

فن العصيان The Art of Disobedience

AJSADOUNA

أجسادنا



العدد الرابع
تشرين الأول
October 2025

تقاطع
INTERSECTION



تمويل Funded By



Acknowledgement:

At Intersection, we believe in the importance of collective work and joint efforts, especially when it comes to documentation, knowledge exchange, and production. We express our deep gratitude to everyone who contributed to the completion of this work, each from their own position. We thank the institutions, funders, donors, and individuals, with special mention to:

Allies behind the scenes: To those who provided us with advice, support, and accompaniment. And to the spaces that embraced us during the production of "AJSADOUNA - Our Bodies": thank you for your warm and safe spaces.

Rehla Magazine, Bareed Mista3jil, True Stories by Meem. Outside the Script: Voices of Women from Baalbek Booklet, produced by Mayli.



Editor and translator: Ghewa Nasr

Creative writing trainer: Rita Barotta

Digital Art Creation trainer: Abdulnur Akyüz

Art Therapist: Vanessa Hanna

Project Lead: Hossam Chehade

Project Designer and Finance & Data Lead:

Raed Bahsas

Logistics and Safety & Security Lead:

Sally Ghossain

Creative Direction, Editorial Design,

and Visual Content: Mohamad Kaaki

www.mohamadkaaki.com

شكر وتقدير:

في تقاطع، نؤمن بأهمية العمل الجماعي والجهود المشتركة، خاصة في ما يتعلق بالتوثيق، وتبادل وإنتاج المعارف. نعرب عن امتناننا العميق لكل من ساهم/ت في إنجاز هذا العمل، كلٌّ من موقعه/ا. نشكر المؤسسات، الممولين، المانحين، الأفراد، ونخص بالذكر:

الحليفات والحلفاء خلف الكواليس: للواتي والذين قدّموا لنا المشورة، والدعم، والمرافقة. وللأماكن التي احتضنتنا خلال العمل على إنتاج "أجسادنا": شكراً لمساحتكم/ن الآمنة والدافئة.

مجلة رحلة.

كتاب بريد مستعجل، الصادر عن مجموعة ميم. كتيب خارجة عن النص: أصوات نساء من بعلبك، إنتاج ميلي.

الترجمة والتحرير: غوى نصر

مدربة ورشة الكتابة الإبداعية: ريتا باروتا

مدرب ورشة صناعة الفن الرقمي: عبدالنور أكيوز

معالجة الفنون التعبيرية: فانيسا حنا

منسق المشروع: حسام شحادة

مصمم المشروع ومنسق البيانات والأمور المالية:

رائد بحصاص

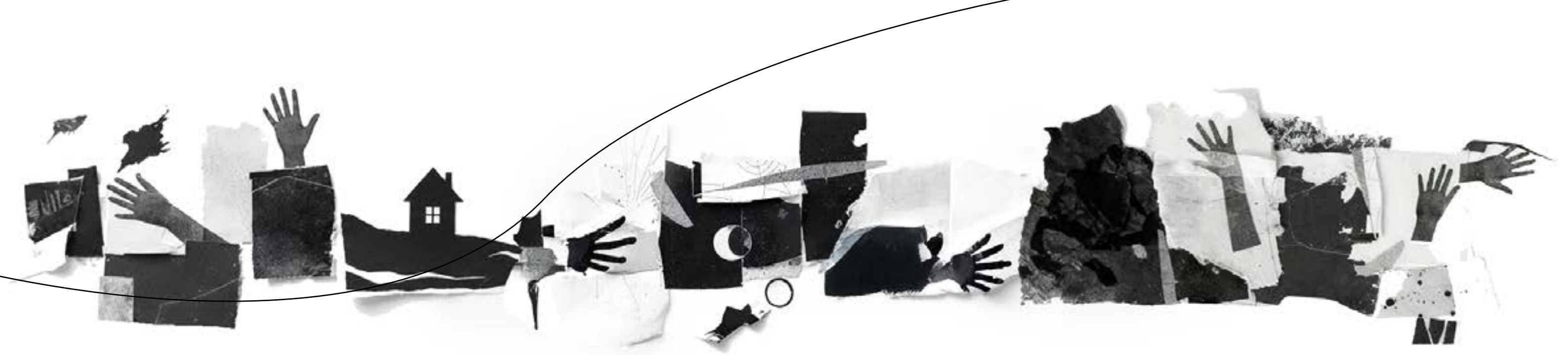
منسقة الأمور اللوجستية والأمن والسلامة:

سالي الغصين

الإشراف الإبداعي، التصميم التحريري،

والمحتوى البصري: محمد الكعكي

www.mohamadkaaki.com



Dedication

To the bodies that have carried the weight and lightness of our experiences.
To the bodies that have held the weight and lightness of our memories.

الإهداء

للأجساد التي حملت ثقل تجاربنا وخففتها.
للأجساد التي احتضنت ثقل ذاكرتنا وخففتها.

About Intersection:

is a feminist initiative established in late 2022, working toward a society where people facing discrimination based on their identities own their narratives and are socially and economically free and thriving. Our mission is to promote economic independence by creating safer workplaces in the private sector in Lebanon through research, collaboration, and policy enhancement. We also aim to reclaim marginalized and excluded narratives by exchanging, sharing, and producing feminist, intersectional, identity-based, body-related, and gender-focused knowledge.

Guided by our core values of Intersectionality, Transformative Narratives, Diversity & Inclusion, Integrity & Accountability, and Equity, we conduct research, create spaces for knowledge production, sharing, and exchange, and support private sector organizations in shaping inclusive policies. Through these efforts, we strive to build environments where all individuals can thrive with dignity and autonomy.

About AJSADOUNA:

AJSADOUNA Magazine is the product of two workshops in creative writing and digital art production. You will find the pens and brushes of the participants who embarked on this journey to reclaim their narratives regarding sexual and reproductive health and rights (SRHR) through writing, drawing and art creation.

Over the course of four weeks, with one meeting per week, personal experiences were transformed into public ones, and what you find before you is the result.

عن تقاطع:

تقاطع هي مبادرة نسوية تأسست أواخر عام 2022، تسعى لبناء مجتمع يستعيد فيه الأشخاص الذين يواجهون، واللواتي يواجهن التمييز على أساس هوياتهم/ن، ملكية سردياتهم/ن الخاصة، ويتمتعون ويتمتعن بحرية اجتماعية واقتصادية أكبر تسمح لهم/ن بالنمو. مهمتنا هي تعزيز الاستقلال الاقتصادي من خلال خلق مساحات عمل أكثر أماناً في القطاع الخاص في لبنان، عبر البحث العلمي، والعمل التشاركي، وتطوير السياسات.

كما نهدف إلى استعادة السرديات المهمشة والمستبعدة من خلال تبادل وإنتاج المعرفة النسوية والتقاطعية القائمة على الهوية، والمتعلقة بالجسد، والمركزة على النوع الاجتماعي. مسترشدين/ات بقيمنا الأساسية المتمثلة في التقاطعية، السرديات التحويلية، التنوع والشمولية، النزاهة والمساءلة والإنصاف، نجري الأبحاث ونخلق مساحات لإنتاج المعرفة ومشاركتها وتبادلها، وندعم مؤسسات القطاع الخاص في صياغة سياسات شاملة. من خلال هذه المبادرات، نسعى جاهدين/ات لبناء بيئات يمكن لجميع الأفراد فيها الازدهار بكرامة واستقلالية.

عن أجسادنا:

مجلة أجسادنا هي نتاج ورشتي عمل في كل من الكتابة الإبداعية وإنتاج الفن الرقمي. بين أيديكم/ن، تجدون وتجدن ما خطته أقلام وریش المشتركات والمشاركين، الذين خاضوا، واللواتي خضن هذه الرحلة بهدف استرجاع سردياتهم/ن فيما يتعلق بالصحة والحقوق الجنسية والإنجابية عبر الكتابة عنها والتعبير بالرسم عنها.

على مدار أربعة أسابيع، تخللها لقاء واحد كل أسبوع، تم تحويل التجارب الشخصية إلى تجارب عامة، وما تجدونه وتجدنه أمامكم/ن هو نتيجة ذلك.



The Art of Disobedience

In the art of disobedience, rebellion does not scream, it breathes.

It trembles beneath the skin, hums in the scar, dances through every “no” uttered against the noise of the world.

This issue of Ajsadouna is not a revolt of fists, but of bodies; bodies that have been silenced, violated, tamed, and yet, somehow, still choose to create, to desire, to teach, to heal. Here, disobedience is not destruction; it is re-creation. It is the art of reclaiming what was taken, the choreography of saying no and yes in the same breath.

Across these pages, rebellion wears many faces:

a body that refuses to forget the crime carved into its flesh;

a woman who finds love again after silence;

a soldier haunted by the echoes of inherited power;

a body that re-negotiates its bloodline, that teaches itself new lessons in pleasure, consent, and in being.

Every piece gathered here resists in its own language.

Some whisper. Some break. Some mend.

Together, they compose a symphony of defiance of flesh that no longer asks for permission to exist, to feel, to narrate.

Rebellion, here, is not an act against the world, it is an act of returning to oneself.

To the body as home.

To the wound as wisdom.

To the self as art.

Welcome to The Art of Disobedience,
where every word breathes fire,
and everybody learns again how to be free.

فن العصيان

في فنّ العصيان، لا يصرخ التمرد... بل يتنفس .
يرتجف تحت الجلد، يهمس في الندبة، ويرقص مع كلّ “لا” تُقال في وجه ضجيج العالم.

هذا العدد من أجسادنا ليس انتفاضة الأيدي، بل انتفاضة الأجساد.
أجسادٍ أخرست، وانتهكت، وروّضت، لكنها ما زالت تختار أن تخلق، أن تشتهي، أن تعلّم، وأن تشفى.
العصيان هنا ليس خراباً، بل إعادة خلق.
هو فنّ استعادة المسلوب، إيقاعٌ يُعلّمنا كيف نقول لا و نعم في النفس ذاته.

في هذه الصفحات، يرتدي العصيان وجوهاً متعدّدة:
جسدٌ يرفض أن ينسى الجريمة المحفورة في لحمه،
امرأة تجد الحبّ بعد صمتٍ طويل،
جنديّ تحاصره أشباح السلطة الموروثة،
وجسدٌ يعيد التفاوض مع دمه، يكتب لنفسه دروساً جديدة في اللذة والقبول والوجود.

كلّ نصّ هنا يقاوم بلغته الخاصة.
بعضها يهمس، بعضها ينكسر، بعضها يرقم.
لكنها جميعاً تؤلّف معاً سيمفونية تمردٍ واحدة –
سيمفونية لحم لم يُعد يطلب الإذن ليكون، ليحسّ، ليروي.
العصيان، هنا، ليس مواجهةً للعالم بقدر ما هو عودةٌ إلى الذات.

إلى الجسد كوطن.

إلى الوجد كحكمة.

إلى الذات كفنّ.

مرحباً بكم في فنّ العصيان،
حيث كلّ كلمة تتنفس نارا،
وكلّ جسد يتعلّم مجدداً كيف يكون حرّاً.

I lost my body

His fingernails imprinted on my
shoulders like boulders
his chest molded onto mine
All I can do is observe my time.
Time is heavy and it doesn't move
He is ruthless, there's a lot he needs to prove
Through his grip marks on my neck
That I am nothing but a wreck
And even my breath isn't fine
My words are out of line
Blame it on the wine.
Am I the victim of a crime?
I'm the victim of a crime.
And my body
Isn't mine.

I trace the lines on my ribs only to
find him again
Standing in the way between me and myself
When I'm just trying to begin again.
And my skin healed all his bruises
But my mind can't forget -
I lost my body
In the blink of an eye

But let me tell you,
My hands fight and my hands fought
My lips said no without a second thought.
My voice is low and soft, but my pen wrote,
And my no's are still currents rushing down
my throat.

My skin forgets,
but for now it's decorated with scars
Jiggly brown patchy loose
All of it, my very own art.
It loves to dance and so do I
And even if my skin forgets the violence,
why should I?
In the name of my body, I let my anger
complain,
My body is mine to lose and mine to reclaim.

فقدت جسدي

انغرسست أظافره في كتفي كصخور ثقيلة،
صدره صُبَّ فوق صدري،
وكل ما استطعت فعله أن أراقب الزمن.
زمنٌ ثقيل، لا يتحرك.

هو بلا رحمة، يسعى لإثبات الكثير،
من خلال كدمات قبضته على عنقي،
أنني لست سوى حطام،
حتى أنفاسي ليست بخير،
وكلماتي تُثَقِّم بالخطأ.
ألقوا اللوم على النبيذ.
هل أنا ضحية جريمة؟
أنا ضحية جريمة.
وجسدي...
لم يعد جسدي.

أَتَتَّبِع الخطوط على أضلعي،
فلا أجد إلا صورته من جديد،
واقفاً بيني وبين ذاتي،
حين لا أريد سوى أن أبدأ من جديد.
جلدي شفى كل كدماته،
لكن عقلي لا ينسى -
فقدت جسدي
في غمضة عين.

لكن دعوني أخبركم:
يادي قاومت، ويدي تقاوتت،
شفتاي قالتا "لا" بلا تردد،
صوتي كان خافتاً، رقيقاً، لكن قلبي كتب،
و"لاي" ما زالت تياراً يتدفق في حلقي.

جلدي ينسى،
لكنه الآن مُزخرف بالندوب،
بِقَع بنية مرتجفة، مرتخية،
كلها فني الخاص،
يعشق الرقص كما أعشق أنا،
وحتى لو نسي جلدي العنف، لماذا أنسى أنا؟

باسم جسدي، أترك غضبي يشتك،
جسدي ملكي لأفقدته وملكلي لأستعيده.



Maria

Censored Bodies

ماريا

خاضعة للرقابة

Places I can't escape

I still feel you in my ribs,
When I touch what used to be your favorite
place on my body
I feel where your name is still carved into
my flesh.
the way your hands fit in the spaces between
my skin and bone,
how your breath hung in my neck like
something I couldn't shake.

The thought of the palms of my hands
containing your face
Before I reach to your lips
And my fluttering stomach
That still remembers the way you kissed
my back,
the weight of your body pressed over mine
grounds me too well, and I feel too rooted
to leave
till this day.

The warmth of your familiar touch is a ghost
I can't shake loose
And my hands
hurt with the absence of you
and still reach for your brittle fingers
that only knew how to point at my wounds.

We made music together,
With melodies not even a disaster would help
me erase.
My heart beats out the old rhythm,
and no matter how much I run,
I can't outrun you

You've left yourself in every inch of me.
And every now and then, I feel a trace
of your body in the air around me,
pulling me back
to places I can't escape.

SS



أماكن لا أستطيع الهروب منها

أماكن لا أستطيع الهروب منها،
ما زلت أشعر بك في أضلعي،
وحين ألمس الموضع الذي كان الأحب إليك
في جسدي،
أحس أن اسمك ما زال محفوظاً في لحمي.
كيف كانت يداك تنسج خيوطها بين جلدي وعظمي،
وكيف كان نَفْسُكَ عالِقاً في عنقي كشيء لا
أستطيع زحزحته.

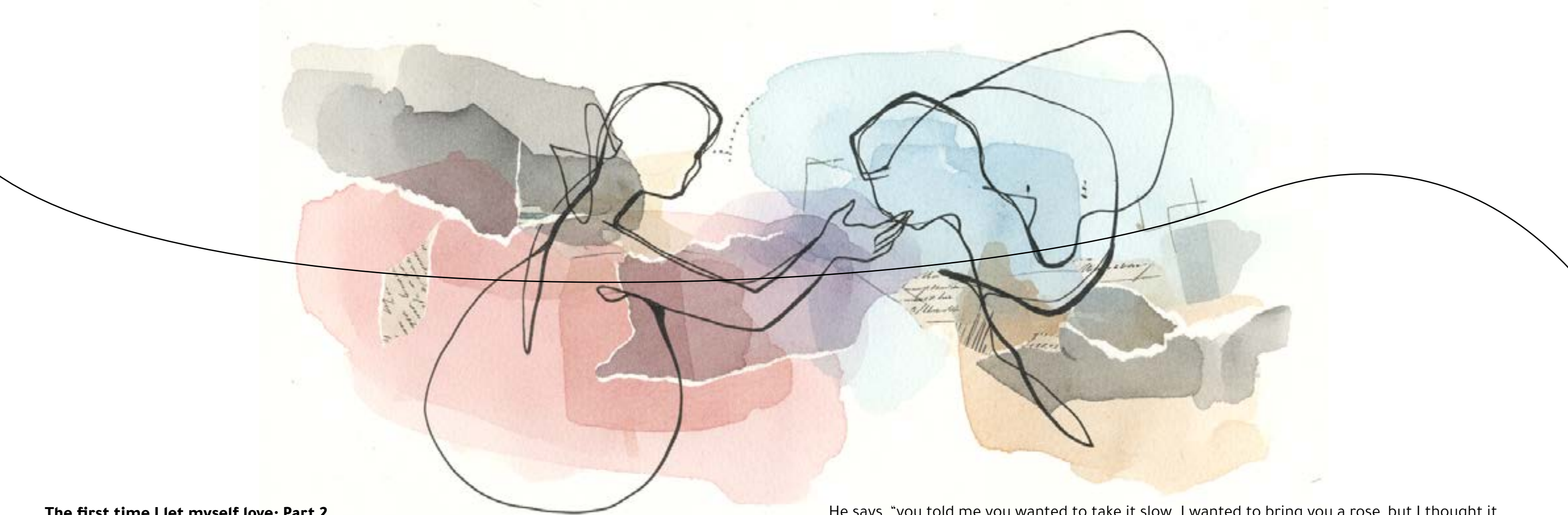
أستحضر كَفِّي وهما يحتويان وجهك،
قبل أن يمتدّا إلى شفَتَيْكَ،
وبطني المرتجف الذي ما زال يذكر
قبلة ظهري،
وثقل جسدي المضغوط على جسدي،
يجعلني أرضى بالجدور،
أكثر من أن أجد سبيلاً للمغادرة،
حتى هذا اليوم.

دفع لمستك المألوفة شبخ
لا أستطيع التخلّص منه،
ويداي تؤلمني من غيابك،
وما زالتا تمتدّان نحو أصابعك الهشّة
التي لم تعرف سوى الإشارة إلى جراحي.

صنعنا موسيقى معاً،
بالحنّ لا تستطيع الكوارث محوها.
قلبي ما زال يخفق بالإيقاع القديم،
ومهما جريت،
لا أستطيع أن أسبقك.

لقد تركت نفسك في كل ذرة من جسدي،
وكلّ حين أشعر بأثر
جسدك في هواء يحيطني،
يسحبني إلى الورا،
إلى أماكن
لا أستطيع الهروب منها.

س.س.



The first time I let myself love: Part 2

For the first time, I had connected with someone so effortlessly. The chase was slow and uncertain, but I found beauty in words unsaid, in the quiet glances of his piercing green eyes whose gaze I could never hold long enough. I found beauty in his hands that have only been gentle and guided my waist when we danced, and in his fingers that rolled me cigarettes randomly throughout the night, just in case I wanted one, so mine can rest. I found beauty in the way he threw his head back laughing, too loud for my quiet nature, yet I loved it all the same. Laughter like an invitation to stay a little longer, to exist in the warmth of his joy.

I was troubled by the idea of starting over, but I couldn't stop tossing and turning in my sleep thinking of the way he kissed me and swayed with me like we knew the rhythm of the songs by heart. The chase was slow and uncertain, but now, we're finally here.

I arrive to the restaurant and watch as the lightly dimmed soft red-orange lights caressing every inanimate object that would have otherwise looked mundane, like a lover's lingering touch, so sweetly. The ambiance and my nervousness reminded me of my favorite film, *In the Mood for Love* by Wong Kar Wai. The warm hues stirred something in me, a recognition of something fundamental within me that I set aside.

I remember the way love once made me weightless, before I lost my voice, before I felt fractured and dismembered. But in this moment, I feel it again. Just a whiff of something possible. That today, I can let myself want.

He pulls out the chair for me and hands me a crumbled up, strangely shaped tissue paper. I didn't ask, I just looked at him with curiosity.

He says, "you told me you wanted to take it slow. I wanted to bring you a rose, but I thought it might be too soon for you, so I made you this rose out of tissue paper instead."

On the surface, I laughed and told him this was the sweetest thing. Inside, every frame I saw him in that night was a love poem etched in my memory. The way the candlelight caressed his face, the way his fingers fidgeted a bit as he waited for my reaction, and every other moment felt suspended in time. Almost too tender to be real.

I traced the edges of the fragile paper rose he had folded for me. I wondered if love was meant to feel like this. Less like a plea for being held, and more like a quiet offering, like something carefully made instead of given hastily. Something that asks my permission, does not demand, patiently waits, and allows me to decide how close I want to be.

I wanted to tell him then how much this meant. But instead, I just smiled, tucked the rose into my bag and kept it close as if it would slow the passing of the night.

Exactly a year later, I walked beside him from our house to this same place. We walked arm in arm through the comfort of everything we had built in a year.

This time, I came prepared.

With a smile that only he would understand, I reached into my purse and pulled out a single flower. Real and alive.

I placed it in his hand. We don't need to take it slow anymore.

SS

أول مرة سمحتُ لنفسي أن أحب: الجزء الثاني

للمرة الأولى، اتّصلتُ بشخصٍ ما دون عناء.
كانت المطاردة بطيئة ومرتبكة،
لكنني وجدتُ الجمال في الكلمات غير المنطوقة،
في النظرات الصامتة لعينيه الخضراوين النافذتين
اللتين لم أستطع أن أحتمل وقعهما طويلاً.

وجدتُ الجمال في يديه اللتين لم تعرفا سوى اللطف،
حين كانتا ترشدان خصري ونحن نرقص،
وفي أصابعه التي كانت تلفّ لي سجائر عشوائية
طوال الليل،
تحسباً لرغبتني، كي تتراح يداي.

وجدتُ الجمال في طريقته وهو يرمي رأسه للخلف
ضاحكاً،
ضحكة أعلى من طبيعتي الهادئة،
لكنني أحببتها على كل حال.
ضحكة كدعوة للبقاء أكثر قليلاً،
للوجود في دفء فرجه.

كنتُ مشغولة بخوف البدايات من جديد،
لكنني لم أستطع أن أكفّ عن التقلب في نومي،
أفكر في طريقته وهو يقبلني ويرقص معي،
وكأننا نحفظ إيقاع الأغنيات عن ظهر قلب.
المطاردة كانت بطيئة ومرتبكة،
لكننا الآن... وصلنا أخيراً.

وصلتُ إلى المطعم،
والأضواء البرتقالية-الحمراء الخافتة تداعب
الأشياء الجامدة
فتجعلها حيّة كلمسة حبيب متردّد، حلوة ولطيفة.
الجوّ العام مع ارتبائي أعادني إلى فيلمي المفضل،

”في مزاج للحب“ لـ لوونغ كار واي.
الألوان الدافئة حرّكت في داخلي شيئاً ما،
اعتراقاً عميقاً بشيء أساسي فيّ كنتُ قد خبّأته بعيداً.

تذكّرتُ كيف كان الحب يجعلني بلا وزن،
قبل أن أفقد صوتي،
قبل أن أشعر أنني محطّمة وممزّقة.
لكن في هذه اللحظة، شعرتُ به مجدداً،
نفحة من الممكن،
أني اليوم أستطيع أن أسمح لنفسي بالرغبة.

سحب الكرسي لي،
ثم ناولني منديلاً ورقياً مجعّداً غريب الشكل.
لم أسأله، بل نظرتُ إليه باستغراب فضولي.

قال لي:

”أخبرتني أنك تريد أن نمضي ببطء
كنتُ أريد أن أجلب لك وردة،
لكنني خشيت أن يكون الوقت مبكراً عليك،
فصنعتُ لك هذه الوردة من منديل ورقي“.

ظاهرياً، ضحكتُ وأخبرته أنّها ألطف لفتة.
لكن في داخلي، كل لقطة رأيته فيها تلك الليلة
كانت قصيدة حبّ محفورة في ذاكرتي:
كيف كانت ضوء الشمعة يداعب ملامحه،
كيف ارتبكت أصابعه قليلاً في انتظاره ردّ فعلي،
وكيف بدا كلّ شيء معلقاً خارج الزمن،
رقيقاً لدرجة تكاد أن لا تكون حقيقية.

مرّرتُ أصابعي على أطراف الوردة الورقية الهسّنة
التي طواها من أجلي.
تساءلتُ: هل هكذا يُفترض أن يبدو الحب؟
أقلّ شبهاً برجاءٍ للتمسّك،
وأقرب إلى قربان هادئ،
شيء مصنوع بعناية لا معجّلاً بلامبالاة
شيء يستأذني، لا يطالبني،
ينتظر بصبر، ويتركني أقرر
كم من القرب أريد.

كنتُ أريد أن أخبره كم يعني لي هذا.
لكنني اكتفيت بابتسامة،
وخبّأت الوردة في حقيبتني،
أحتفظ بها قريبة،
كأنها ستبقي مرور الليل.

بعد عامٍ كامل بالضبط،
سرتُ بجانبه من بيتنا إلى المكان نفسه.
يسرنا متشابكين،
نستظلّ بكلّ ما بنيناه في عام.

هذه المرّة، جنّتُ مستعدّة.
بابتسامة لا يفهمها سواه،
مددتُ يدي إلى حقيبتني
وأخرجتُ زهرة واحدة.
حقيقية، حيّة.

وضعتها في يده.
لم نعد بحاجة إلى السير ببطء بعد الآن.

س.س.



Isabelle

Puzzles to my Pieces

This collage is based on self love and how our pieces (even broken ones) make sense to us.

إيزابيل

الغاز أجزاء من ذاتي

هذا الكولاج يستند إلى حبّ الذات وكيف أنّ
قطّـعنا—حتى المكسورة منها—تغدو ذات معنى
بالنسبة إلينا.

أول مرة سمحتُ لنفسي أن أحب: الجزء الأول

كانت المرة الأولى التي سمحتُ فيها لنفسي أن أحب.
حضرتُ وفي يدي وردة في يوم عيد الحب.
شعرتُ بفخرٍ لأنني أحببت بالطريقة التي أردتها، بس
بعيدًا عن التوقعات.
لقد أظهرت لي من أكون:
إنسانة تحب بلا حدود.

انتقيتُ الوردة بعناية من المتجر،
وأخذتها إلى الصندوق.
كان في بالي طوال الوقت،
ومعدتي مليئة بالعقد
وكأنني أتقدم له بطلب الزواج.
أترقب أن يقول "نعم".
كان قلبي ممتلئًا.
إنه امتيازٌ عظيم أن أحب براحة،
بإذنٍ من نفسي.

سمحتُ لنفسي أن أحبه في لحظات
لم يُطلب فيها الحب ولم يُوعَد.
لكنني رغم ذلك سمحتُ.
أحبته.
وأحببتُ أنني أحبته.

حملتُ الوردة بابتسامة،
وقدّمتها له.
أمسك بها لحظة،
ثم وضعها على الطاولة –
كما لو أنها مليئة بالأشواك.
كنتُ أعرف أنها ليست كذلك.

نظر إليّ وكأن ما حدث لا ينبغي أن يكون،
لكنه رغم ذلك قال شكرًا،
وأطلق ضحكة خفيفة وهو يضعها جانبًا.
قال لي إنه يجدر بي أن أخذها إلى المنزل،
وأنه لم يكن عليّ شراؤها.
"إهدار للمال"، قال.

للحظة عابرة،
اشتدّت العقدة في معدتي.
لكنها كما أتت، رحلت سريعًا.
رفعتُ الوردة عن الطاولة برفق.
وفي كفيّ كان الثقل الصامت لشيءٍ كان قد تفتّح.
عددتُ بتلاتها.
منحتها اسمًا.
جلسْتُ معها.
وشاهدتها تذبل.

The first time I let myself love: Part 1

It was the first time I let myself love. I showed up with a rose on Valentine's Day. I felt a sense of pride for loving the way I want to, regardless of expectations. It showed me who I am, a person who loves with no boundaries.

I carefully picked up the rose I wanted to gift him in the store and took it to the counter.
He was in my thoughts all the time, and I felt knots in my stomach as if I was proposing to him, hoping he would say yes. My heart was full. It is such a privilege to love so comfortably with my own permission. I let myself love him in moments when love was neither asked nor promised. But I still let myself. I loved him. And I loved loving him.

I carried the rose with a smile and handed it to him. He held it for a moment, then placed it on the table – as if it had thorns. I knew it didn't.

He looked at me like this shouldn't have happened, but still said thank you, laughing it off as he set it aside. He told me I should take it home, that I shouldn't have bought it. A waste of money, he said.

For a fleeting moment, the knot in my stomach tightened. But just as quickly as it came, it passed. Gently, I picked the rose from the table. In my palms was the quiet weight of something that once bloomed. I counted its petals. I named it. I sat with it. And I watched it wither.

I had always left my door unlocked hoping he would come in and stay. I made my world beautiful so he would want to belong in it. But he only ever visited and left. And in the quiet mornings that followed, little pieces of me slipped away through the cracks of the door I had left open for him.

Love does not ask to be returned, and for a while, my body accepted a love that was not reciprocated. With the years, it could not carry this love on its own. A love that throbs in pain, begs, suffocates you, and turns sour. A love that collects crucial missing pieces of you until you don't recognize yourself. I realized I could no longer be free.

The rose passed in my palms, and I took it to its grave.

But it's alright. All I know is for the first time, I let myself love. And the second time I let myself love, I was loved back, freely and intensely.

كنتُ دائمًا أترك بابي غير مقفل،
آملة أن يدخل ويبقى.
زينتُ عالمي لبدو جميلًا
كي يرغب في الانتماء إليه.
لكنه لم يكن إلا زائرًا عابرًا، يجيء ويغادر.
وفي الصباحات الصامتة التي تلت،
تسرّبت مني أجزاء صغيرة
من خلال شقوق الباب الذي تركته مفتوحًا لأجله.

الحب لا يطلب أن يُردّ،
ولفترة قبل جسدي حبًا لم يكن متبادلًا.
ومع مرور السنين،
لم يعد قادرًا أن يحمل هذا الحب وحده.
حبٌ يخفق بالألم،
يتوسّل، يخنقك، ويتحوّل إلى مرارة.
حبٌ يجمع القطع المفقودة منك
حتى لا تعود تعرف نفسك.
أدركتُ أنني لم أعد حرة.

ذبلت الوردة في كفيّ،
وحملتُها إلى مئواها الأخير.

لكن لا بأس.
كل ما أعلمه أنّه للمرة الأولى،
سمحتُ لنفسي أن أحب.
وللمرة الثانية التي سمحتُ فيها لنفسي أن أحب،
كنتُ مُحبة... بحرية وبكثافة.

س.س.

Syllabus for the Unspoken

The body steps to the front of the classroom,
chalk in hand, spine straight,
clears its throat against years of silence.

Lesson One: Anatomy Without Shame

This is the skin you live in.
Touch it. Name it.
Not in whispers or playground slurs,
but in the language of belonging.

Hold your hands to the light.
Feel the weight of your own existence.
There is nothing shameful in having form,
in muscle and marrow, in softness and stretch.
Here, we do not call it imperfection.
Here, we call it home.

Lesson Two: Blood & Myth

They told you it was dirty,
a thing to hide, to bear quietly.
They handed you whispered warnings,
taught you to tuck yourself away,
as if the tides in your body
were something to be ashamed of.

But this is not punishment.
This is not curse.
This is the moon marking time in your bones,
the ancient rhythm of creation and release.
You are not unclean.
You are a tidepool of history,
carrying the echoes of every body before yours
that once bled in secret.

Lesson Three: Pleasure as Birthright

You were taught how to say 'no',
but never that 'yes' belongs to you, too.

Desire was always framed in warnings,
as something to guard against,
as something stolen, never claimed.
But what of the nights when your body sings
soft and slow beneath your own hands?
What of the moments when your skin
craves the warmth of another
without fear, without debt?

Here, we unlearn the silence.
Here, we say: this is mine, and I choose it.

Lesson Four: The Unwritten Chapters

Where were the lessons on bodies like yours?
Where were the names for what you are,
what you have always been?

Some of us spent years searching,
collecting scraps of recognition,
piecing together an identity from footnotes
and half-spoken truths.

But here, we rewrite the textbook.
We carve our names into the margins,
expand the glossary,
redraw the diagrams to make space
for what was left out.

-
The body closes the book,
sets down the chalk.
Looks around the room and asks -
"Now, what will you teach me?"

Stephanie Nasr

هنا، نعيد تعلّم الكلام.
هنا، نقول: هذا جسدي، وأنا أختاره.

الدرس الرابع: الفصول غير المكتوبة

أين كانت الدروس عن أجساد تشبه جسدي؟
أين كانت الأسماء لما أنت عليه،
لما كنت عليه دائماً؟

بعضنا قضى سنواتٍ في البحث،
يجمعون فتات الاعتراف،
يخيطون هويةً من الهوامش
ومن حقائق نصف منطوقة.

لكن هنا، نعيد كتابة الكتاب.
ننحت أسماءنا في الهوامش،
نوسّع المعجم،
نعيد رسم المخططات لنصنع مكاناً
لما ترك جانباً.

يغلق الجسد الكتاب،
يضع الطباشير جانباً.
ينظر حول الغرفة ويسأل:
"والآن، ماذا ستعلمونني أنتم؟"

ستيفاني نصر

منهج ما لم يُقَل

يتقدّم الجسد إلى واجهة الصف،
طبشورة في اليد، عمود فقري مستقيم،
يُصقّي حلقة ضد سنواتٍ من الصمت.

الدرس الأول: التشريح بلا عار

هذا هو الجلد الذي تسكنه.
المسه. سمّه.
لا بالهمس ولا بشتائم الملاعب،
بل بلغة الانتماء.

ارفع يديك إلى الضوء.
اشعر بثقل وجودك.
لا عيب في أن يكون لك شكل،
في العضل والنخاع، في الرقة والاتساع.
هنا، لا نسقيّه نقصاً.
هنا، نسقيّه بيتاً.

الدرس الثاني: الدم والأسطورة

قالوا لك إنه قدر،
شيء تخفيه، تحمله بصمت.
ناولوك تحذيرات هامسة،
وعلموك أن تخبّي نفسك،
كأن المدّ والجزر في جسديك
شيء يستوجب العار.

لكن هذا ليس عقاباً.
ليس لعنة.
إنه القمر يؤرّخ الزمن في عظامك،
الإيقاع الأزلي للخلق والتحرّر.
أنت لست نجسة.
أنت بركة مدّ وجزر من التاريخ،
تحمّلين صدى كل الأجساد قبلك
التي نزلت يوماً في السرّ.

الدرس الثالث: اللذة كحقّ أصيل

علموك كيف تقولين "لا".
لكن لم يعلموك أن "نعم" لك أنت أيضاً.

كانوا دائماً يؤطّرون الرغبة في التحذيرات،
كشيء يُحمى منه،
كشيء يُسرق، لا يُطالب به.
لكن ماذا عن الليالي التي يغني فيها جسديك
ببطء ورقة تحت يديك؟
ماذا عن اللحظات التي يحنّ فيها جلدك
إلى دفء آخر،
بلا خوف، بلا دين؟





Maria

Bodies in a Capitalist Society

In a capitalist society, bodies are canned. Here we all are, in this city – the walls divide us, yet the cans unite us. Don't they?

ماريا

الأجساد في المجتمع الرأسمالي

في المجتمع الرأسمالي، الأجساد مُعلّبة. كلنا هنا في هذه المدينة، الجدران تفصل بيننا، والمعلّبات تجمعنا، أليس كذلك؟



H.K.

Mini li ejit (Who came?)

ح. ق.

مين اللي إجت؟

The Bloodline Negotiates

Each month, the contract is redrawn.
Signed in blood, sealed in silence,
a parchment folded between muscle
and moonlight.

The ink, thick with memory,
stretches back beyond my own body,
past the bodies that bore me, past the ones
that bore them.

I am written into this story before I even begin.
A chapter in a book I did not choose,
a passage passed down in whispers,
in the clench of my mother's jaw,
in the way my grandmother pressed a warm
cloth to her belly
without ever speaking of the ache.

The crone in my marrow hums the old verses,
a prophecy stitched into lining,
a lineage of voices tangled in tissue.
They speak in rhythms older than language,
a tongue made of tides and time.
They tell me of the ones who came before -
those who birthed, those who bled, those who
buried their pain
under houses they built with hands calloused
by sacrifice.

On ovulation's altar, the body becomes
a shrine,
arms wide, waiting, worshipping
the possibility of continuation.
Cells waltz, fevered with promise,
but time is fickle, and so is fate.
Somewhere, an ancestor holds her breath,
watching to see if this is the month
her name is rewritten into flesh.

Then comes the reckoning -
an elegy sung in clots and cramps,
the old walls collapse, a river undoing history.
The women before me gather in the
bloodstream,
kneeling at the threshold of release.
They murmur prayers into my pelvis,
press their hands to my back,
remind me that this is not loss, only renewal.

I sit in the ruins, palms open to the past,
asking the ghosts what they wanted of me.
Did they mourn their own undoing,
or did they welcome the shedding,
knowing the cycle would always return?

They leave no answers.
Only the contract.
Only the cycle.
Only the waiting to begin again.

Stephanie Nasr



تفاوض سلالة الدم

في كل شهر يُعاد رسم العقد.
موقع بالدم، مختوم بالصمت،
مخطوطة مطوية بين العضلة وضوء القمر.
حبرها المثلث بالذاكرة
يمتد أبعد من جسدي،
إلى ما قبل الأجساد التي أنجبتي،
وما قبل الأجساد التي أنجبهم.

كُتبت في هذه الحكاية قبل أن أبدأ،
فصل في كتاب لم أختره،
مقطع موروث بالهمس،
في انقباض فك أمي،
وفي الطريقة التي ضغطت بها جدتي
قطعة قماش دافئة على بطنها
من دون أن تذكر أبدًا وجعها.

العجوز في نخاعي تترنم بالآيات القديمة،
نبوءة مخيطة في البطانة،
سلالة أصوات متشابكة في النسيج.
يتحدثن بإيقاعات أقدم من اللغة،
بلهجة صاغها المد والزمن.
يخبرني عن اللواتي جئن قبلي -
اللواتي ولدن، واللواتي نزلن،
واللواتي دفنن أو جاعهن
تحت بيوت شيدنها بأيدي متصلبة من التضحية.

على مذبح الإباضة، يصير الجسد مزارًا،
ذراعان مفتوحتان، في انتظار، في عبادة،
لإمكانية الاستمرار.
الخلايا تتمايل، محمولة بالوعد،
لكن الزمن متقلب، وكذلك القدر.
في مكان ما، تحتبس إحدى الجذات أنفاسها،
تراقب لتري إن كان هذا هو الشهر
الذي سيُعاد فيه كتابة اسمها في اللحم.

أجلس وسط الخرائب، كقاي مفتوحتان للماضي،
أسأل الأشباح عما أردن مني.
هل نحن على زوالهن،
أم رجبين بالتخلي،
وهن يعرفن أن الدورة ستعود دائمًا؟

لا يتركن إجابات.
فقط العقد.
فقط الدورة.
فقط الانتظار لبداية جديدة.

ستيفاني نصر

ثم يأتي الحساب -
مرثية تغنى في التجلطات والتشنجات،
الجدران القديمة تنهار، نهز يفكك التاريخ.
النساء اللواتي سبقني يتجمعن في مجرى الدم،
راكعات عند عتبة الانعتاق.
يتمتمن صلوات في حوضي،
يضعن أيديهن على ظهري،
ويذكرني أن هذا ليس فقدانًا، بل تجدد.

The In-between

Elevator door slides open,
and I step into the smell of antiseptic air,
cold, sterile, waiting.
The clock ticks -
tick, tick, tick -
like it knows something I don't
like it's counting down to the before and after.

I sit
ghosts in chairs,
shadows in a room too small for the weight
in the moment
I pressed my teeth into the inside of my lip,
taste copper,
feel the dryness of my palms,
January's chill setting into my skin like
a warning
"شعرك كثير حلو"

dripping in pity, soaking in something
unnamed,
a future I didn't ask for,
a roadmap I never studied
"you'll be fine"
"ح يمشي حالك"
بس إذا ح يمشي حالي

wasn't the question I needed answers for;
fine isn't the process, the pain, the change,
fine isn't what happens when the mirrors stop
showing me myself.
I should have asked -
How long?
What now?
Who will I be when this is over?
I should have yelled
at the doctor
at the room
at the clock, still ticking -

like it didn't just witness my world collapse;
but I just sat there,
silent, still, swallowing it whole
until I walked out -
laughter
hysterical, ugly, raw
a laughter that cracked open into panic,
that filled my lungs like drowning,

that said what my words could never.
Because when the world shifts beneath you,
when the air is stolen from your chest,
when the room where they told you is behind you

what is left
but to break?

Stephanie Nasr

الما بين بين

تنزلق أبواب المصعد لتُفتح،
أدخل إلى رائحة الهواء المعقّم،
بارد، عقيم، مترصّد.
الساعة تدقّ -
تك... تك... تك...
كأنها تعرف ما أجهله،
كأنها تعدّ عكسًا لما قبل وما بعد.

أجلس
أشباح على الكراسي،
ظلال في غرفة أضيق من ثقل اللحظة.
أعضّ باطن شفّتي،
أذوّق النحاس،
أشعر بجفاف كفي،
وبرد كانون يغرس نفسه في جلدي كإنذار. شعرك

"كثير حلو"
تنقط شفقة، تتشرب شيئًا بلا اسم،
مستقبلًا لم أطلبه،
خارطة طريق لم أدرسها.
"you'll be fine"
"ح يمشي حالك"
بس إذا ح يمشي حالي
ما كان هو السؤال الذي أحتاج جوابه:
ال "منيح" مش هو العملية،
ولا الوجع، ولا التغيير.
"منيح" مش هو اللي بيصير.

لما المراية ما تعود تورّيني نفسي.

كان لازم أسأل:
كم رح يطول؟

وماذا بعد؟
من سأكون عندما ينتهي كل هذا؟
كان لازم أصرخ،
على الطبيب،
على الغرفة،
على الساعة -
التي ما زالت تدقّ،
وكانها لم تشهد انهيار عالمي.
لكنني جلست فقط،
صامتة، ساكنة، أبتلع كل شيء،
حتى خرجت -

ضحك...
هستيري، قبيح، فجّ،
ضحك أنشّق إلى هلع،
ملاً رئتي كغرق،

وقال ما لم تستطع كلماتي قوله.
لأنك حين تنزاح الأرض من تحتك،
حين يُسرق الهواء من صدرك،
حين تترك خلفك الغرفة التي قالوا لك فيها...

ماذا يبقى
سوى أن تنكسر؟

ستيفاني نصر



Isabelle and Andrew

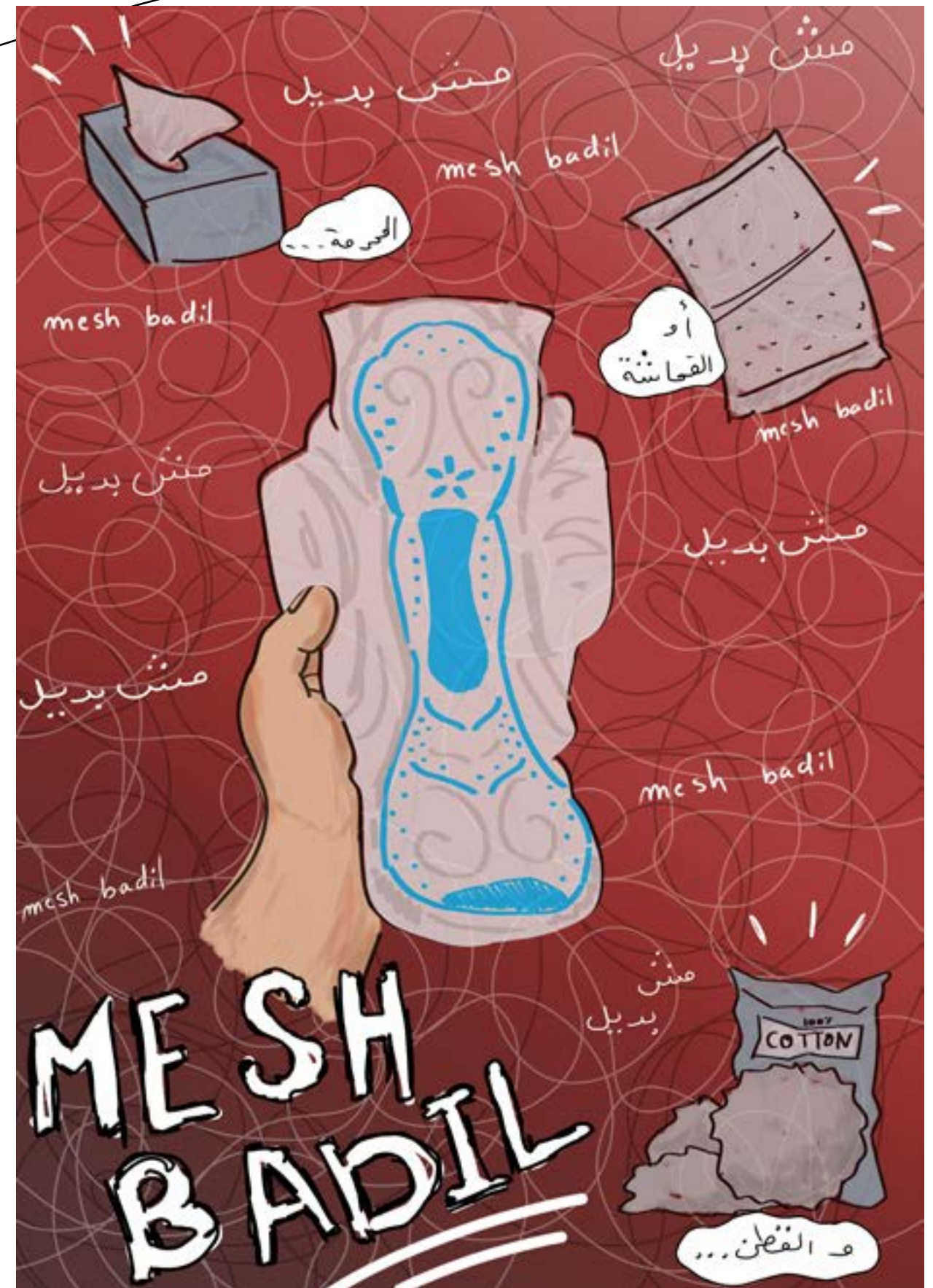
Break the mold

"But I was never made to be passed down like tradition."
This piece is about choice.
About saying no to the voices that say you have none.
It's about refusing to be softened for the sake of acceptance.
It's about the cracks that form when you finally say:
I'll shape myself. I'll write my own fate.

إيزابيلا وأندرو

اكسر القالب

"لكنني لم أخلق لأورث كالتقاليد."
هذا العمل عن الاختيار.
عن قول "لا" لتلك الأصوات التي تزعم أنك بلا خيار.
عن رفضك أن تُهذَّب/ي فقط لتتألق/ي القبول.
عن التشققات التي تظهر في قيودك حين تقول أخيرًا.
سأنحت نفسي بنفسي،
وسأكتب قدرتي بيدي.



H.K.

"Mesh Badil" (not a replacement)

ح. ق.

مش بديل

**محادثة بيني المراهقة (18 عامًا)
ونفسي المستقبلي (36 عامًا)**

مشروع مؤثرات ضخمة في هوليوود

المراهقة (ت): ما تخّليني بلّش، ما تاخديها... هيدا جنون، ما رح تزبط، وها يضحكوا عليكي...
المستقبلية (ف): توقفي! اشتغلت على حالي، كم مرة لازم قولك إني صرت شخص تاني، ما بقا تطلعيلي بها الفكرة.

ت: من وين لوين "شخص تاني"؟ مبارح كنت قاعدة عم تبكي وعم تكذبي على حالك. إنت بعديك نفس الشخص.

ف: مش مضبوط! ما بقا تجيبي هالسيرة. إذا
تغيّرت يعني مش رح بقا إبكي وأحس؟ بس إنت
بتخافي كثير.

ت: أكيد بدي خاف، إنت بتقنعي حالك بس مش صح.
 ف: فانيسا، طيب، ما رح أعصب عليكي، لأن تعلّمت
 انو هالشي ما يفيد. فسّري من شو خافه؟

ت: ما بدی قولك.

ف: قوليلي! إنت بتعرفي فينا نقول كل شي لبعض...

ت: إذا نجحتي رح تتركيني. أنا بعرف، رح تنسيني...
ف: صدقيني ما بصير هيكف: ليه عم تحكي هيك؟

ت: رح تنسيني! رح تطيري، رح تصيري شخص تاني
وتنسي أسامينا وتنسي نحنا من وين جايين.
ف: صدقيني ما بصير هيك.

ت: بلى! كم مرة بهالسنين نسييتيني؟ تنسي كيف كنتِ وتعملي حالك شخص ما بيعرفني.
ف: مش مضبوط.

ت: طيب ليه ما بتخبري العالم عني؟ ليه دايماً
بتتصرفي كأني مش موجودة؟ بتستحي فيني...
وبتخليني إحس عليكي.
ف: مش إني بتستحي فيكي، بس...

ت: بس شو؟ شفتي! إنت ناسية أصلك. كل مرة
...بتنجي بالحياة بتسيني، وتنسي إني موجوعة
ف: بس أنا عم بعمل هالشي كرمالنا نحن الاثنين.
وكل مرة بنجح، يعني إنت كمان عم تنجى.

ت: طيب... والماما؟
ف: يا لطيف! شو خص هلق؟

ت: قرّرت حياتك للموت، ما تفكرى بالنجاح. إذا
نجحتي بتنشغلي، وإذا بتنشغلي، رح تبعدني عنّا
ف: فانيسا، خلص! ما فيك كل ما تشوفيني
متقدّمة، تجي تكسريلي راسي!

ت: آه! وعم تسبّي علي كمان؟
ف: آسفة، بس عصّيتني، ما قصدت...

ت: طيب شو رح عملي؟ رح تاخدي المشروع؟
ف: ايه. وصدّقني، انت رح تكوني مسسوقة كمان.

ت: وإذا نسيتيني؟
ف: ما رح إنساكي. كل شي عم بعمله كرمالك،
وبكرة بتشوفي.

ت: والماما؟
ف: الماما معنا! إذا بعدت عنها شوي وحققت
حالي، مش معنا ناستها.

ت: طيب...

ف: ماشي الحال؟

ت: مش متأكدة...
ف: صدّقي المسار. بعدين إنتِ معي وأنا بعرف
قديش تهقّمني.

ت: وبعدك بتحبيني؟
ف: كتر...

ت: وأنا كمان بحبك.
ف.ح.

**conversation between teenage me (18)
and future self (36)**

Big SFX project in Hollywood

T: Don't let me start, don't take it, manic adda,
ma ha yozbat, w ha yedhako aalayke...

F: STOP ! Chtaghalet stir aa hale, kam marra
bade elik ene seret her hada, maba2 tel3abile b
3a2le.

T: men wen la wen her hada, mberih kente
a3de 3am tebke 3am tkazbe 3a halik, you're
still the same

F: ma khass! Maba2 tjibile hal sire, min allik eza
tghayaret ya3ne maba2 fite ebke w hess, bass
ente bet khafe ktir.

T:Akid bade khan, ente bt2na3e halik bas mesh mazboot
F:vanessa, ok, mesh ha 3assib 3alayke, laen t3alamet eno hal shi ma b fid, fissile men chu khayfe?

T:Mabade elik
F: oulile!Ente bta3rfe fina n2oul kel chi la
ba3ed...

T:Eza naja7te ha teterkine, ana 3arfe ha tensine...

F:leh 3am tekke hek

T:Ha tensine! Rah tire her ensen ha tense asena
w tense nahna men wen neyin
F:Sad2ine ma b sir lek

T: mbala, kam marra b hal snin asitine. Tense
kif kente w ta3mle halik her ensen ka2anik ma
bta3rfine
F: mesh mazbout

T: Tab leh ma bet khabre el 3alam 3anne, leh
3atoul bta3mle halik ka2ene mesh mawjoude,
bteste7e five... w b7ess 3alayke
F: mesh bestehe fike, bass..

T: Bass shu? Shefte enik nessya asslik. Kel
ma tenja7e bel 7ayet btensine w tense ene
mawjou3a...

F: bas ana 3am ba3moul Haida el shi la
tnaynetna, w bas enja7, ya3ne ente 3am tenja7e
kamen

T: tab w el mom?
F: yi 3layna! Shu khass hala2

T: karate hayetik la emit, ma tfakre bel najeh.
Eza btenja7e, btensheghle e eza btensheghle,
ha teb3ade 3anna
F:Vanessa KHALAS! Mafike kel ma tshufine
m2al3a, teje tnikile rasse!

T: AH! 3AM tssibile kamen?
F: Sorry bas 3assabtine, ma azide

T:Tab shu 7a taamle? Ha tekhdde el projet?
F:Eh. W trust me, ente ha tkoone mabsouta kamen...

T: w eza asitine
F: mesh 7a ensile, kel shi 3am ba3mlo kermelik
w bira ha tshufe

T:w el mama?
F:el mama ma3na! Eza ba3adet 3anna shwey w
ha2a2et hale mesh ya3ne nsita

T: tab...
F: meshe I hal?

T: mesh stir..
F: trust the process, ba3den ente ma3e w ana
ba3rf kid ehmikey

T: ba3dik bet hebine?
F:ktir

T:ana kamen bhebik...

V.H

حصار الجسد

الحرب لا ترحل.

تعشش في ألين مواضعنا،

تلتفّ حول أضلاعنا،

تستقرّ ثقيلة في الحوض، في الحلق، في الأيدي

المرجفة.

مرّت أشهر، لكن أجسادنا ما زالت تتحرّك كأيلول،

ما زالت ترتجف عند ضوضاء السماء المفاجئة،

ما زالت تتجهّز للانفجار قبل أن يأتي.

نستيقظ بفكوك مشدودة، أكتاف مطويّة إلى الداخل،

عمودنا الفقري مصبوب على هيئة الانتظار.

النوم هدنة غير مستقرة،

حيث حتى في الصمت، الجسد يحصي الخسائر-

كفوفٌ مبلّلة، أنفاس ضحلة، قلب يخفق كمدفعية

بعيدة.

تعلمنا أن نقتصد في النفس كأنه ماء،

أن نقيس الأمان بالثواني، بالصمت،

أن نرسم خريطة بقاء الجسد كما تُرسم خرائط الدمار

الحرب تعيد برمجة أجسادنا-

الجوع يُلبس بالغثيان، واللمس يُلبس بالضرر،

والجسد يتحصّن ضد طبيعته.

أيدينا تنسى الرقة،

أصابعنا ترتعش وكأنها ما زالت تبحث عن شيء

ضائع.

الرغبة تتحوّل إلى غبار تحت ثقل الحذر.

الحب، الذي كان طائسًا يومًا، أصبح يتحرّك بحذر،

ينسج نفسه بين أنقاض ما كان يومًا بلا حراسة.

الأطراف تتردّد، ليس من خجل،

بل من ذاكرة عضلية للفقد.

لم نعد نمدّ أيدينا لبعضنا كما كنا.

هناك أشياء لا نقولها علنًا-

أن القبلية يمكن أن يتسرّب طعم الخوف إليها،

أن الدفء يمكن أن يبدو ككمين،

أن الجسد، الذي كان بيتًا، صار أرضًا محتلة.

نحمل الحرب في أردافنا، في أفواهنا-

أرداف تشدّ نفسها عند وقع خطواتٍ مفاجئة خلفنا،

تنسي إيقاع الرغبة،

وتتعلم بدلًا منه تقنيات الهروب.

أفواه لم تُعد تفتح بسهولة،

تنسى كيف تطلب ما تحتاجه،

كيف تننّ، كيف تضحك بلا اعتذار.

أسنان مطيقة، لسان مسطّح،

كأن حتى اللدّة يجب أن تُحتجز رهينة.

The Siege of the Body (original piece)

War does not leave.

It nests in the softest parts of us،

spools itself around our ribs،

settles heavy in the pelvis، the throat،

the trembling hands.

It is months later، but our bodies still move

like September،

still flinch at the sky's sudden noise،

still brace for the rupture before it comes.

We wake with clenched jaws، shoulders curled

inward،

our spines molded to the shape of waiting.

Sleep is an uneasy truce،

where even in the silence، the body keeps score -

palms damp، breath shallow، heart pounding

like distant artillery.

We have learned to ration breath like water،

to measure safety in seconds، in silence،

to chart the body's survival like a map

of destruction.

War rewires us -

hunger mistaken for nausea، touch mistaken

for harm،

the body bracing against its own nature.

Our hands forget softness،

fingers twitch as if still reaching for something lost.

Desire turns to dust beneath the weight of vigilance.

Love، once reckless، now moves cautiously،

threading through the wreckage of what was

once unguarded.

Fingertips hesitate، not out of shyness،

but from muscle memory of loss.

We do not reach for each other the same way

anymore.

There are things we do not say aloud -

that a kiss can taste like fear؛

that warmth can feel like an ambush؛

that the body، once a home، now feels like

occupied land.

We carry war in our hips، in our mouths -

hips that tense at sudden footsteps behind us،

that forget the rhythm of desire،

learn instead the mechanics of escape.

Mouths that no longer open easily،

that forget how to ask for what they need،

how to moan، how to laugh without apology.

Teeth clenched، tongue pressed flat،

as if even pleasure must be held hostage.

We carry war in the way we shrink -

shoulders folding inward like closing doors،

chests collapsed to protect the heart from the

next collapse.

We walk quickly، quietly،

not out of urgency،

but because stillness now feels like a target.

We carry war in how we vanish -

how we disappear into ourselves mid-sentence،

how we silence our own alarms،

how we dress in layers thick enough to blur

the shape of us،

how we make ourselves small in rooms too

loud with power.

We scan every space like it's a battlefield -

eyes darting to doorframes،

to open windows،

to shadows that don't belong.

Even joy، if it comes، is met with suspicion -

the question always echoing:

how long before it's taken?

They will call this resilience.

As if turning numb is victory،

as if fear is just another way to adapt.

But war does not just take land or lives -

it takes the body first،

teaches it to cower، to close، to forget

that it was ever meant for more than survival.

And still، somewhere beneath the wreckage

of flesh،

a pulse fights against the siege.

A body، despite everything،

aching to be more than its wounds.

Stephanie Nasr

نحمل الحرب في الطريقة التي نكمش بها-

أكتاف تطوى كأبواب تُغلق،

صدور منهارة لتحمي القلب من الانهيار التالي.

نمشي بسرعة، بهدوء،

ليس استعجالًا،

بل لأن السكون صار يبدو كهدف.

نحمل الحرب في طريقتنا للاختفاء-

كيف نتلاشى داخل أنفسنا وسط الجملة،

كيف نصمت إنذاراتنا الداخلية.

كيف نرتدي طبقات سميكة تكفي لطمس شكلنا،

كيف نصغّر أجسادنا في غرفٍ تضجّ بالسلطة.

نمسح كل مساحة كأنها ساحة معركة-

أعيننا تقفز إلى الأبواب،

إلى النوافذ المفتوحة،

إلى الظلال الغريبة.

حتى الفرح، إن أتى، يُستقبل بالريبة-

يبقى السؤال يتردّد:

إلى متى قبل أن يُنترَع؟

سيسمّون هذا صمودًا.

كأن التجمّد نصر،

كأن الخوف طريقة أخرى للتكيّف.

لكن الحرب لا تسلب الأرض أو الأرواح فقط -

إنها تسلب الجسد أولًا،

تعلمه أن ينكمش، أن يُغلق، أن ينسى

أنه خُلق لأكثر من مجرّد البقاء.

ومع ذلك، في مكانٍ ما تحت أنقاض اللحم،

نبضٌ يقاتل ضد الحصار.

جسد، رغم كل شيء،

يحنّ لأن يكون أكثر من جراحه.

ستيفاني نصر

”عزيزتي جسدي الغالية“
اليوم و بكلّ يوم سأبوحُ و أخبرُك
أخباري بحبي، بوجداني لكِ

حُبنا وُجدَ في كلِّ ذرّةٍ من مكاننا
حُبنا وُجدَ في كلِّ لحظةٍ من زماننا

وصالنا بدأ في وجودنا، في ألعابنا
التحامنا وجودي و عابرٌ للوجود
التحامنا خلقٌ في فراغنا، في لابعدينا

لابعدينا رسمناها سويًا في فنٍّ غيرِ مرسومٍ

قصصنا، أحاديثنا، أعمارنا مُنصهرة
في بوتقةِ الوجودِ و اللاوجود

تناغمنا يعزفُ في الآلات
يطنُ في الآذان
موسيقتنا من غيرِ أدوات
أدواتنا نحنُ

حُبنا نحنُ
ونحنُ السّمفونية
بحبٍّ و بقاءٍ
جسديتي

وصال الأعرج

Dearest Body

Today—and every day—I will confess and tell you,
my news wrapped in love, in devotion to you.

Our love exists in every atom of our space,
our love exists in every moment of our time.

Our union began in our being, in our play.
Our merging is existential—transcending
nonexistence.
Our merging is creation in our emptiness, in
our beyond-distance.

Our beyond-distance we sketched together,
in an art that remains unpainted.

Our story, our conversations, our lifetimes—
melted together in the crucible of being and
non-being.

Our harmony plays through instruments,
hums within ears.
Our music needs no tools,
for we are the instruments.
We are the love.
We are the symphony.

With love, with endurance,
my embodiment.

Wissal Al Araj



“Sir, Sir!”

The voice pierces through my daze.
I hadn't realized the soldier was calling me,
I was drowning in my own thoughts.

In an hour, the shift will end,
and I'll be freed from these four walls,
only to move into another prison,
its walls made of oil-stained khaki, brown,
and green.

I chose to become an officer,
not out of passion, but out of necessity...

Every night...
the real performance is at night.

“Coming back from behind the cows! If your
work during the day was like your work at
night, we wouldn't be starving. I married
a woman, not a man.”

Words that became familiar to me,
echoing daily from my mother,
spoken in anger and resentment
during endless fights with her partner.

A house of a salon, a kitchen, two bathrooms,
and three rooms:
A bedroom for my parents—
my mother resting in her dreams alone.
The salon, my father's space:
“He eats, he drinks, he sleeps wherever he sits,
that's what he's good for,”
as my mother says.

Another bedroom for my sisters:
“They can't undress in front of each other. Let
him sleep with his brother, maybe he'll learn to
be a man.”

In that single word—man—she meant the
rightful heirs,
the carriers of the family name who would
secure continuity.
My brother and I.

What she didn't know
was that with that sentence
she handed me over to pain, to silence, to secrecy.

Every night, as I take off my military boots,
while my parents' fights fill the house,
I wonder: I shed my military uniform—
but can I escape the yellow giant
that haunts me in my own four-walled room?

Yellow is no stranger.
He is the eldest son,
the spoiled boy who wore manhood
the way a soldier wears his uniform,
believing “authority” is a natural right,
unquestioned.

He is the one who recited the verses of
religion, but forgot—
forgot his own assault,
forgot while everyone else stayed silent.

My mother would say: “He's the only man in
this family.”

All I could see in him
was the firstborn who inherited from our society
all its patriarchal values,
that made him see himself as a master,
unquestioned.

The son who thought his opinion was the
absolute truth.
The son who kept reproducing the same toxic
patterns
our society suffered from for generations,
without ever trying to change or challenge them.

He is that yellow giant—
the one who violated.

I was nine. And I grew.
But the pain grew faster.
And with it, the questions with no answers.
Secretly, the wounds grew with me.

“Sir, Sir!”
The voice pierces through my daze.
I hadn't realized the soldier was calling me,
lost again in my thoughts.

In an hour, the shift will end,
I'll be freed from these four walls,
only to take off my military uniform
in the four walls of my bedroom.
Wissal

“سيدي، سيدي!”

الصوت يخترق شرودي
لم أكن أدرك أن الجندي يناديني، غارقًا في أفكاري.
بعد ساعة ينتهي الدوام، سأتحلر من هذه الجدران الأربعة،
وأتنقل في سجن آخر، جدرانه من قماش زيتي
وبني وأخضر
اخترت أن أكون ضابطًا
لا عن شغف، بل عن حاجة...
كل ليلة...

العرض الحقيقي بالليل
“جاي من ورا البقرا لو شغلك بالنهار مثل شغلك بالليل ما كنّا منشبع الأكل. أنا مزوجة مرا مش مزوجة رجال”

كلمات باتت مألوفا لي، أسمعها يوميًا من أمي من غضب واستياء في شجارات مع شريكها التي لا تنتهي
منزل من صالون، مطبخ، حمامين وثلاث غرف
غرفة نوم والدي، أمي ترقد في احلامها بمفردها. الصالون هو مكان أبي
بياكل و يشرب و بينام مطرح ما قاعد هيد الشاطر فيه “امي تقول”
وغرفة نوم أخرى لأخواتي
“ما بصير يشلحوا قدام بعض، خلي ينام بالغرفة مع خيو بركي بصير رجال”

في كلمة البعض تعني الورثة الشرعيين وحاملي اسم العائلة الذين سيحافظون على استمرار النسل،
أنا و اخوي

وما كانت تعرف إنها بهالجملة سلّمتني للوجع، للسكوت، للسرّ
كل ليلة، وأنا أخلع حذائي العسكري، وأصوات شجار أمي وأبي تملأ المكان، أتساءل: ها أنا أخلع زّي
العسكري، ولكن هل أجد مهربًا من هذا “المارد الاصفر” الذي يطاردني في غرفتي ذات الجدران الأربعة؟
الاصفر ليس غريبا
هو الابن الاكبر
هو الفتى المدلل الذي لبس الرجولة كما يلبس العسكري برّته، واعتقد أن “السلطة” حقّ طبيعي،
لا يُسأل عنه
هو من ردّد آيات الدين، لكنه نسي
من اعتدى، وسكت الجميع

امي بتقول “ما في غيرو رجال بهل العيلة”
لم أستطع أنا إلا أن أرى فيه الابن البكر الذي ورث عن مجتمعنا كل ما فيه من قيم ذكورية تجعله يرى
نفسه سيّدًا مطاعًا

هو ذلك الابن الذي يرى أن رأيه هو الصواب المطلق
هو ذلك الابن الذي يعيد إنتاج نفس الأنماط السلبيه التي عانى منها مجتمعنا لسنوات طويلة،

دون أن يحاول تغييرها أو تحديها
هو ذلك المارد الاصفر الذي انتهك
كنت في التاسعة، وكبرت
لكن الوجع كبر أسرع
وكبرت معه الأسئلة التي لا أجوبة لها
سرا كبرت معهة الاوجاع

“سيدي، سيدي!”
الصوت يخترق شرودي
لم أكن أدرك أن الجندي يناديني، غارقًا في أفكاري. بعد ساعة ينتهي الدوام، سأتحلر من هذه الجدران
الأربعة، وانتقل لخلع لباسي العسكري في غرفة نومي

وصال



Ray

Swimming Towards Dystopia

This digital artwork portrays how men exploit their political power and privilege under the illusion of a patriarchal construct. It reflects how such abuse drives the world closer to dystopia – consuming and burning our bodies in pursuit of endless accumulation and control.

راي

السباحة نحو الديستوبيا

يُجسّد هذا العمل الرقمي استغلال الرجال لقوتهم ومناصبهم السياسية تحت غطاء البنية الأبوية الوهمية. يعكس كيف يؤدي هذا الاستغلال إلى دفع العالم نحو الديستوبيا، حيث تُحرق أجسادنا في سبيل تراكم الموارد والسيطرة اللامتناهية.



H.K. And Andrew

Not Broken

This piece explores the disconnect between societal ideals of intimacy and the lived experiences of people who exist outside the romantic and sexual norm (especially aromantic and asexual people). Often seen as robotic or incomplete, Aro and Ace folks tend to be left out from conversations about connection and care frequently.

Still Human questions the notion that love and connection must adhere to a predetermined script by exposing a heart inside a machine. The outstretched hands represent the strength required to mend one's truth as well as the pressure to fit in. This is a body. This is a person. Still human, just differently wired.

ج. ق. وأندرو

غير مكسور

يستكشف هذا العمل الفجوة بين المثّل الاجتماعية عن الحميمية وبين تجارب من يعيشون خارج القوالب الرومانسية والجنسية المألوفة، خصوصًا من يعرفن/يُعرّفون أنفسهن/م على انهن/م لا جنسانيات/ون (Aromantic & Asexual)

غالبًا ما يُنظر إليهن/م كروبوتات أو كائنات غير مكتملة، فتسبعدن/فيُسبعدون من أحاديث العلاقات والرعاية. يأتي عمل "ما زلت إنسانًا" ليُسائل فكرة أن الحبّ والروابط يجب أن يتّبعًا نصًّا محدّدًا سلفًا، من خلال إظهار قلب داخل آلة. تمثّل الأيدي الممدودة القوة اللازمة لتطويع حقيقتنا، كما تعبّر عن الضغط الهائل تحت ضرورة للانتماء والامتثال. هذا جسد. هذه إنسانة/ وهذا إنسان. مازال/ت إنسانة/إنسان، وإن كان/ت مختلفة/مختلفًا.

An Extra Blessing

As a child, I tried to understand the phrase I often heard: “A complete creation, an extra blessing.”

I looked at myself and reflected: Beautiful! I have two hands and two legs, each with five fingers! My nose is straight, no crookedness! So I told myself with innocence: Thank God for this complete creation, for all that I have been given.

In my innocent childhood world, I moved forward with confidence, unbothered by society’s gazes or its chains. My spirit soared free, where everything was possible.

During my upbringing, certain phrases carved themselves deeply into my memory. The first was one my father once said:

“A seed from a man drops into a woman, and she gets pregnant and a child is born.”

He paused, then added in a different tone:

“But son, you need to start thinking about losing weight. You can’t stay like this... girls don’t like it.”

I didn’t know which sentence surprised me more! ... The seed! ... or that there was something wrong with my body. Why would my father say that? For a moment, I doubted his love for me. Am I ugly? What makes others different from me? I couldn’t understand at the time.

Another memory is etched from school, during a physical education class.

The teacher pointed at my body and said harshly:

“A boy’s waist shouldn’t be wider than his shoulders!”

Countless verbal arrows pierced my body over the years:

“Fatty!”

“Did you eat the whole buffet?”

“You have such a handsome face—why don’t you lose weight?”

“Your mom must be spoiling you with too many sweets at home!”

As if my weight were her fault.

Wounds.

Guilt.

Unconscious eating.

A fleeting sense of consolation...

This spiral didn’t come from nowhere, but from false ideas that tie us to fixed standards, excluding our differences and the diversity of our bodies.

“Look at that belly, shamelessly hanging down!”

A harsh voice whispers in my head as I stand before the mirror. And these hips, as if carrying the weight of the world.

My gaze shifts between full thighs and heavy arms, each part transformed into evidence of self-condemnation. Passing words, quick glances, hushed whispers—all gather in that moment before the mirror, forming a painful symphony of self-criticism.

I wish I could peel off this body, replace it with another—less flawed, more acceptable in the eyes of others.

Now I awaken to realize how they grafted onto me a fragile skin begging for false comfort.



To love yourself is not a passing feeling or an abstract thought—it is a deep journey worth every step. Imagine building a solid friendship with your inner self, that voice you often ignored or punished. Begin with gentleness, speaking kindly as if addressing your dearest friend. Forgive your mistakes as you forgive the slips of others.

To love yourself means looking into the mirror with eyes that celebrate every detail of you, not eyes that search for flaws to lash your spirit with. It means embracing your body—this home that carries and sustains you every day—valuing its strength and capacity rather than fixating on an ideal image the world imposed on you.

It means listening to your needs, giving yourself time to rest and relax, nourishing your body with what benefits it and your soul with what delights it.

It means setting boundaries to protect your energy and inner peace, and learning to say “no” without guilt, because you know your worth and priorities.

To love yourself is to celebrate your small and big victories, to be proud of the distance you’ve traveled, to acknowledge your strengths and use them to launch toward your goals.

It also means being gentle with your weaknesses, seeing them as part of your humanity, not as defects. It means challenging those negative thoughts that whisper in your head, doubting their truth, and replacing them with more positive and realistic ones.

It means practicing gratitude for all that you have, for all that you are.
Let us break this cycle. Let us choose ourselves every morning.
Let us begin the true healing journey from within.

Choose self-love.
Choose strength.
Choose life.

Wissal

”نعمة زائدة“

في صغري، حاولت أن أفهم العبارة التي كانت تتردد على مسامعي دائماً: ”خلقة كاملة نعمة زائدة“. فنظرت إلى نفسي وتأملت: جميل! لدي يدان ورجلان، وفي كل منهما خمسة أصابع! وأنفي سليم لا اعوجاج فيه! فقلت لنفسي ببراعة: الحمد لله على هذه الخلقة الكاملة، وعلى كل ما وهبني. في عالمي الطفولي البريء، كنت أندفع بثقة، غير مكترث بنظرات المجتمع أو قيوده. روجي كانت تحلق حرة حيث كل شيء ممكن خلال نشأتي، جُملاً رسخت عميقاً في ذاكرتي. أولها، تلك التي قالها أبي يوماً: ”بتنزل بذرة من الرجال جوات المرأة فبتحبل وبصير في ولد“

وسكت قليلاً، ثم أردف بنبرة مختلفة:

”بس يا ابني، أنت لازم تبليش تفكر تنزل وزنك، ما فيك تضل هيك... ما بحبوا هيك البنات“
لم أعرف أي جملة كانت تستدعي استغرابي أكثر!... البذرة!... وما الخطأ في جسدي؟ لماذا يقول أبي هذا؟ شككت للحظة في حبه لي! هل أنا قبيح؟ ما الذي يميز الآخرين عني؟ لم أفهم حينها في ذكرياتي المدرسية، تحتل جملة أخرى مكانة راسخة، وقعت أحداثها في حصة التربية البدنية. أشار الأستاذ بيده نحو جسدي وقال بحدة: ”ما بصير أنو يكون خصر الشاب أعرض من كتافه!“
عدداً لا محدود من السهام اللفظية التي غرست في جسدي على مر السنين:
”نصحااااااا!“
”إشو أكلت البوفيه كلها؟“
”عندك وجه حلو ليش ما بتضعف؟“

يا ستي، أمكم عم تعملكم كثير حلو بالبيت!“ وكأن وزني ذنبها“
جرح، أحساس بالذنب، أكل غير واعي وشعور بعزاء مؤقت... هذه الدوامة لم تخلق من فراغ، بل هي نتاج افكار زائفة، تربطنا بمعايير ثابتة و تقصى اختلافنا و تنوعنا باجسادنا
”انظر إلى هذا البطن، كيف يتدلى بلا خجل؟“
يهمس صوت قايس في رأسي وأنا أقف أمام المرأة وهذه الأرداف، كأنها تحمل عبء العالم نظراتي تنتقل بين الفخذين الممتلئين والذراعين اللذين يلوحان بثقل، وكل جزء يتحول إلى دليل إدانة ذاتية. كلمات عابرة، نظرات سريعة، همسات خافتة... كلها تتجمع في هذه اللحظة أمام المرأة، لتشكل سيمفونية مؤلمة من الانتقاد الذاتي. أتمنى لو أستطيع أن أخلع هذا الجسد، أن أستبدله بواحد آخر، أقل عيباً، أكثر قبولاً في عيون الآخرين

استيقظ الآن لادرك كيف زرع علي جلدًا رقيقًا يستجدي المواساة الزائفة
أن تحب ذاتك ليس مجرد شعور عابر أو فكرة مجردة، بل هو رحلة عميقة تستحق كل خطوة تخطوها نحوها. تخيل أنك تبني علاقة صداقة متينة مع شخصك الداخلي، ذلك الصوت الذي غالباً ما تجاهلته أو قسوته عليه. ابدأ باللين، بالحديث بلطف كما لو كنت تخاطب أعز الأصدقاء، سامح أخطاءك كما تتجاوز عن زلات الآخرين. أن تحب ذاتك يعني أن تنظر إلى المرأة بعين تحفي بكامل تفاصيلك، لا أن تبحث عن عيوب لتجلد بها روحك. هو أن تحتضن جسديك، هذا البيت الذي يحملك ويدعمك كل يوم، وأن تقدر قوته وقدرته بدلاً من التركيز على صورة مثالية فرضها عليك العالم. هو أن تستمع إلى احتياجاتك، أن تمنح نفسك الوقت للراحة والاسترخاء، أن تغذي جسديك بما ينفعه وروحك بما يسعدها. هو أن تضع حدوداً تحمي طاقتك وسلامك الداخلي، وأن تتعلم أن تقول ”لا“ دون شعور بالذنب، لأنك تعرف قيمتك وأولوياتك. أن تحب ذاتك يعني أن تحتفل بنجاحاتك الصغيرة والكبيرة، وأن تكون فخوراً بالمسافة التي قطعتها، وأن تعترف بنقاط قوتك وتستخدمها للانطلاق نحو أهدافك. هو أيضاً أن تكون رحيماً بضعفك، وأن تعتبره جزءاً من إنسانيتك لا نقطة نقص. هو أن تتحدى تلك الأفكار السلبية التي تهمس في رأسك، أن تشكك في مصداقيتها وتستبدلها بأخرى أكثر إيجابية وواقعية. هو أن تمارس الامتنان لكل ما تملكه، لكل ما أنت عليه.

لنكسر هذه الحلقة، لنختار انفسنا في كل صباح، لنبدأ رحلة الشفاء الحقيقي من الداخل.
اختر حب الذات، اختر القوة.
اختر الحياة

وصال

Name: Isabelle.



Isabelle

إيزابيللا

ورقم

لو كان جسدي يستطيع أن يتكلم لقال:
أحبّ كيف تضلّ يداي الطريق،
أحبّ كيف ألتقط الخيط والإبرة،
أحبّ كيف أطعن القماش ثم أصلحه، كيف يصير
قابلاً للتنفس من جديد.

أحبّ كيف ألتقط القلم وأرسم،
بعد أن استسلمتُ مرارًا وشعرتُ بالحزن.
أحبّ إحساس القلم،
وهو يكتب الشعر والزهور في مخدعي.

زين

Break and Mend

If my body could speak, it would say
I love the way my hands go astray
I love how I pick the thread and the needle
I love how I stab the fabric and repair it, how
it's breathable

I love how I pick up the pencil and draw
After giving up so many times and feeling
sorrow
I love the feeling of the pen
Writing poetry and flowers in my den

Zayn

الرغبة واللقاء

أول مرة سمحتُ لنفسي أن أرغب، أدمنت.
منذ اللحظة التي استنشقتُ فيها سيجارتي الأولى.
المجتمع دائماً سلبني رغباتي، حاجاتي، ومطالبي.
لم يكن مسموحاً لي أن أحب، ولا أن أشعر.

ثم جاءت هي،
كنتُ أنا وهي وحدنا في غرفة.
سرقتها من أحد الأقارب،
وللمرة الأولى كنتُ مستعدة لفعل ما اعتُبر
محرّماً، سيئاً.
"البنات الصالحات" لا يُفترض أن يدخّن،
يجب أن يكنّ مهذّبات، منضبطات،

وهي كانت حبيبتي.
أشعلتُ النار بارتباك،
فقد كنتُ عاشقةً للمرة الأولى،
لا أعرف ماذا أفعل.
ضممتُها بشفتي، وشعرتُ بحرارتها.

تسرّبت إليّ أفكار كثيرة،
كأن ما أفعله ليس مما ينبغي.
لكنها كانت لا تُقاوم،
على عكس الفتيات اللواتي أحببتُ وتجنّبتُ طوال
سنوات.
في ذلك، كنتُ "بنّاءة صالحة"،
أقول لا لمشاعر لم يُسمح بها.

ومن كوني "صالحة"،
تركّت حبيبتي الثمينة لثلاث سنوات.
ضحكت عليّ لاحقاً،
حين استنشقتُ دخانها مع بداية الحرب.
وما زالت تضحك عليّ،
كل مرة أجروُ فيها على محاولة تركها.

زين

Desire and Reunion

The first time I let myself want, I got addicted. It was from the moment I inhaled my first cigarette. Society always robbed me of my desires, my wants, and my needs. I was not supposed to love, and I was not supposed to feel. Then there was it, it was her and I alone in a room. I stole her from a relative, and for the first time, I was prepared to do something deemed as forbidden and bad. Good girls are not supposed to smoke, they should be presentable and tame. However, with my cigarette, I was the boy, and she was my lover. I set the flame clumsily, for I was a first-time lover, and I had no idea what I was doing. I embraced her with my lips, and I felt her warmth.

Many thoughts crept up on me, like this was not something I should be doing. She was irresistible, unlike the girls I had loved and avoided throughout the years. In that aspect, I was a good girl, saying no to feelings that were not allowed. Thus, out of being a good girl, I left my precious lover for three years. She laughed at me later, as I inhaled her smoke in the beginning of war. She still laughs at me every time I dare to attempt to leave her.

Zayn



They Were Called Whores... Just Because They Said No!"

From the moment we became conscious beings breathing on this earth, we kept hearing the phrase "like a whore"—as if it were shorthand for every stereotype about women who dared to say no.

In conversations I've shared with friends from different cultures, the word "whore" was never absent—from the mouths of both women and men alike. It seems that every woman who refused to conform to cultural norms, who chose her freedom as a human being, was doomed to be branded with this word—especially when it came to their bodies, their sexual needs, or even their decisions about marriage.

My friend Deem once shared a story from her community:

"Oh, the word 'whore'? I've heard it plenty! I remember the morning after my sister's wedding, the women in the neighborhood were gossiping about a girl, saying she was filthy and a whore... just because she wore a dress that was a little too short!"

This cognitive bias against women's freedom to choose their clothes isn't unique to one society—it repeats itself across different settings. The moment a woman says no to a prescribed way of dressing and chooses what suits her, she suddenly becomes a "whore."

But this stigma carries even more tragic faces.

So-called "honor crimes" targeting those labeled "whores" remain "honorable" in the eyes of societies that silence victims' stories forever.

A friend from a neighboring country told me:

"Her voice still haunts me every night, crying and begging: 'Please, don't kill me!' Samia was our neighbor, a bright, beautiful girl, top of her class, even accepted into medical school. Then one day, her screams filled the street! Her brother killed her simply because she refused to marry their cousin. He shouted at her: 'You think I don't know you refused him because you love girls? You lesbian!' As if her refusal was enough reason for death... just because she said no."

Samia is only one among m
only listens to the killer's vc

Just like marriage, childbear
between men who treat women as tools for producing "the son who brings fortune," and stigma that measures manhood by the number of children.

No one had to tell me this story, because I lived it in my own community—where women are forced into motherhood against their will, then whisper among themselves: "If only we hadn't married... we wouldn't have suffered, lost our bodies, and ruined our health." Yet when an acquaintance of mine refused pregnancy, all she got was condemnation: "Whore! Her husband treats her like a queen, why won't she give him a child?" or "She must be cheating on him!"

In another story, my friend Celine told me why her family had to leave their village: "Do you know why we left? Because they started calling my mother a 'whore' after her divorce! After years of silence over the pain of her marriage... For years she didn't know the cause of her illness, until she discovered she had pelvic inflammatory disease from untreated chlamydia—an infection passed to her by my father. When she confronted him and refused the relationship, he took it as an insult and demanded divorce. But society saw only one thing: that she was a divorced woman—and therefore, automatically, a whore."

These are not just stories. They are the daily reality of women.

Women branded with the dirtiest of names—just because they said no.

So when will our societies stop holding women accountable for their personal choices, and finally free them from the prejudices that haunt them simply for choosing to be themselves?

Maha Reem

”لُقِّبَنَ بالعاشرات... فقط لأنهن قلن لا!”

منذ وعينا ككائنات تتنفس على هذه الحياة، سمعنا مرارًا عبارة ”مثل العاهرة“، وكأنها اختصارٌ لكل الصور النمطية عن النساء اللواتي قلن ”لا“.

وفي أحاديثٍ تبادلتها مع صديقاتٍ من ثقافاتٍ مختلفة، لم تغب كلمة ”عاهرة“ عن مجالس النساء والرجال على حدٍّ سواء. إذ يبدو أن كل امرأةٍ رفضت الامتثال للثقافة النمطية، وقررت اختيار حريتها كإنسانة، كان مصيرها أن توصم بهذه الكلمة، خاصة إذا تعلّق الأمر بأجسادهن، حاجاتهن الجنسية، أو حتى قرارهن بالزواج.

صديقتي ”ديم“ شاركتني إحدى القصص من مجتمعها: أوه، كلمة عاهرة؟ سمعتها كثيرًا بتذكر بصباحية عرس أختي، صاروا النسوان يحكوا عن بنت بالحارة إنها ”وسخة وعاهرة... بس لأنها كانت لابسة فستان قصير شوي!“

هذا التحيز المعرفي ضد حرية المرأة في اختيار ملابسها ليس حكرًا على مجتمع واحد، بل يتكرر في أوساطٍ مختلفة. فمجرد أن تقول المرأة ”لا“ لنمطٍ معين من اللباس، وتختار ما يناسبها، تتحول فجأة إلى ”عاهرة“. لكن وصمة العار هذه لها وجوه أكثر مأساوية. ف جرائم الشرف، التي تستهدف من وُصِفن بـ ”العاشرات“، تظل جريمة ”مشرفة“ في أعين مجتمعاتٍ تُخرس قصص الضحايا إلى الأبد.

صديقتي من دولةٍ مجاورة روت لي:

”صوتها لا يزال يراودني كل ليلة، وهي تبكي وتقول: الله يخليك، لا تقتلني! سامية كانت جارتنا، فتاة جميلة وذكية، الأولى على صفها، حتى أنها قبلت في كلية الطب. وفي يومٍ دوى صراخها في كل الشارع! قتلها شقيقها فقط لأنها رفضت الزواج بابن عمها. كان يقول لها: ’تحسبين أني لا أعرف أنك رفضتيه لأنك تحبين البنات؟ يا لوطية!‘، وكأن رفضها سببٌ كافٍ للموت... فقط لأنها قالت لا.“

سامية ليست سوى واحدة من ملايين القصص. أرواحٌ نقيّة غادرت، وصدى صرخاتها ضاع في مجتمعٍ لا يسمع إلا صوت القاتل.

وكما هو الزواج، فالإنجاب والرحم كانا دائمًا حلماً يُغتصب من قِبَل المجتمع. بين رجالٍ يتعاملون مع المرأة كأداةٍ لإنجاب ”الولد الذي يجلب الرزق“، وبين وصمٍ مجتمعيٍّ يجعل عدد الأطفال دليلًا على الرجولة.

لم يخبرني أحدٌ بهذه القصة، لأنني عشتها في مجتمعي. حيث النساء يُجبرن على الإنجاب رغماً عنهن، ثم يهمسن بينهن: ”يا ريتنا ما تزوجنا... ما كنا تعبنا وخسرنا جسمنا وصحتنا“. لكن حين رفضت إحدى معارفي الحمل، لم تتلق سوى الإدانة: ”عاهرة! زوجها معيشها أحلى عيشة، ليش ترفض تجيب طفل؟“ أو ”أكيد بتخون زوجها!“.

وفي سياقٍ آخر، أخبرتني صديقتي سيلين عن السبب الذي دفعها وعائلتها إلى مغادرة قريتهم: بتعرفي ليش تركنا ضيعتي وجينا لهون؟ لأن أمي صاروا ينادوها ’عاهرة‘ بعد طلاقها! بعد صمتها الطويل“ على وجعها في علاقتها مع والدي... لسنين ما كانت تعرف سبب آلامها، ولما اكتشفت أنها مصابة بالتهاب الحوض بسبب إهمال الكلاميديا-عدوى نقلها إلها والدي جنسيًا-واجهته، ورفضت العلاقة. فاعتبرها إهانة وطلب الطلاق، لكن المجتمع لم ير إلا أنها امرأةٌ مطلقة، إذن فهي عاهرة!“

هذه ليست مجرد حكايات، بل واقعٌ تعيشه النساء كل يوم.

نساءٌ لُقِّبَنَ بأقذر الألفاظ، فقط لأنهن قلن ”لا“.

فمتى ستتوقف المجتمعات عن تحميل النساء مسؤولية قراراتهن الشخصية، وتحريرهن من الأحكام المسبقة التي تطاردن لمجرد أنهن اخترن أن يكن أنفسهن؟

مهى الريم



V.H

ف. هـ.

Gourmet féminin

redefining what "féminin" means

الأنوثة الفاخرة

إعادة تعريف معنى «الأنوثة».

Immigration

Imagination

I dedicate this night to you.

When I looked up at the sky,

I couldn't see but a racetrack for horses.

The clouds were racing fast,

their thunder was neighing,

and their rain was tears.

My feet were cold and trembling—

not from the cold, but from the unknown.

Its rain was freezing.

I was so afraid I couldn't move!

The chill in my toes

led me to a cemetery in the heart of the city,

an abandoned graveyard.

I looked ahead a little,

and saw ghostly figures

walking behind a window.

The graves here are built in layers,

maybe mass graves.

The narrow corridors separating the dead are too tight.

Why has no one thought to restore this cemetery?

Suddenly, a voice said, "We will stay here."

With the threads of dawn, I heard footsteps, followed by a cough—

each moment the steps and cough grew louder.

Maybe it was the cemetery guard?

Or perhaps a visitor like us?

In the morning, the dead live their ordinary lives.

Their faces are pale, their eyes despairing;

they shop, their children play

between the dark passages—

though it's day, the sun never enters here.

Perhaps it's afraid.



"نُقْبِنَ بالعاهرات... فقط لأنهن قلن لا!"

"لعنوان: خيال" الأصلي

بهديك الليلة

وقت تطلعت على السماء.

ما قدرت شوقاً ، غير أنها حلبة لسباق الخيول.

الغيوم كانت عم تركض بسرعة.

رعدها صهيل.

ومطرها دموع.

رجلي باردين و عم يرجفوا.

مو من البرد ، من المجهول.

مطرها بارد.

خائفة لدرجة ، ما عم بقدر اتحرك!

و البرد اللي بأطراف رجلي.

وصلني لمقبرة بنص المدينة.

مقبرة مهجورة.

تطلعت شوي لقدام ، شفت خيالات أشباح.

عم تمشي ورا شباك.

القبور هون طوابق.

يمكن مقابر جماعية.

الممرات يلي يفصل الموتى في قبورهم، ضيقة كثير.

ليه هالمقبرى ما حدا فكر يرمما ؟

وفجأة صوت بتقول ، رح نبقى هون.

مع خيوط الصبح ، سمعت صوت خطوة وراها سعلة ، وكل شوي تزيد الخطوات وصوت السعلة يعلا.

يمكن حارس المقبرة ؟

يمكن ضيف متلنا ؟

الأموات الصبح بمارسوا حياتون الطبيعية.

وجوهن صفرة و عيونن يائسه ، بيتسوقوا و ولادون بيلعبوا ، بين الممرات المعتمة ، مع أنو نهار ، بس

الشمس ما بتفوت لهون ، يمكن بتخاف.

معقول لأنو بتخاف تزعجون ؟ أو هن ما بدون ياها تفوت ؟ يمكن هنن تعودوا هيك.

ومر الوقت

سنة وراها سنة

لصاروا 13 سنة.

مع كل يوم من بين الممرات المعتمة

يزداد من جسمي النور

التوقيع: هبة



Between the Veil and the Window

This issue of AJSADOUNA is not a revolt of fists, but of bodies; bodies that have been silenced, violated, tamed, and yet, somehow, still choose to create, to desire, to teach, to heal. Here, disobedience is not destruction; it is re-creation. It is the art of reclaiming what was taken, the choreography of saying no and yes in the same breath.

Across these pages, rebellion wears many faces:
a body that refuses to forget the crime carved into its flesh;
a woman who finds love again after silence;



بين الستارة والنافذة

هذا العدد من أجسادنا ليس انتفاضة الأيدي، بل انتفاضة الأجساد.
أجسادٍ أخرست، وانتهكت، وروّضت، لكنها ما زالت تختار أن تخلق، أن تشتهي، أن تعلّم، وأن تشفى.
العصيان هنا ليس خراباً، بل إعادة خلق.
هو فنّ استعادة المسلوب، إيقاعٌ يُعلّمنا كيف نقول لا و نعم في النفس ذاته.

في هذه الصفحات، يرتدي العصيان وجوهاً متعدّدة:
جسدٌ يرفض أن ينسى الجريمة المحفورة في لحمه،
امرأة تجد الحب بعد صمتٍ طويل،
جنديّ تحاصره أشباح السلطة الموروثة،
وجسدٌ يعيد التفاوض مع دمه، يكتب لنفسه دروساً جديدة في اللذة والقبول والوجود.

مرحباً بكن/م في فنّ العصيان،
حيث كلّ كلمةٍ تتنفس ناراً،
وكّلّ جسدٍ يتعلّم مجدداً كيف يكون حراً.