی رهاش می‌کنه  
احساسات هم رهاش کنند

day 164

it's been 8 months and  
you haven't come back

روز صد و شصت و چهارم  
۸ ماه گذشته و

تو هنوز بر نگشتی

day 165

i had choices but i chose you

روز صد و شصت و پنجم  
گزینه‌های دیگه ای هم داشتم.  
اما فقط تو رو برگزیدم

day 166

... please don't come closer  
unless you plan to stay

روز صد و شصت و ششم  
اگه نمی‌خوای پیشم بمونی  
پس، لطفاً بهم نزدیک‌تر نشو ...

day 167

i miss the way you talked to me

روز صد و شصت و هفتم  
من دلتنگ حال و هوایی‌م که باهام حرف می‌زدی

day 168

i can't completely

,give up on us

because in the

,back of my mind

i still believe we'll

get our second

chance to do it

all over again

روز صد و شصت و هشتم

من نمی‌تونم کاملاً  
از خودمون دَس بردارم  
چون در پس ذهنم  
هنوز باور دارم که  
دومین فرصتمون رو  
برا انجامش  
بار دیگه در همه جا  
به دَس خواهیم آورد  
day 169

i'm reading old messages and realizing  
how much i actually miss you  
روز صد و شصت و نهم  
مشغول خوندن پیامای گذشته‌م و تشخیص  
این که واقعاً چقدر دلتنگ توام  
day 170

i don't want to miss you  
i,m trying so hard not to miss you  
روز صد و هفتادم  
نمی‌خوام ترک‌ت کنم  
به شدت در تلاشم از دَس‌ت ندم  
day 171

i remember every word you told me  
i can't stop thinking about it  
روز صد و هفتاد و یکم  
هر حرفی رو که بهم گفتی، به یادم می‌آد  
نمی‌تونم درباره‌ش فکر نکنم  
day 172

everything i was afraid  
of happening, happened  
you left -  
روز صد و هفتاد و دوم

هر چیزی که از رخ دادنش

می‌ترسیدم، رخ داد

- گذاشتی رفتی

day 173

whatever we were, can

?we just be it again

روز صد و هفتاد و سوم

هر طوری که بودیم

آیا می‌تونیم دوباره دُرُس همون طور باشیم؟

day 174

,i may regret the way we ended

but i will never regret what we had

روز صد و هفتاد و چهارم

ممکنه از حال و هوایی که به اون پایان دادیم متأسف

باشم

اما هرگز از اونچه انجام دادیم متأسف نخواهم بود

day 175

i still pretend that one day

you'll wake up and realize

that i'm the one you want

روز صد و هفتاد و پنجم

من هنوزم مدعی یم که تو

روزی به خودت خواهی اومد و خواهی فهمید

که من همون کسی‌یم که تو می‌خوای

day 176

the reason why we can't let go of someone

is because deep inside we still hope

روز صد و هفتاد و ششم

این که نمی‌تونیم اجازه بدیم کسی رو رها کنیم

به این دلیل که ما هنوز در آرزوی حال درونی

عمیق مون هستیم

day 177

i just wanna call you and tell you  
how much I miss you but I know  
i'll be making a fool of myself

روز صد و هفتاد و هفتم

من فقط می‌خوام بهت تلفن کنم و بهت بگم  
چقدر دلتنگ توام، اما می‌دونم  
دارم خودم رو مسخره می‌کنم

day 178

i hate how i tell myself, i'm giving up  
on you and yet i'm still trying

روز صد و هفتاد و هشتم

من ازین متنفرم که چقدر به خودم می‌گم، دارم  
ازت دَس می‌کشم، و با وجود این، هنوز در تلاشم

day 179

i would go through all that pain again  
as long as I got you in the end

روز صد و هفتاد و نهم

و چون سرانجام به دَسِت بیارم،  
دوباره اون همه درد رو از سر می‌گذرونم

day 180

no one knows how much  
i cried over you that day

روز صد و هشتادم

هیچ کی نمی‌دونه که من اون روز  
چقدر برات گریه کردم

day 181

i miss how you wanted me

روز صد و هشتاد و یکم

نمی‌فهمم که تو چه جوری من رو می‌خواستی



day 182

i'm not going to move on  
i've already told you that  
no matter what you do  
or what i do, some part  
of me will always be stuck  
on you. why? i have no idea  
maybe because you're the  
first person i've truly  
unconditionally loved  
maybe because you're  
the only one who's able i  
to put me under this much hurt  
no matter the reason  
i could never stop loving you

روز صد و هشتاد و دوم  
قبلاً این را گفته‌م که.  
نمی‌خواهم به کار دیگه‌ای بپردازم.  
مهم نیست که تو چکار می‌کنی  
یا من چکار می‌کنم، همیشه  
بخشی از وجودم گرفتار تو خواهد بود  
چرا؟ اصلاً نمی‌دونم.  
شاید به دلیل اون که  
تو اولین کسی هستی  
که من واقعاً  
بی‌قید و شرط دوست داشته‌م.  
شاید به دلیل اون که تو همون کسی هستی که من رو  
قادر می‌کنه  
در معرض این آسیب شدید قرار بگیرم  
من رو خیالی نیس،  
هیچ وقت از عشقت دست نمی‌کشم

day 183

leaving me was okay  
people leave me all the time  
i'm used to it. What hurts  
like hell is when you made me  
feel so damn special yesterday  
and then make me feel  
so unwanted today

روز صد و هشتاد و سوم  
این که ترکم می‌کنی، باشه درست  
مردم همیشه ترکم می‌کنن  
بهش عادت دارم. اونچه عین جهنم  
آزردهم می‌کنه، وقتی یه که تو، مخصوصاً دیروز  
باعث شدی احساس بدبختی شدید کنم،  
و بعد باعث شدی که امروز احساس کنم  
آدم خیلی به درد نخوری‌م

day 184

i'm scared because what if no one  
makes me feel the way you did

روز صد و هشتاد و چهارم  
دلوایسم، چون اگه کسی به شیوه‌ای که  
تو رفتار می‌کنی، احساس من رو بر نینگیزه، چی؟

day 185

i will always love you  
even from a distance  
even in the arms  
of someone else

روز صد و هشتاد و پنجم  
همیشه دوست خواهم داشت  
حتی دور از تو

حتی در میان بازوان

کس دیگه‌ای

day 186

one of the hardest things you'll ever have  
to do is to stop loving someone because  
they stopped loving you

روز صد و هشتاد و ششم

یکی از سخت‌ترین کارا که همیشه مجبوری انجام بدی  
اونه که خودت رو از عشق ورزیدن به دیگری باز بداری،

چون

اونا خودشونو از عشق ورزیدن به تو باز داشتن

day 187

i'm scared because I would go back to you  
in a heartbeat if you come back for me

روز صد و هشتاد و هفتم

دلوایسم، چون اگه پیشم برگردی  
با تمام وجودم پیشت برمی‌گردم

day 188

,the problem with love is  
...you can love who you want

but so can they

روز صد و هشتاد و هشتم

مشکل عشق اینه که،

می‌تونی کسی رو که می‌خوای دوست بداری ...

اما آیا اونا می‌تونن؟

day 189

i'm still in love with you even though  
the you i'm in love with doesn't exist  
anymore

روز صد و هشتاد و نهم

من هنوزم عاشق توام، اگرچه

تویی که من عاشقتم، دیگه وجود

نداشته باشی

day 190

,we weren't something

... but we weren't nothing

... whatever we were

... you were special

روز صد و نودم

ما چیزی نبودیم.

ما هیچی هم نبودیم ...

هر چه که بودیم ...

تو منحصر به فرد بودی ...

day 191

,why am i so afraid to lose you

?when you are not even mine

روز صد و نود و یکم

وقتی که تو حتی مال من نیستی،

چرا این قدر می‌ترسم که نکنه از دست بدم؟

day 192

when i first met you, i honestly

didn't know you were gonna

be this important to me

روز صد و نود و دوم

وقتی بار اول ازت دیدار کردم، راستش

تصور نمی‌کردم قراره

برام این اهمیت رو داشته باشی

day 193

one day, you're going to miss

how much i cared about you

روز صد و نود و سوم

یه روز دلتنگ این خواهی شد که

چقدر برات اهمیت قائل بودم

day 194

what if we forgive each other

?and tried again

روز صد و نود و چهارم

چی می‌شه اگه همدیگه رو ببخشیم

و بازم ببخشیم؟

day 195

i'd give anything for us to go back

to how things used to be

روز صد و نود و پنجم

حاضریم همه چی رو بدم تا اوضاع

برامون به حالی برگرده که بود

day 196

i don't regret you

i don't care how it ended

i don't care about your worst

i remember how it began

and how happy it made me

i won't ever regret you

روز صد و نود و ششم

افسوس تو رو نمی‌خورم

اهمیت نمی‌دم که رابطه‌مون چه جوری تموم شد

به بدترین کاراتم اهمیت نمی‌دم

به یاد می‌آرم که رابطه‌مون چه جوری آغاز شد

و چقدر خوشحالم کرد

هیچ وقت افسوس تو را نمی‌خورم

day 197

,maybe one day

we'll meet again

and explain to each

other what really  
happened. maybe  
one day we'll finally  
,understand, until then  
i hope you live your  
best life and i hope  
you really do all  
the things you  
always wanted to do

روز صد و نود و هفتم

شاید روزی

باز با هم دیدار کنیم  
و به همدیگه توضیح بدیم  
که واقعاً چه اتفاقی افتاد.

شاید روزی سرانجام

بفهمیم.

تا اون زمان،

امیدوارم بهترین سال‌های عمرت رو

سپری کنی و امیدوارم

به تموم اونچه همیشه

می‌خواستی انجام بدی، برسی.

day 198

,just because we can't be together

doesn't mean i won't love you

روز صد و نود و هشتم

تازه، چون نمی‌تونیم با هم به سر بریم،

به این معنی نیست که دوست نداشته باشم

day 199

at the end of the day, it's always you

روز صد و نود و نهم

در پایان روز، همیشه تویی که با منی

day 200

days later and i still love you 200  
just as much as I did when we first met

روز دویستم

۲۰۰ روز بعد، و من همچنان دوست دارم  
دُرُس به قدّ وقتی که در دیدار اوّل مان دوست داشتم