## Exilio en las Palabras

Mi identidad no es una línea recta, es un mapa con cicatrices, un viaje entre países, acentos y silencios.

He sido migrante, refugiada, soñadora y sobreviviente.

Nací en Venezuela, donde la vida tenía el ritmo de la música y el caos de una ciudad que nunca duerme. Crecí entre luces, escenarios y cámaras, creyendo que mi voz tenía un eco en el mundo. Pero la vida me enseñó que el hogar no siempre es donde naces, sino donde te reconstruyes.

México me abrió las puertas cuando Venezuela se volvió inhabitable para mis sueños. Allí fui actriz, periodista y productora, pero también mesera, bartender, repostera y emprendedora en todo lo que fue necesario para vivir.

Aprendí a sostener una bandeja con la misma precisión con la que sostenía un guion. Descubrí que mis manos, antes acostumbradas a los micrófonos y las luces del espectáculo, también podían amasar pan, servir cócteles y levantar

desde cero nuevos proyectos. Entendí que la dignidad no se mide por el trabajo que realizas, sino por la valentía con la que te reinventas una y otra vez.

Colombia fue un refugio transitorio, y España? España es el lugar donde mi historia sigue escribiéndose. Aquí, el idioma es el mismo, pero el significado de las palabras cambia. Aquí, el acento me delata, me convierte en la voz de los que se fueron y de los que aún buscan un lugar donde pertenecer. Pero más que eso, España es el terreno donde siembro nuevas raíces, aunque a veces sienta que todavía estoy en el aire.

Pero, ¿qué es pertenecer?

Sí, fui parte de un hogar. Tuve una casa, una madre, una patria. Y después, todo se desvaneció. Mi madre se fue sin aviso, llevándose consigo todo lo que parecía ser cierto, dejando un vacío que nada puede llenar.

Venezuela se convirtió en una herida abierta, y lo que antes era mi hogar, ya no era más que una interrogante sin respuesta.

Desde entonces, he habitado trenes, aeropuertos, habitaciones prestadas. He aprendido a empacar recuerdos en una maleta, a decir "adiós" sin promesas de regreso.

Si me preguntas dónde está mi casa, hoy solo puedo decirte: en mi piel, en mis cicatrices, en la fuerza con la que sigo caminando.

Pero si insistes en buscar un hogar tangible, entonces te diré que existe en la risa de mi hija, en la mirada de mi sobrino, en los

dos rostros que me recuerdan que, a pesar de todo, algo de mí sigue en pie. Son mi única certeza en este mundo de despedidas.

¿Y mis lenguas? ah, mis lenguas son testigos de mi transformación. El español es mi raíz, pero también mi duelo. Es la voz de mi madre en los recuerdos, el eco de su ausencia en cada palabra que ya no puede decirme. Es el idioma en el que aprendí a perder, a resistir, a reinventarme.

Hoy, mi identidad es una frontera sin nombre. Mi casa es el lugar donde me atrevo a seguir soñando. Y mi lengua es la única prueba de que existo, de que aún tengo una historia que contar.

Porque cada vez que la vida me haga caer, me levantaré, no como antes, sino más fuerte, más sabia, más decidida. Porque cada vez que crean que mi

voz se apagará, gritaré más alto, más claro, más firme. Y mi voz, la que ha atravesado fronteras y ha desafiante cruzado mares, será mi legado eterno.

Seré la memoria viva de los que se quedan y de los que se van. Y no seré olvido, seré la fuerza que nunca se rendirá.

**Yessica Coromoto**

# LEONA

Querida profesora, educadores y todas las personas que trabajareis conmigo el tiempo que el destino quiera:

Esta es la carta que me gustaría leer a todos vosotros antes de que empecéis a juzgar mi historia, o a mí. Mi entrada en España fue difícil como la de casi todos mis hermanos, ya sabéis que muchos mueren al decidir coger el barco. Y sí, como casi todos ellos, yo también tuve miedo de morir. Pensaba en mi madre, ella me necesitaba a su lado, pero a los 13 años tomé la decisión. Sufría demasiado en mi país. Y a los 23 lo hice. Diez años en los que pasaron muchas cosas en mi vida. Pero esa es otra historia que algún día os contaré.

El barco.

Recuerdo estar enferma, vomitar, no poder cambiar de postura. Y todavía a veces me parece que puedo sentir el agua en mis pies colándose por los pequeños agujeros del suelo. Una mañana nos despertó un grito. Nos habíamos perdido, la persona que dirigía la embarcación, agotada, se había quedado dormida. Cada uno hacía lo que podía, no le culpamos. Todos estábamos exhaustos.

Tenía mucho frio, lo tuve todo el tiempo, tanto que todavía a veces, en recuerdos puedo sentirlo. Estuvimos dos días en el mar intentando encontrar el rumbo. Rezamos sin perder la fe y nuestra fe nos salvó.

Ya en aguas españolas, las olas no nos dejaban avanzar. Eran muy grandes es verdad, pero más pequeñas que nuestra esperanza. No podemos volver, nos dijeron, tampoco continuar. Pensé en la muerte, tuve miedo y después la acepté como posibilidad. Yo tomé la decisión de venir sabiendo las posibles consecuencias, y una de ellas era mi final.

Y entonces apareció en el horizonte lo único que podía hacernos llegar a nuestro destino: otros seres humanos, personas cómo vosotros, como nosotros. Humanos ayudando a otros, apostando por la vida y por los sueños de los demás, luchando contra la marea más allá de los nombres, de las religiones y de las razas. En ese momento recuperé mi confianza en la vida. Llegamos sin fuerza física y al tocar tierra sentí que estaba en otro mundo.

Quiero deciros que he estado en el mar y he vuelto para contarlo. Me metí al agua y no me hundí y aquí estoy para gritarlo.

Para que me entendáis, para que no nos juzguéis.

Gracias.

**Lallia Kamara**

**Niña de la guerra**

Mi nombre es Heba, soy de Siria, nací en Alepo.

Mi infancia fue era muy hermosa, recuerdo que me sentí muy feliz por los momentos vividos con todos mis familiares.

La familia de mi padre era muy extensa, vivíamos todos en el mismo edificio.

Recuerdo especialmente los días del Ramadán cuando subíamos toda la familia a la azotea y allí ayunábamos entre risas y bromas y muestras de cariño.

Todo estuvo bien hasta que empezó la guerra desde ese momento tuvimos que huir buscando refugio en otras ciudades de Siria.

Mi familia intentó mantenerse dentro del país, pero a mi hermano le dispararon y la bala quedo alojada en su columna, lo que supuso un daño para su salud, si a esto le añadimos que los militares asaltaban las viviendas indiscriminadamente, todo ello nos obligó a salir de nuestro país a Turquía.

En Turquía comencé mis estudios de Secundaria, hice nuevas amistades y de nuevo volví a tener la sensación de seguridad. Permanecimos en Turquía más de 3 años pero los médicos que trataban a mi hermano nos aconsejaron solicitar asilo en Europa.

El primer país que nos ofreció asilo fue España donde llegamos en enero de 2019 .

¡¡Otra vez a empezar desde cero!!

Este nuevo traslado me supuso dejar a mis familiares, amistades, mi Instituto, mi hogar y esta situación me llevo a la depresión. Sentía que había pasado de ser una chica que disfrutaba de la vida, positiva y alegre a convertirme en una persona negativa a la que no le gustaba nada de la vida.

Continué mis estudios de Secundaria, intenté conocer nuevas amistades pero me resultó muy complicado porque no hablaba el Español y además llevo el hijab. También sentí el rechazo de compañeros/as y del profesorado que me llegaron a hacer bullying. No obstante llegó el momento de decir ¡basta!. Pensé que tenía que hacer algo por mi misma y por mi futuro. Decidí cambiar de Instituto, comencé un Grado Medio, que supuso un cambio importante en mis estudios y me llevo a

sentirme bien. Más tarde conseguí trabajo en una Residencia de Mayores allí me sentí integrada al mismo tiempo me surgió la necesidad de seguir estudiando. y decidí inscribirme en un Grado Superior de Formación Profesional.

Os he contado mi experiencia de niña de guerra y traslados permanente.

Quiero enviar un mensaje a dos categorías de personas, la primera categoría serían las personas que han vivido la guerra. Sé lo difícil que es construir una vida desde cero en un nuevo país, pero siempre hay que trabajar duro para alcanzar nuestras metas y no rendirse ante las dificultades de la vida. La segunda categoría serían los que viven en su país. Quiero que apreciéis las bendiciones y oportunidades que tenéis y las aprovechéis. Lo que tenéis es el sueño de otra persona, así que ser agradecidos por cada momento y oportunidad que vivís.

**Heba Abdulwahab**

## Mujer Migrante

Soy venezolana, soy mujer y mi lengua es lo que me une a mi querer.

En esta tierra donde el sol me cobija, he encontrado un nuevo hogar, una nueva guía. Soy la diáspora, la esperanza, el futuro incierto, la fuerza, la fe y el amor despierto.

Llevo conmigo mi identidad, mi casa y mi canción y en cada palabra sonrisa y acción.

Soy venezolana de sangre ardiente y corazón llanero, pero España me acoge con sentimiento sincero. En mi recuerdo, mi pasado y en mi mente un futuro soñado.

En mi ser mi Venezuela cálida, en mis manos la fortaleza de la España plácida. Soy una mezcla de dos mundos, donde encuentro mi ser profundo.

En este viaje migratorio me hago más fuerte, donde mi identidad es mi casa y mi lengua el puente. No reniego de mi origen ni de mi acento, pero siempre abierta a un nuevo encuentro.

Abrazo este presente con esperanza y valentía, sin olvidar mi ayer, mi raíz ni mi familia.

Soy venezolana migrante y mujer, construyendo mi camino llena de desafíos y la fuerza de mi ser. Dejé mi tierra, mi casa, mis sabores y mis afectos, buscando un nuevo destino, con la esperanza de algún día volver a reunirnos.

En España mi alma viaja, en infinidad de acentos, mi mente los procesa y los asume en el tiempo. En España he encontrado un nuevo hogar, pero es en Venezuela donde mi alma quiere algún día regresar.

Mi lengua de infancia y amor, se mezcla con el idioma de esta tierra de ilusión. Soy inmigrante, sí, pero también referente, entre dos culturas exigentes.

Soy venezolana en España, y española en Venezuela, orgullosa de haber nacido en mi tierra y afortunada de esa escuela.

Así con cada paso construyo lo que me dicta el destino, con pensamientos profundos para labrar mi camino.

**Rosanna Rosanna Ascanio**

**Mi viaje hacia mí misma: fuerza, fe y palabras**

Escribo estas palabras desde lo más profundo de mi corazón, para contar la historia de mi identidad, mi hogar y mis lenguas.

He pasado por experiencias difíciles, pero he aprendido que la fuerza está dentro de mí. Mi hogar no son solo paredes, sino los recuerdos que me forman y las personas que me brindan amor y apoyo.

Mi lengua, los idiomas en los que me puedo expresar, son un puente entre mi pasado y mi presente, entre mi cultura de origen y el nuevo mundo en el que vivo. Cada palabra que aprendo en español me acerca más a comprender quién soy y a quienes me rodean.

Por eso, me alegro de poder escribir a mí misma, a mi alma:

Quiero escribirte estas palabras desde lo más profundo de mi corazón. Has pasado por experiencias difíciles, pero has mostrado una fuerza y paciencia que nadie esperaba, ni siquiera tú. Ahora, después de todo lo que has vivido, eres más fuerte y mejor, y me siento muy orgullosa de tí. Has aprendido mucho de cada momento, y has superado las dificultades que amenazaban tu paz interior. Ahora eres capaz de levantarte después de cada caída, y seguir tu camino a pesar de todos los desafíos. Esto me llena de orgullo y me hace darme cuenta de lo capaz que eres de hacer un cambio en tu vida.

Mi consejo para tí es que sigas caminando por este camino que elegiste, el camino del crecimiento y la sanación. No olvides cuidar de tí misma siempre, y brindarte el amor y apoyo que necesitas. Preocúpate por cada aspecto de tu vida, tanto el emocional como el físico. Sé siempre sincera contigo misma, y no permitas que nada ni nadie frene tu avance.

Ahora eres más fuerte, más preparada para enfrentar cualquier desafío que pueda surgir. No olvides que el pasado es parte de tu vida, pero no define tu futuro. Haz que las lecciones del pasado sean un impulso para ser mejor y más fuerte.

Y lo más importante, no olvides que tu fe en Dios es el secreto de tu fuerza. Aférrate a Él, y siempre estarás en el camino del éxito y la felicidad. Mantén la pureza de tu corazón y de tu alma, y sé tal y como eres, maravillosa en todo lo que eres.

Te deseo un futuro lleno de felicidad y paz interior, y siempre serás una fuente de orgullo para mí. Con amor y aprecio.

**Safaa Soubhi**

**Somos todo, somos nada.**

Parto con la incertidumbre a mi lado, dejando atrás los ecos de mi casa, pero llevándolos en la piel. No olvido quién soy ni en quién me he convertido, porque mi esencia no tiene fronteras; Soy voz que habita, alma que resuena, latido que conversa con el mundo. Ahora escribo otro capítulo, una travesía que me desafía, me desarma y me transforma.

Soy la raíz que cruza fronteras. Soy nada, un susurro en el viento, una sombra que aprende a moverse al compás de lo desconocido. Mi voz recorre llamadas nuevas, mis palabras se adaptan, respiran un ritmo distinto. Mi idioma es el mismo, pero se expande, se enriquece, se entrelaza con nuevas formas de nombrar lo cotidiano. Y en esa nada, me encuentro, me transformo, me dilato, me vuelvo infinito.

La tierra que me recibe me abre los brazos; en su abrazo, se siente el latido de un nuevo hogar. Su cielo me envuelve, su aire me sacude, su luz me tiñe con otros matices. Me alimenta con sabores inesperados, con su música, su cultura, sus ritmos que poco a poco hago míos. Y en todo ello, encuentro la promesa de pertenecer. El calor de su cobijo me envuelve. La mesa se llena de aromas que despiertan la memoria, y los amaneceres me susurran nombres que aprendo con el corazón. En cada esquina, un rostro familiar en su calidez; en cada mirada, una historia que me invita a ser parte de ella.

Mi lengua, mi refugio, se expande y se transforma. Hablo con las manos, con las risas, con los silencios. Descubro que la comunicación va más allá de las palabras, que el alma se expresa incluso cuando la boca calla.

Mi identidad no se quiebra, se despliega. Mi casa no se pierde, se multiplica. Mi lengua no se apaga, se ensancha. Y en este tránsito entre lo que fui y lo que será, me descubre más vasto, más profundo, más humano.

**Karla Andreina Ramirez Luna**

La historia sucede cuando yo con mi familia (mi esposo y mis dos hijos más pequeños) tuvimos que salir del país. Decidimos ir a Israel, ya que en este país podríamos obtener la ciudadanía y la oportunidad de estar legalmente. La mudanza fue muy nerviosa, dio miedo, pero quedarse quieto fue aún más aterrador. No sabíamos dónde viviríamos, cuándo nos recibiría el cónsul y cuánto tiempo tomaría el proceso de legalización (sin esto, no se puede trabajar en Israel). Las personas que esperaban la verificación consular vivían por su cuenta en Israel durante 3 meses. No teníamos esas oportunidades.

En un aeropuerto en Israel, hicimos una verificación previa, nos dieron un seguro de salud y nos preguntaron dónde viviríamos. Pero no teníamos dirección... Y aquí nos sucedió el primer milagro. Nos ofrecieron un hotel por 2 semanas con la posibilidad de pasar rápidamente el control consular. Fue un gran alivio para nosotros. Rápidamente recibimos los documentos y nos convertimos en israelíes. Los niños fueron a la escuela y yo a trabajar a la guardería. Hemos vivido en este país durante casi seis meses. Estoy muy agradecida a Israel por habernos recibido, pero no pudimos quedarnos allí. Estábamos asustados por los frecuentes actos terroristas durante el conflicto árabe-israelí.

Decidimos irnos. Nuestra elección recayó en España, aunque nunca estuvimos allí. España nos pareció un país tranquilo y Pacífico. Planeamos alquilar una vivienda en España y encontrar un trabajo. Cuando volamos a España, me enteré por las noticias de que, pocas horas después de nuestra salida de Tel Aviv, había comenzado la guerra. El aeropuerto estaba cerrado y si hubiéramos comprado boletos para otro momento, podríamos no haber volado. Pero aquí, en España, no pudimos encontrar una vivienda durante mucho tiempo, y el dinero se hizo cada vez menos.

Estaba en pánico, no hay vivienda, no hay trabajo, el dinero se está acabando, no sabemos el idioma, no hay camino de regreso a Rusia ni a Israel. Llamé a los anuncios con una oferta de trabajo de personas de habla rusa y llegué a una mujer de Ucrania que estaba buscando un asistente. Esta mujer, al conocer mi historia, me recomendó acudir a la Cruz roja.

Llegamos a la Cruz roja y nos recibieron. Fue el siguiente milagro. La Cruz roja dio alojamiento,

comida, todo lo necesario para vivir y ayudó con los documentos. En 2 años cambiamos 3 países, los niños cambiaron 4 escuelas, casi pierdo a mi hija mayor en Israel el 07.10.2023. Fue un momento muy difícil y solo ahora me estoy recuperando. Nos adaptamos en este país, aprendemos el idioma. Estoy muy agradecida a España, a la Cruz roja, a CEAR, a los españoles y a todas las personas con las que estoy en contacto. Gracias cordialmente por su participación, apoyo, paciencia, buena voluntad. Estoy agradecida por la oportunidad de aprender español, de volver a formarme profesionalmente, de realizarme aquí y de ser útil en la sociedad. Estoy enamorada de España, de los españoles, me siento en casa.

**Elena Suchkova**

**Inicios de un Migrante**

¿He emprendido un largo viaje?, ¿He recorrido un camino difícil?...¿ He tomado un viaje sin rumbo? ? las preguntas se arremolinaban en mi cabeza

,enredándose entre sí como madejas de hilo deshiladas y olvidadas., ¿tenía la respuestas a ellas?, Estaba absorta en aquellas preguntas que era como si el tiempo se hubiera detenido compasivo al ver mi incertidumbre para ayudarme a buscar las respuestas que aún no tenía?

el llamar de una voz me sacó de mis cavilaciones profundas. el oír los murmullos de las personas que iban y venían, y el sonido del arrastrar de las ruedas de la maletas chocando contra el frío suelo,me volvieron a la realidad,¡mi realidad!.

Era una fría mañana de noviembre como muchas otras, pero para mi ya no era igual. Tomé mi malética bajo el brazo y empecé a caminar sin rumbo fijo,solo sabía que tenía que avanzar, mientras sentía el corazón hecho pedazos. caminaba lentamente y volvían a mi los recuerdos de una tierra dejada, queriendo tomar fotografías mentales mientras otra vez me preguntaba:

¿cuando la volveria a ver?...¿ Podré volver?.

?Yo no quise irme fue el viento, el viento me llevo??

La vorágine de lo vivido han sido remolinos de un ayer tan presente y latente que aún se marcan en la piel,amores que fueron dejados pero no olvidados.Un desplazamiento forzado. uno solo abandona su hogar cuando esté no le permite quedarse, a menos que su hogar lo persiga.

Los ojos reflejan tormentas pasadas dolores silentes, estos son las ventanas del alma, lo que callamos con palabras a veces en una sola una mirada basta. su voz es muda pero es más potente que miles de palabras almibaradas y elocuentes. En ellos se ve el dolor, sentimientos de añoranza y nostalgia, He podido verlo en aquellos que un dia como yo se fueron de su raíz , también lo veo al mirarme al espejo tratando de escudriñar ¿Que hago aquí?. He aprendido que solo el tiempo nos ayuda a soltar como cual hoja se lleva el río al partir, y que en cada sonrisa que brota sincera, una herida aprendera el arte de ir.

Si las estrellas hablaran dirían verdades ocultas que nadie quiere escuchar,como te comunicas con el lenguaje del alma si la otra no sabe conectar, como simplificas en palabras el dolor que se siente

el dejar, y el estar . es complejo hablar y hacerse entender,o escuchar y no poder comprender las palabras salientes del otro ser.

Aun recuerdo el crepitar de la leña consumida por el fuego,como la llama danzaba al compás del viento frío, mas el calor de la fogata hacia que este fuera ajeno a nuestros cuerpos ,también ayudaba las mantas sobre nosotros. las carcajadas de esa noche eran sonoras las voces de mis mayores se mezclaban perfectamente con los sonidos de la noche dando un toque de nostalgia que le acompañaba con un atisbo de alegría mientras contaban anécdotas, de lo vivido... de mis antepasados? de una cultura propia. hacían que mi mente volara y me apropiara de aquello que un dia fue y aun es.

Desarraigada?... y con cierto sentimiento de abandono?, no lo se... ¿son las palabras correctas? A mis sentimientos,emociones? puede ser confuso. la vida se trata de saber adaptarnos a sus etapas, las cual nos llevan a un crecer y aun proceder cargado de sabiduría.

Ahora migro y me abro Camino entre sabores, horarios y costumbres extrañas, que me hicieron valorar lo que un dia daba por sentado y ahora esta a kilometros de distancia.

Migrar es un derecho y un rasgo humano desde siempre.

**Kimberly Candelo**

# Raíz perdida

Desde el rincón oscuro de una tierra amada,
donde el sol antes brillaba con risas de niños,
mi alma se quiebra en pedazos, buscando la salida
y mi corazón sangra por cada grito perdido.

Ya no es tierra de esperanza, ni del futuro que soñé,
sino la sombra de un tiempo que arde, que me mata,
pues los colectivos caminan como sombras que acechan,
y el miedo se cuela en las venas, impasible y mortal.

El rostro del dolor se refleja en las calles rotas,
el eco de mis pasos huye, se esconde, se pierde,
y mi madre, con su llanto, ya no sabe si esperarme
o si los pasos del destino marcarán mi despedida.

Es en la penumbra de la noche cuando me decido,
el alma apretada entre recuerdos y promesas rotas,
y en cada latido resuena el miedo, pero hay un suspiro
que me dice que la libertad no se puede ahogar.

Días de lluvia y sol, de días de huida,
cuando el horizonte ya no tiene la forma que soñé,
y la tierra que me vio nacer se vuelve un puño cerrado
que amenaza con tragarnos en su profundo vacío.

Un barco, un avión, un tren; no importa el camino,
lo importante es escapar, dejar atrás las amenazas,
las miradas que siguen mis pasos como fantasmas,
y abrazar una nueva patria que me reciba en su pecho.

Y llegó a España, tierra de esperanza y de sol,
pero el alma se siente vacía, perdida, errante.
No se borra el llanto, ni se olvida el miedo,
porque dentro de mí, el eco de mi tierra nunca calla.

Las calles de Madrid son tan nuevas,
pero el dolor del exilio me consume por dentro,

y a veces siento que el viento me devuelve a Caracas,
con sus sonidos de metralla, con su sombra asesina.

Pero hay en la gente, una luz que me abraza,
un abrazo de extraños que se convierten en familia.
Y aunque mi patria queda a miles de kilómetros,
mis raíces siguen floreciendo a cada paso dado.

A veces me pierdo, pero siempre regreso a mi esencia,
en cada palabra, en cada gesto, en cada canción.
Venezolana, aunque lejana, mi tierra es mi bandera,
y en este rincón del mundo, sigo buscando mi voz.

Soy hija del sol ardiente y de las montañas verdes,
nacida en la tierra que sabe de lucha y de fe.
Y aunque el viento me arrastre hacia tierras ajenas,
mi corazón se queda en Venezuela, donde siempre estará.

Aquí, en este nuevo hogar, sigo siendo la misma,
pero con la fuerza de mil tormentas y sueños rotos.
El miedo nunca desaparecerá por completo,
pero la esperanza es un río que no dejaré de navegar.

En cada paso que doy, construyó una nueva raíz,
una raíz que brota desde el dolor, pero hacia el amor.
Y aunque la patria se haya desvanecido en el viento,
la lucha por ella sigue viva, en cada pensamiento.

**María Guedez**

**¡Qué difícil el español!**

La casa, la casa dulce está a miles de kilómetros de distancia... Un nuevo país con un idioma incomprensible está en el horizonte. Bueno, y en consecuencia, curiosas situaciones en las que me encuentro. Aquí hay algunos episodios divertidos que espero disfruten.

Episodio uno. Mercadillo. Quiero comprar un vestido de verano. Elegí un maravilloso vestido blanco largo. Me vestí, me queda precioso, como una rosa de mayo. Miro al vendedor y le digo: «Por favor, necesito un esposo». Veo una mirada perpleja y entiendo que no me entendió. Vuelvo a repetir mi petición, lentamente, mirándo a los ojos. El resultado es el mismo. Me cambio al lenguaje de señas. Y solo después de eso, el vendedor respiró aliviado y dijo que no tenía un espejo. Pues piénsalo, mezcló «esposo», «espejo».

Episodio dos. De repente, los españoles vinieron a visitarme. Y les pregunto cortésmente, ¿tienen hambre? ¿Quieren una tortilla con guantes? Y de nuevo, una mirada cautelosa, desconcertada... Muestro huevos y una bolsa de guisantes congelados. «Vaya, una tortilla de huevos con guisantes.» dijeron sonriendo y declinaron cortésmente.

Y es mejor evitar palabras como «pollo», «cajón» por completo.

En esta difícil lucha por la lengua española, a veces te sientes como un débil. En ucraniano, esta palabra significa idiota. Pero sigo creyendo que llegará el momento y las nubes de mi ignorancia se derretirán, y mi habla en español puro fluirá para alegría mía y de los que me rodean.

**Olga Gordiyenko**

# "Al final,
# no te sientes
# ni de allá
# ni de acá"

**Mi identidad, mi casa, mi lengua**

"Al final, no te sientes ni de allá ni de acá", me decía mi abuela cuando le contaba mis planes de migrar. Ella lo sabía bien. Nació en Tenerife, pero la vida la llevó a Venezuela, donde construyó un hogar, una familia, una nueva historia. Y sin embargo, siempre sintió que una parte de ella se había quedado en aquella isla que dejó atrás.

Yo vine a España a los 24 años, llevando en mi maleta algo más que ropa: traía recuerdos de mi infancia, el sonido del Caribe en mi acento, el aroma del café que mi abuela preparaba cada mañana. Vine buscando oportunidades, buscando un futuro, pero también sabiendo que dejar atrás un país es como dejar atrás una parte de uno mismo.

Madrid me recibió con su bullicio, con su prisa y con su acento diferente. Al principio, me descubrí tropezando con palabras que allá significaban una cosa y aquí otra. Me reía cuando me preguntaban si "cogía" el metro o si quería "una caña", porque en mi Venezuela esas frases tenían otro sentido. Poco a poco, fui aprendiendo a traducirme, a moldear mi voz para encajar en una ciudad que ahora llamo hogar.

Pero la voz de mi abuela sigue resonando en mi mente. A veces, cuando camino por las calles de Madrid, me pregunto si ella sintió lo mismo al llegar a Venezuela. Si alguna vez miró el mar y pensó en el Atlántico que la separaba de su tierra. Si alguna vez, como yo, sintió que su identidad era un puente entre dos mundos.

Hoy sé que ella tenía razón: a veces, no te sientes ni de allá ni de acá. Pero también sé que eso no significa estar perdida. Significa ser parte de dos historias, llevar en el corazón dos maneras de ver el mundo. Mi identidad no es un solo lugar, ni una sola lengua. Es el eco de mi abuela contándome historias de Tenerife, es mi acento que se mezcla con el madrileño, es la certeza de que pertenezco a donde mis palabras encuentran hogar.

**Yessica Socorro**

**Mi viaje a España**

Desde pequeña mi suelo era viajar a Europa, pero no tenía destino entre el planeta y España. Fue con el tiempo y la escuela y el aprendizaje que pude elegirlo. Fue gracias al colegio, que me había enseñado a amar el idioma español que era parte de mis clases particulares, siempre tenía buenas notas en clase. Había una serie que se llamaba «Patito feo» que veía todas las noches; empujó a mis profesores españoles incluso a pedirme que viniera a estudiar aquí. Por eso, cuando tuve la oportunidad de viajar a España por mar, ni lo dudé. Durante el viaje fue duro pasar ocho días en el mar sin dormir, pero gracias a Dios estoy sana y salva.

Desde mi llegada aquí a España me han abierto la mente la diferencia de los platos de comida, la cultura, el idioma, la forma de vivir y de vestir; a donde vaya me adaptaré rápido porque así es la vida para mí. No importa el color de piel, los orígenes porque todos somos humanos, entonces lo que importa es tener buen corazón y aceptar la filosofía de cada individuo. Volvamos también a Dios. Mi última palabra es que, si quieres ser respetado, debes aprender a respetarte a ti mismo.

En el mundo con tus ojos es mil veces mejor que cualquier sueño. Emile Zola decía que «nada desarrolla la inteligencia como viajar». Es un placer compartir mi viaje con vosotras.

**Fatou Binetou**

Mi nombre es Yenny, y esta es mi historia. Soy venezolana, y como muchos conocen, mi país ha atravesado una crisis económica severa por años. En 2017 tomé la difícil decisión de emigrar, buscando ofrecer una mejor calidad de vida a mis hijos. Despedirme de mi familia fue desgarrador. Años después, regresé a Venezuela, esta vez con un propósito diferente y urgente: salvar la vida de mi hijo Diego Tua, quien sufre de insuficiencia renal.
Diego había llegado a la etapa más crítica de su enfermedad. Aunque las diálisis lo mantenían, su única esperanza era un trasplante de riñón, algo inalcanzable en Venezuela debido a la precariedad del sistema de salud. La vida de mi hijo estaba en riesgo, y en medio de esta realidad, mi familia y yo nos propusimos llevarlo a España en busca de una oportunidad para salvarlo. Sabíamos que era una meta difícil; había muchos obstáculos económicos y políticos, pero nuestra fe y amor nos mantuvieron firmes.

Desde octubre de 2024 trabajamos arduamente para conseguir el dinero necesario, empezando por los pasajes. Fue un esfuerzo titánico, pero finalmente logramos reunir lo indispensable. Sin embargo, viajar en diciembre resultó complicado; los boletos eran costosos y difíciles de conseguir. Aun así, encontramos una fecha para partir: el 31 de diciembre. Esta decisión nos llenó de nostalgia, pues significaba despedirnos en un día tan significativo. Decir adiós a mi hija y mi nieta fue profundamente doloroso, pero sabíamos que este sacrificio era por el bien de Diego.

El día del viaje, salimos temprano desde Valencia hacia Caracas. La tristeza nos invadía, pero la esperanza de un futuro mejor para mi hijo nos impulsaba. Al llegar al aeropuerto, enfrentamos un retraso que nos obligó a pasar la noche en un hotel. Finalmente, el 1 de enero de 2025, partimos hacia España. Fue un vuelo lleno de incertidumbre, especialmente porque Diego llevaba tres días sin diálisis, lo que ponía en peligro su salud.

Al llegar a España, nos entregamos a la migración, solicitando protección internacional y ayuda humanitaria. Gracias a Dios y a la solidaridad de muchas personas, Diego recibió atención médica inmediata, lo que nos devolvió la esperanza. Cada sacrificio, cada lágrima y cada momento de miedo han valido la pena. La tristeza de dejar atrás a mis otros hijos y a mi nieta sigue siendo profunda, pero estoy convencida de que todo es por un bien mayor.

Hoy seguimos con fe en Dios, creyendo que Diego tendrá su trasplante y que su salud será restaurada. Mi mayor sueño es verlo sano, feliz y viviendo una vida plena, sin depender de una máquina para sobrevivir. Esta es mi historia, la historia de una madre venezolana que lo dio todo por amor a su hijo.

**Yenny Servet**

# Sabes quién soy?

Soy una voz que clama en el desierto,
Soy un grito ahogado en un lamento,
Soy aquella mujer que ora y llora en silencio.

Sabes quién soy? Una de tantas féminas que ha emigrado y se encuentra en este cuento,

Quién eres tú ? Es lo que advierto en las miradas de las personas que día a día me encuentro,
Miradas tímidas, o con miedo, también con reconocimiento, identificando otra emigrante en este contexto.

Sabes quién soy? Soy esa mujer, madre, esposa y abuela que te quiere hacer saber con este poema,
Que un día en el año veintidós nos acostamos todos
Y sin terminar la noche, nuestra vida cambió como el sonar de un po, pum, pum, tra, tra, tra, así explotó
Ya no éramos los mismos, mi familia y yo, todo cambió; y como dice en Job, quedamos mis hijos y yo para contarlo.

Nuestras lágrimas nadie mira,
Nuestros gemidos nadie escucha,
Nuestro dolor se los traga la tierra,
Y es que somos miles y miles todos los días

En este mismo proceso.

Cuándo cambió la vida? Nos preguntamos cuando firmamos y firmamos un nuevo documento.
El primero para la hoja blanca en espera de un nuevo proceso; por favor, por favor clamamos en silencio,
Que nos elijan para un lugar seguro y poder dormir abrigados y olvidar

Olvidar qué, quién soy?Mira lo que dice este nuevo documento,
Nos aferramos a él con la esperanza de un nuevo amanecer y nos decimos podremos empezar de nuevo.
Gracias a Dios y al apoyo que voluntariamente nos ofrecen las ONG,
Nos reciben , nos ubican, nos abrigan,nos guían y protegen, muchas gracias.

Pero después vuelve el síndrome del desasosiego.
Cambiaron los decretos y ahora que haremos?
Solo voces sin olvido, clamando en el desierto incierto de nuestra desesperación,
en un hermoso país que nos abrió las puertas y que por tiempo hemos depositado en el fondo de nuestro ser el dolor y la desesperanza, que nos hizo venir aquí; reconociendo que no tenemos a dónde ir, sino a los pies de Nuestro Señor Jesucristo.

Muchas gracias a todas las ONG que nos han protegido y cubierto, como también a aquella personas que se cruzaron en nuestro camino para bendecirnos.

Nos quedan las voces sin retorno; Voces Sin Olvido,
Voces que nos recuerdan que nos cambió la vida.
Estamos vivos mi familia y yo, aquí en este país y ese es el mejor regalo que nos ha dado Dios y la vida.
Para terminar qué tenemos que decir: tumben ese nuevo decreto, este es nuestro nuevo sentir.

**Hesaida Ardila Orozco**

**Raíz en otros suelos**

Entre suramericanos, nos ayudamos... La frase que me dijo Eduardinho antes de irme del lugar que fue casa los últimos cinco meses, porque, otra vez, no encajé. Sabiendo, entre los dos, que hay lazos invisibles que nos unen, lejos de casa.

Y, una vez más, sentía que una parte de mis raíces buscaba desesperadamente brotar.

Entre los Bye, Adeu, Agur, Ta luego, Hola, Bienvenida, Hi, Kaixo, el recuerdo se convierte en hogar, y aparece la obsesa búsqueda de querer conectar, de poder llamar a este frío Madrid hogar.

La lengua nos une, dicen, pero, aunque usamos el mismo código, hay algo que no permite que mis raíces puedan brotar.

Miro el cielo de Madrid,

miro a la luna de Madrid,

miró las estrellas de Madrid,

respiró el aire de Madrid.

¿Y si quitamos Madrid?

Es eso: el cielo, la luna, las estrellas, el aire Todo del mismo mundo. Es el mismo cielo de mi país, las mismas estrellas, el mismo aire, la misma luna, pero no mi suelo, no mi gente, no mis conexiones.

Y así, en medio de la contradicción de: este suelo me hace crecer, pero es el mismo que va agujerando el centro de mi tronco, el mismo que hace que mis raíces busquen nutrientes desesperadamente, que mis hojas busquen la luz, que mis tallos busquen soporte.

Aun así, mis flores brotan en medio del desgarre entre mi suelo y mi yo En Madrid.

Bien decía mi abuela: Las flores más bellas crecen en la adversidad, y yo, con los daños y años, aprendí que los versos más bellos fueron escritos por los más rotos, los raros, a esos que llaman locos, pero al mismo tiempo quienes entendían la felicidad, veían los detalles, sabían lo que significaba, porque el caos fue maestro.

Y así veo cada detalle de lo cotidiano, cada persona, cada lugar, y aunque mis raíces ya no están

en el mismo suelo, otras emergen, frágiles al principio, pero aprendiendo a sostenerse.

Así, sintiendo el clásico cliché. Nunca lo había sentido, solo lo había leído.

No soy de aquí ni soy de allá.

A veces echando raíces, a veces viento errante a la sombra del desencaje.

Soy de mis huellas, de los hilos que me tejen,

de los nombres que pronuncio y los que me pronuncian.

De mi país en otros suelos.

Dejando semillitas de curiosidad, y

brotando en cada encuentro.

**María Fe Gonzales**

# MIGRACIÓN Y RECUERDOS

Desde que tomé la decisión de migrar he tenido que superar muchas pruebas. La primera vez que dejé mi hogar, mi corazón estaba muy dolorido. Difícilmente se puede entender lo que es dejar el lugar donde nacimos, crecimos y vivimos durante tantos años; nunca es fácil.

La migración no es solo un cambio del lugar, sino también un cambio emocional y mental, que involucra a todo tu ser. Ha habido muchos momentos en los que he echado de menos a mi tierra, la voz de mi madre e incluso los sabores de mis comidas locales, pero ¿qué se puede hacer, excepto tener paciencia y resistencia?

La noche, en la que dije adiós a mis padres con los ojos llenos de lágrimas, no tuve ni un momento para despedirme de otros miembros de mi familia. Los ojos también llorosos de mis padres, quienes me abrazaban fuertemente, me desearon éxito y me dijeron: “Ve, hija mía, hasta la próxima vez. Cuídate en nuestra ausencia".

Desde que dejé mi casa y a lo largo del viaje soporté dolores y dificultades inolvidables como el dolor de perder a varios de mis compañeros, viéndolos caer de las altas montañas llenas de espinas y piedras al vacío, mientras gritaban: "¡Ayuda! ¡Ayuda! y nosotros impotentemente solo podíamos ver el horror, sin poder hacer nada por ellos. O aquellos ojos llenos de lágrimas de los niños, que ni siquiera tenían fuerzas para llorar, golpeados por los traficantes de seres humanos y sufriendo por un pedazo de pan.

Estos dolores y recuerdos están grabados en mi mente y sé que estarán conmigo para siempre.

Hasta que recibí la buena noticia del gobierno de España diciendo que me acogían. Ahora cada día lucho para encontrar mi lugar en esta nueva cultura. Sin duda, este viaje me ha transformado, pero aún me siento sola y pienso si tomé la decisión correcta o no, si he logrado encontrarme a mí misma en esta nueva tierra.

La migración no es solo huir de los problemas, y tampoco una elección deseada, si no una necesidad de sobrevivir y tener una vida mejor. Las lágrimas empañan mis ojos. Creo que soy feliz aquí, pero en mi corazón, cada día y en cada momento, están los recuerdos de mis padres. Mi madre que siempre estuvo a mi lado para abrazarme y allanar mi camino en la vida, y mi padre que con su voz siempre me decía: "Hija, cualquier problema pasará". Aquí me aferro a su recuerdo, incluso cuando la distancia nos separa por miles de kilómetros. Agradezco a Dios que, a pesar de la distancia, aún puedo escuchar en mi interior sus dulces voces, aunque nada pueda reemplazar el tacto de sus manos cálidas y llenas de amor.

Me acuerdo de mi tierra, de sus calles, de los sonidos agradables y hasta de las voces de la gente de mi barrio, tan familiares. Pero la vida de un migrante siempre es así, una nostalgia eterna en el corazón que siempre te acompaña.

**Hanifa Hussaini**

**¡HACIA**

**OBJETIVOS**

**DESCONOCIDOS!**

Era de noche. Lejos de casa y de los recuerdos, avanzábamos hacia lo desconocido en medio de la oscuridad. Nuestra casa en Kabul tenía cuatro pisos y vivíamos en el último piso. Ese día, estábamos en la casa de la esposa del tío de Ali, que vivía con su familia en el primer piso, preparando la cena. De repente, se escucharon voces de la gente desde las calles; hablaban aterrorizados sobre la entrada de los talibanes en Kabul, incluso en los callejones más lejanos de Dasht-e-Barchi.

Miramos las noticias con desesperación. Las imágenes de personas huyendo de Kabul fueron lo último que vi en la televisión de mi propia casa. Momentos después, Yasin llamó con voz temblorosa: «Kabul ha caído. Tenemos que huir lo antes posible. ¡Prepárate!» Rápidamente recogí algunas prendas y documentos esenciales y esperé a Yasin. Cuando llegó, decidimos lanzarnos hacia lo desconocido; el comienzo de un viaje lleno de peligros e incertidumbre.

De noche, junto con la familia del amigo de Yasin, nos dirigimos hacia Kandahar. El llanto silencioso de los niños era el único sonido que nos acompañaba. Después de horas de hambre y sed, encontramos una tienda y compramos un poco de pan seco y agua. Al llegar a la frontera, había una gran multitud intentando cruzar.

Yasin cruzó la frontera con Fatimah y Zahra, pero Ali y yo no lo logramos. Cruzar la frontera con tanta prisa era extremadamente difícil para una mujer embarazada, así que pasamos la noche allí. Al día siguiente, volvimos a intentarlo, pero la policía pakistaní nos golpeó brutalmente y nos obligó a regresar. Ya no podía soportar ver las lágrimas de Ali. Decidí intentar otro camino. Coordiné con los contrabandistas y, pagando una gran suma de dinero, nos pusimos en marcha en la noche por una ruta diferente.

Al amanecer, nos reunimos con Yasin y los niños, y partimos hacia Quetta. Llegamos a Quetta de noche, pero no había ningún lugar donde quedarnos. Las mezquitas y hoteles estaban llenos de refugiados. Nosotros también pasamos la noche en un rincón de una mezquita. Al día siguiente,

fuimos a casa de un conocido y nos quedamos allí un tiempo. Poco a poco, con la ayuda de amigos, conseguimos una pequeña casa y compramos lo esencial.

Pasaron días llenos de dificultades hasta que finalmente recibimos buenas noticias del gobierno español. La aceptación de nuestra solicitud de asilo fue un rayo de esperanza, pero también trajo preocupación. Nos preocupaba no tener suficiente dinero para comprar boletos y visas. Con la ayuda de amigos y conocidos, logramos reunir el dinero necesario.

Ahora estoy aquí, en España. Cada día trato de adaptarme más a la cultura y al nuevo entorno. Todos saben que la migración es difícil y amarga, pero lo más doloroso es la nostalgia por mi patria y mi familia. Pero no queda otra opción que tener paciencia y perseverar.

**Saliha Hussaini**

**La ola del cambio**

La vida a veces se parece al océano: tranquila, pero impredecible. Un día, una ola de cambio me cubrió por completo, arrastrando todo lo que conocía y consideraba familiar. El país que fue mi hogar quedó atrás. Cambió el idioma en el que pensaba y hablaba. Las personas que alguna vez fueron parte de mi historia se convirtieron en recuerdos distantes.

Al principio fue difícil. Este nuevo entorno me resultaba extraño, las palabras torpes y la soledad insoportable. Pero la vida no pregunta si estás listo o no. Simplemente te pone ante los hechos: adáptate o rómpete.

Con el tiempo, todo cambió. No mejor ni peor, simplemente diferente. Aprendí a ver oportunidades donde antes solo veía pérdidas. Nuevas personas, nuevas conversaciones, nuevos valores, todo poco a poco se convirtió en parte de mí. ¿Se hizo más fácil? Tal vez. ¿Me arrepiento? No.

Quizás ya no sienta con la misma intensidad aquellos momentos que antes me llenaban de emociones. Pero eso no significa que hayan perdido su significado. Simplemente, yo he cambiado.

Soy una pequeña Ucrania, Svitlana, que camina con el corazón abierto hacia lo nuevo. ¿Fueron estos cambios para bien? Quién sabe. El tiempo pondrá todo en su lugar. Pero sé una cosa con certeza: la elección siempre ha sido y será mía. No hay culpables ni responsables, solo la responsabilidad ante mí misma.

**Svitlana Pylypenko**

**DONDE HABITA EL SOL**

El día que partí, el sol se escondió. O tal vez fui yo quien dejó de verlo. Mi madre jura que, cuando el avión despegó, la luz la cegó por un instante. Pero yo solo sentí el peso de mi maleta y de todo lo que no cabía en ella.

Dicen que la identidad es un hilo que nos ata a la tierra que nos vio nacer, pero yo lo sentía tensarse alrededor de mi cuello cuando el avión alcanzó el cielo. La distancia pesa más cuando no solo dejas calles y nombres atrás, sino también una lengua que empieza a sonar ajena en tu propia boca.

En España, el sol es otro. Se cuela entre las persianas, baña plazas con su fulgor dorado, pero su calor no es el mismo. Aquí mi acento es un susurro que tropieza con sílabas desconocidas, una melodía que a veces desafina en la conversación. ¿Cuánto tiempo pasará antes de que mis palabras se deslicen sin miedo, sin delatarme?

Me llamo Sol, como la estrella que guió a mis ancestros, pero a veces me siento eclipsada. Me dicen que la identidad es un puente entre lo que fui y lo que seré, pero ¿y si el viento lo desmorona? ¿Y si, al cruzarlo, me convierto en alguien que ya no reconoce su reflejo?

Escribo para recordar. Para que las palabras sean raíces que me anclen a mi historia, aunque mi cuerpo camine lejos de casa. Escribo porque mi voz aún tiembla cuando intento contarla en voz alta. Escribo porque a pesar de ser una adulta y estar al otro lado del mundo, aún me siento como aquella pequeña niña que ha llegado de la selva a la capital y, cuyo dejo si ha de salir, nunca es sin una burla y un par de lágrimas evocando lo otrora llamado hogar.

Me han dicho que practique frente al espejo, que la costumbre vencerá el miedo. Pero el miedo no es al escenario, sino a que la historia se pierda en el eco de generaciones que olvidaron de dónde vinieron.

A veces sueño con volver. Con pisar la misma tierra y sentirla bajo mis pies como si nunca me hubiera ido. Pero el regreso es un espejismo, porque nadie vuelve siendo el mismo. Lo sé.

Y sin embargo, cada día, cuando el sol se asoma entre los edificios de esta nueva ciudad, me

aferro a la certeza de que, en algún lugar, al otro lado del océano, alguien más lo ve y piensa en mí. Porque mi hogar no es solo un lugar. Es una sensación, un aroma, una voz que pronuncia mi nombre sin titubeos. Y mientras el sol siga saliendo, sé que aún hay un camino que me une a lo que soy.

**Intabay Hualpa Vega**

**Mi Identidad, Mi Hogar, Mi Lengua**

¿Qué es lo que realmente define a una persona? ¿El lugar donde nace, el idioma que habla o los valores que lleva dentro?

A veces, la vida nos obliga a renunciar a todo lo que poseemos; como un niño acosado que se aferra al regazo de su madre, nos encontramos abrazando tierras desconocidas en busca de consuelo. Y, de repente, nos descubrimos comenzando desde cero. Como un bebé atrapado en el cuerpo de un adulto, con una sensación claustrofóbica, sin palabras, sin la capacidad de expresar lo que sentimos o necesitamos.

Tratar de comprender es difícil, pero no ser comprendido consume aún más energía. Las diferencias culturales, los malentendidos, las etiquetas impuestas, pero, ¿y si aprender un nuevo idioma no fuera una carga, sino un regalo, una oportunidad?

A veces, empezar de nuevo es una segunda oportunidad; es la posibilidad de limpiar nuestro pasado, borrar nuestros errores y reconstruirnos en un lugar donde nadie conoce nuestros fracasos. Tal vez cada idioma nos ofrezca una identidad diferente. Muchas personas multilingües dicen que su personalidad cambia según la lengua en la que hablan porque aprender un idioma no es solo memorizar palabras, sino absorber la esencia de una cultura, atreverse a cambiar nuestra manera de ver el mundo.

Ser inmigrante no es solo adaptarse a un nuevo país, es también aprender a mirar la propia cultura desde la distancia. Este reflejo unas veces es positivo; otras, no tanto. Al observarme desde fuera, vi mis propios límites, la pequeñez de mi mundo anterior. Y, al ver mi país a través de los ojos de los demás, comprendí que eran otras narrativas las que me definían.

Me sorprendió ver cómo los medios retrataban mi cultura. Me desconcertó que personas al otro lado del mundo creyeran conocer mi país sin haber pisado nunca su suelo.

Creía que no me importaba cómo me definieran los demás. Pero en esta nueva tierra me descubrí diciendo «No, mi país no es así», «No, nuestra cultura no es como la describen», «No, nuestro idioma no es solo lo que aparece en una enciclopedia». Y fue entonces cuando entendí que el sentido de pertenencia es un hilo invisible, tejido en lo más profundo del ser humano.

Ser inmigrante no es solo trasladarse de un lugar a otro; es un viaje entre la identidad, el hogar y la lengua. Un camino que a veces nos divide, a veces nos une y otras nos reconstruye. En este proceso, aprendemos a extrañar lo que dejamos atrás, a abrazar lo nuevo y, sobre todo, a reinventarnos.

Al final, comprendemos que nuestra identidad no está solo en un pasaporte, que nuestro hogar no es solo una dirección y que nuestro idioma es mucho más que un conjunto de palabras. Nuestra identidad es lo que llevamos en el alma, nuestro hogar es donde encontramos un verdadero sentido de pertenencia y nuestro idioma es siempre el lenguaje del amor, del compartir y del encuentro en un punto común.

**Aylin Okdere**

**LEJOS DE CASA, CERCA DEL CORAZÓN**

Me gustaría compartir con vosotros los momentos difíciles y esperanzadores que viví al dejar mi país de origen, Senegal, para llegar aquí a España. Dejar mi tierra fue un acto de valentía y de dolor, un adiós de despedidas silenciosas y sueños aún por construir.

Mi historia comienza en Senegal, país de África occidental donde las sombras del sufrimiento conyugal marcaron mis días, robándome la paz, pero no la esperanza. No entraré en detalles, pues el dolor se reconoce en los silencios más que en las palabras.

Este sufrimiento conyugal me inspiró a zarpar hacia España, a enfrentar la incertidumbre del mar con un sueño por convertir en realidad. El riesgo en el viaje y la esperanza de llegar, juntos me guiaron hasta desembarcar.

Tan pronto como llegué a la costa española, inmediatamente comencé a sentir alivio con una cálida bienvenida por parte de los guardacostas y de la Cruz Roja Española. Manos extendidas, miradas comprensivas, voces que acogían con calidez.

Además, esta acogida sigue siendo evidente en el presente. La vida en un centro de acogida, donde encontré no solo refugio. Se nos trata con atención, respeto y educación.

Echando la vista atrás, no solo veo el dolor y el sufrimiento vivido, sino la fuerza y valentía que me impulsó hasta aquí, España. España ha sido más que un destino, ha sido la esperanza puesta en el destino.

Por mi experiencia, estoy verdaderamente agradecida al Estado español que alimenta esta esperanza y con ello mi corazón.

¡¡¡Gracias a todos!!!

**Wouly Ndiaye**

**LA TIERRA PROMETIDA**

Cuando abro los ojos, veo que, aún, me encuentro en el mar a la deriva.

En el bote.

Sentía dolor en mis piernas y hombros y, no tenía manera de mirarme la cara.

Mis labios descamados.

Que el solo imaginarme, lloraba desesperadamente,

por la impotencia.

Orando y pidiéndole a Dios

que me diera una señal,

hasta que la vi.

Oh, Dios, a lo lejos, alcanzaba a ver

débilmente una palmera

cargada de cocos.

Y lo más hermoso,

el milagro más bello:

tierra.

**Yormaris del Carmen Contreras Lombo**

**Camino a lo desconocido**

Nuestra vida se dividió en antes y después en un terrible día de invierno, cuando comenzó la guerra. El antes era nuestro hogar cálido y acogedor en nuestra ciudad favorita, las cenas en familia, los paseos con amigos, la risa de mi hija y la seguridad total en el futuro. Hacíamos planes, soñábamos, creíamos que lo mejor estaba por venir. Pero, en un instante, todo cambió. Explosiones, miedo, caos y de repente nuestro después se convirtió en una realidad donde lo único que importaba era sobrevivir.

La guerra llegó de repente, sin advertencia. El estruendo de las explosiones rompió el silencio de la mañana, y nuestra querida ciudad se convirtió en un lugar de miedo y sufrimiento. No había tiempo para pensar, tenía que salvar a mi hija. Con prisa, hice una maleta, metiendo en ella nuestra vida. Lo más difícil fue mirar a los ojos de mi pequeña cuando preguntó: "Mamá, ¿qué está pasando? ¿Volveremos a casa? ¿Veré a papá?" Y yo no tenía respuestas. Todo era incertidumbre.

Nos fuimos entre lágrimas. Abracé a mi esposo sin saber si nos volveríamos a ver. Mi hija agarraba su mano con fuerza, sin entender por qué teníamos que separarnos. Pero no había opción: la seguridad de mi niña era lo más importante.

Llegamos a Polonia. Pasamos varios días esperando, buscando respuestas sobre qué hacer después. El tiempo parecía haberse detenido. Pero entonces tomamos una decisión: España. No sabía qué nos esperaba allí, cómo nos recibirían, dónde viviríamos. Solo confiaba en que era el camino correcto.

Y lo fue.

Desde el primer día, nos rodearon personas amables y generosas. Nos ayudaron en todo: alojamiento, documentos, comida, palabras de apoyo. No nos sentimos extranjeras. Nos acogieron, nos dieron la oportunidad de empezar de nuevo.

Con el tiempo, el miedo fue desapareciendo. Nos dieron un hogar, mi hija comenzó la escuela. Volvió a reír, a jugar, a ser una niña. La miraba y comprendía que lo más importante era que estaba viva, sana y feliz.

España se convirtió en nuestro hogar. Aquí hay paz, tranquilidad y seguridad. Estamos profundamente agradecidas con este país por todo lo que ha hecho y sigue haciendo por nosotras. Estamos reconstruyendo nuestra vida y sé que lo mejor aún está por venir.

**Natalia Hridchyna**

**MI AROMA**

El café de mi tierra humea

en mis manos, afuera, la lluvia

golpea los tejados de barro.

Cierro los ojos y escucho

el eco de mi nombre.

**Yosdith Carol Murillo Olarte**

**Del miedo a la esperanza y nuevas oportunidades**

El 24 de febrero de 2022, mi vida se dividió en ANTES y DESPUÉS. En mi querida Ucrania empezó la guerra.

No voy a esconderlo, antes de ese día tampoco todo en mi vida era perfecto, había muchas cosas que mejorar, pero al menos estaba en mi país, en mi entorno.

Durante mucho tiempo pensamos si debíamos irnos o no, pero en ese momento, el miedo y la preocupación por mis hijos guiaban mis decisiones. Cuando llegó el momento de decidir si salir del país, sentí un impulso dentro de mí: ¡tenía que hacerlo!

Fue muy triste dejar mi tierra. Cuando cruzamos la frontera, las lágrimas corrían por mis mejillas sin parar. El viaje no fue fácil

Cuando llegamos del aeropuerto, nos recibió el cálido sol de marzo en España. Y lo más bonito fue el cariño y la amabilidad de las personas que ya nos esperaban allí. Eso me dio mucho calor en el corazón.

Unos días después, mis hijos y yo nos unimos al programa de la Cruz Roja, y así comenzó nuestra nueva historia.

Hubo momentos de estrés, desilusión, apatía y cansancio, pero también hubo curiosidad, inspiración, admiración y una inmensa gratitud.

Al principio, a muchos ucranianos nos dolía escuchar la palabra refugiado. Antes solo la habíamos oído en las noticias y no tenía un significado positivo para nosotros. Y ahora, éramos refugiados. Fue difícil aceptarlo y entenderlo. Pero es la realidad de la vida.

Aun así, estos años han estado llenos de emociones, aprendizajes, experiencias nuevas, encuentros inolvidables y aventuras. No hay palabras para describir lo valioso e interesante que ha sido este periodo para mí.

Desde el primer momento empecé a estudiar español, a conocer la cultura y la mentalidad de este país. ¡Me encanta este idioma! Es melódico, interesante y, en general, no tan difícil. Me fascina cómo en España se valora la naturalidad, la sencillez y la autenticidad. Se nota en la forma de hablar, en las expresiones, en el día a día y en las tradiciones.

Es cierto, extraño mucho mi país, mis costumbres, la comida, a las personas que piensan como yo y que hablan mi idioma. Mi hija mayor, después de casi tres años, sigue luchando con la depresión por el cambio. Mi hijo extraña a sus amigos y sueña con estudiar en una escuela ucraniana.

Pero, a pesar de todo, veo el lado positivo de esta situación. Es una experiencia que nos hace crecer y nos enriquece. Al principio decía que en Ucrania estaba en mi país y en mi ambiente, pero ahora, después de casi tres años, ya no me siento tan extraña en España. Poco a poco, sigo conociendo esta cultura y a su gente, y quiero aprender aún más. La verdad, disfruto este proceso. Amo el idioma español y las costumbres de la gente.

Además, aquí tengo tiempo y oportunidad para pensar hacia dónde quiero ir en la vida, crecer como persona y descubrir cosas nuevas. Mis hijos también están adquiriendo un valioso aprendizaje: un nuevo idioma, nuevas formas de comunicarse y la experiencia de vivir en un ambiente diferente.

No sé qué nos deparará el futuro. Prefiero no planear demasiado, porque la vida ha demostrado ser impredecible, y eso la hace interesante. No podemos saber qué pasará mañana, pero sí podemos aceptar y disfrutar el momento "Aquí y Ahora".

**Olesia Shyshova**

**Icterus Icterus**

Un pequeño Turpial nació en un hogar lleno de amor, acompañado de toda su familia, pero en un entorno perjudicial para un ave tan diminuta como ella, sin embargo, nunca imaginó que su temor la llevara a volar tan lejos.

**Paola Smith Vitoria**

Mi historia comenzó en 1985 cuando nací. Mis padres trabajaron toda su vida, tenían dinero en sus cuentas bancarias.

Nací en los años 90, después del colapso de la Unión Soviética. En esta época, un día se despertaron y se dieron cuenta de que todo el dinero había desaparecido. No había dinero en la cuenta bancaria. Entonces mis padres tuvieron que trabajar sin salario y nuestra abuela nos traía comida.

Tuvimos que ahorrar en todo. Aun así, tuve la oportunidad de estudiar y obtener la diplomatura como técnica y una maestría en economía. Trabajé en un banco y formé una familia con dos hijas. Luego creamos una empresa familiar.

Pero todo se derrumbó en febrero de 2022, cuando Rusia invadió Ucrania. Creamos un búnker en el sótano de un edificio nuevo donde instalamos electricidad e internet. Con los rusos acercándose a Kiev, había un gran peligro para los niños y decidimos sacarlos de Ucrania.

Una noche, el padre de mis hijos me preguntó si quería ir a España y acepté. A través de otras personas contacté con la Cruz Roja, organización que nos ayudó mucho y nos fuimos a España. Aquí conocí verdaderos amigos que me ayudaron en situaciones difíciles.

Ya en España me di cuenta de que, debido a reveses inesperados y preocupaciones sobre el futuro, tenía dificultades para aprender el idioma e integrarme en la sociedad. Con el tiempo encontré trabajo en una floristería donde trabaja gente increíblemente agradable.

En este viaje de la vida, experimenté la muerte de ambos padres, la traición, la pérdida de todo, la depresión y la soledad.

Esta es mi experiencia de vida.

Pero aun así seguimos viviendo.

**Iryna Turchak**

**VIAJE SIN RETORNO**

Me han dicho que debo irme y que tengo 24 horas
Que al comandante guerrillero he mentao y que no tengo escapatoria
Siendo mujer me he atrevido a denunciar los abusos,
violaciones y masacres que ellos mismos han cometido

Al principio no entendía
qué era lo que ocurría
ni por qué me han declarado objetivo militar
si lo único que hacía era salir a protestar

Preparamos la maleta
Que no nos cabía nada
Y en ella depositamos toda la ropa mojada
Trasportadas en carretas para evitar la emboscada

Sallimos a media noche
Como unos fugitivos
Usando nuestros disfraces
Para no caer cautivos

En una lancha me llevaban y lágrimas me corrían
Cuando las olas saltaban como que se despedian
Y en mi pecho yo sentia que cada minuto moria
Pero este seria un viaje que nunca retornaria

Dejar mi tierra, mi casa, mis enseres y canastos
Pero lo que mas duele es haber perdido las fuerzas
para denunciar los actos que hacen esos chivatos
pero de que me ha valido si llegaron las amenazas

Llegó la decisión más dura
Porque en Colombia recorría huyendo de la armadura
Que nos quitara la vida
Y con eso sólo ganamos muchos meses de agonía

Era tanta la incertidumbre
Que para dónde cogía
Y cada vez más confundida y nada que decidía
Si en Canadá o en España me refugiaría
Y más peso tuvo la lengua, la comida y la ideología
Porque los derechos humanos España los defendía

Llegamos al aeropuerto de Barajas y Alicante
Y yo parecía un muerto al pasar extranjería
Porque si éramos devueltos la guerrilla nos mataría
Y hasta ahí llegó nuestra vida

Nos cogió el ayuntamiento y a un refugio nos llevaron
Y sintieron en carne propia todo nuestro sufrimiento
Ropa y alimento nos donaron y muchas lágrimas secaron
Y, al final, nuestros lamentos entendieron.

Estuvimos en condición de calle
Deambulando sin rumbo fijo
Apareció la policía por un pequeño detalle
Porque si los veía caía desvanecida
y nadie se imaginaba el pánico que sufría

Venimos de tierras lejanas cargados de muchos miedos
Donde no llega El Estado y “ellos” hacen presencia Con
cultura de marimba y al ritmo de currulaos
Y como cantan las mujeres llenas de melancolía

En más de 1 año hemos recorrido, calles, carreteras y ríos
Casas, lotes, montes, albergues y lugares de acogida.

Esperando la respuesta si nos aprueban la estadía
Porque con asilo en España es que nos protegen la vida
Así no tendremos miedo por si nos devolvían.

**Carmen Escallón**

**No hagas planes, tu vida cambiará por completo en un solo día.**

Cuando era una niña leí muchos libros dónde la vida del personaje principal pasaba por grandes cambios. Nunca pensé que la mía sería así.

Un día la guerra empezó y mi vida quedó completamente destruida. Muchas dudas, perder todo lo que teníamos, un miedo enorme...

Y aquí estoy, en un país maravilloso. Con mucha gente amable, pero en un mundo completamente desconocido. Sin dinero, sin pasado y sin ningún plan de futuro. Sin conocimiento del idioma y con una herida sangrante en el corazón.

Tenía muchas ganas de volver a Ucrania, pero la única razón que tenía importancia en este momento era la seguridad de mi familia, de mi hijo, de mi hermana y de mi madre. Mi familia me ha dado la fuerza que necesitaba.

Comencé a aprender a vivir de nuevo, sintiéndome como una niña pequeña, pero con toda la responsabilidad por el bienestar de mi familia.

Lo más difícil era, ni esta nueva responsabilidad, ni la nueva lengua desconocida, ni la necesidad de aceptar el hecho de que lo habías perdido todo y nunca lo recuperarías, sino los pensamientos de otras personas alrededor de que el motivo principal de tu mudanza a España era la búsqueda del dinero u otros beneficios en la Unión Europea, y no un refugio y seguridad.

Recuerdo las palabras de una profesora del colegio de mi hijo: tu hijo debería ser más agradecido y responsable, pero él como todos los extranjeros es estúpido.

Y recuerdo los ojos de mi hijo, los ojos asustados por la noticia del bombardeo nocturno del pueblo donde viven su abuelo y sus amigos...

Es difícil aceptar que no hay garantías en tu vida, es difícil mantenerse optimista cuando llegan noticias terribles de tu país, es difícil empezar desde cero otra vez, pero la vida no me da otras opciones.

Sigo adelante con la cabeza bien alta, intentando no pensar en el pasado, preparada para nuevos descubrimientos en un país magnífico, y confiada en todo lo bueno que me espera mañana.

**Svitlana Klevets**

## *Raíces en el viento*

Nunca imaginé que tendría que dejarlo todo: mi casa, mi escuela, mis recuerdos. Más de veinte años de trabajo como profesora, enseñando a los niños a leer y escribir, sembrando el futuro en mis aulas. Pero un día, ese futuro se desvaneció. Cuando los talibanes tomaron mi ciudad, el miedo se convirtió en sombra. Ser mujer en Afganistán siempre fue difícil, pero ahora era una condena. Con cuatro hijas a mi cargo, no podía quedarme. No podía permitir que crecieran en un mundo donde sus voces fueran silenciadas, donde su educación fuera un delito.

Huir no fue una elección, fue una necesidad. Abandoné mi hogar, mis libros, mis sueños. Dejé atrás cada rincón que construí con esfuerzo, cada objeto que daba sentido a mi vida. La escuela donde trabajé durante dos décadas, donde cada pizarra guardaba mis palabras, se quedó vacía. Y yo, con el alma rota, me convertí en refugiada.

Ser refugiada no es fácil. Empezar de cero es un desafío constante. El idioma, una barrera que aún siento, me recuerda que soy extranjera. El trabajo, tan difícil de encontrar, se ha vuelto una montaña que debo escalar. Adaptarme a una nueva cultura ha sido doloroso.

El primer año fue el más difícil. Sufría en silencio, enfrentando problemas de salud mental. La soledad y el miedo me pesaban más que cualquier otra cosa. Mis hijas también sufrían. A veces no sabía cómo seguir adelante. Pero algo cambió. Decidí que no podía rendirme. No podía dejar que el dolor me definiera. Tenía que seguir luchando, no solo por mí, sino por mis hijas, por un futuro mejor.

Empecé a estudiar el idioma, a adaptarme, a reconstruir mi vida paso a paso. Cada día fue un desafío, pero también una pequeña victoria. Ahora, en este nuevo capítulo, estoy aprendiendo a adoptar este hogar. Conociendo personas increíbles, haciendo nuevos amigos que me han ofrecido su apoyo. Cada amistad, cada sonrisa compartida, me da fuerzas para seguir adelante. Aunque todo es nuevo, poco a poco voy encontrando un lugar donde puedo ser yo misma, donde mis hijas y yo podemos crecer y sanar.

Hoy, aunque aún enfrento muchos obstáculos, sigo adelante. Mi identidad sigue siendo la misma: mujer, madre, profesora. Pero ahora, soy también una refugiada, una mujer que ha renacido de las cenizas de su pasado, con la esperanza de construir un futuro para mis hijas y para mí. El camino sigue siendo difícil, pero cada paso me acerca más a un futuro donde podamos vivir en paz, donde mis hijas puedan estudiar, crecer y ser libres.

No sé si algún día podré regresar, pero sé que, aunque me hayan arrancado de mi casa, nunca podrán quitarme lo que realmente soy.

**Afsana Qalanawi**

Cambiar de país, nueva forma de vivir y sueños por cumplir, son nuevas costumbres, nueva cultura y también nuevas ilusiones.

Tuve que salir de mi hermoso país, por la mala administración de los gobernantes, cada día estaba peor: mucha inseguridad en las calles, pobreza, sin libertad de expresión, desempleo. Yo siendo madre soltera, me sentí aterrada por no poder cubrir las necesidades de mis niñas, no tenía estabilidad laboral y ya vivíamos una situación muy precaria con muchas carencias. Con un poco de temor, pero con firmeza decidí tomar otro rumbo, empacamos nuestra vida en unas maletas con mucha ilusión, llegamos a otro país maravilloso, que nos abrió sus puertas.

Me quedo sin palabras para agradecer todo el apoyo que me han brindado, me hacen sentir nuevamente feliz. Ver la carita de felicidad en mis niñas es algo que no puedo explicar. Hoy, podemos caminar seguras, con la alegría de sentir que tendremos un futuro mejor.

**Alejandra Hernández Cisneros**

# historia de houda

En este día decidí vaciar mi corazón, o parte de la vida de Houda, en este pequeño documento. Hola, soy Houda. Tengo 18 años. Mis logros actuales no son grandes, pero mis logros en la vida me dieron forma y me distinguieron. Soy una persona fuerte y paciente, pero eso no significa que no esté llorando. Lo que me distingue es que mi debilidad es solo entre yo y yo, que nadie ve a porque la sociedad tiene dificultades para entenderte, así que ¿por qué debería mostrar mi debilidad? No me traen nada más ni me benefician en absoluto. Aprendí este año, exactamente 2024, que tengo que confiar en mí mismo a pesar de las dificultades. Es mejor que sentir una carga sobre algunos. Bueno, bueno, te contaré algunas cosas que la vida me ha enseñado. No los considero problemas, sino lecciones de vida. Gracias a ella, aprendí aunque me doliera. Hace exactamente 18 años fui creado para esta vida y a partir de aquí comenzó una historia, mi familia estaba emocionada de verme como un recién nacido en una familia, pero desafortunadamente fue una noche trágica para ellos porque no fui creado con buena salud, tenía una discapacidad en mis pies, Después de seis meses, tuve una operación pero un problema más en mi pie aumentó debido a la mala medicina en Marruecos (error médico). Un médico salió con mi madre y mi padre, quién quería verme sano por mí y el miedo de mi madre a mí es doloroso de ver en los ojos de tu madre la tristeza por ti y su sufrimiento contigo , y dijo que desafortunadamente la operación no funcionó, porque el médico que realizó la operación por mí era un principiante, Desafortunadamente, un país que no me compensó, sino que me descuidó más durante 13 años, y sufro de dolor y de la falta de éxito de las operaciones, pero por fallar cada vez más y no ser alto como otras personas, mi altura era de 1,40 cm, y en proporción al dolor de una sociedad que no sentí hasta los 15 años. Empiezas por entender las palabras hirientes de la gente , la discriminación, el racismo y el pensamiento de una sociedad, pero siempre distinguía por la energía de la positividad y la paciencia . Siempre quise ver una sonrisa en la cara de los demás, incluso desde que tengo un conflicto entre yo y yo, Siempre fue una sonrisa en mi cara y esperanza en mis ojos. Fui un apoyo para mí mismo y la energía de lo positivo para mí mismo. Esto no significa que no llore, pero no quiero que mi debilidad sea vista por los demás excepto por mí mismo en mi habitación y mi almohada en medio de la noche. Nadie me ve porque no puedo soportar sentir lástima por mí o escuchar una pobre palabra, una sociedad que es difícil de entender tu tristeza y paciencia, pero los se compadecen en ti , no ven el lado positivo de ti paciencia y ...., En este año 2024, tuve éxito y tome un bachillerato a pesar de una condición de salud 4 operación es que no me impidieron descuidar mis estudios. También aprendí que confío en mí mismo y me amo en cada situación. Aprendí a defenderme porque nadie piensa como piensas en ti mismo, solo veo algún dolor y también una sociedad en todos los casos hablarán de ti, pero amor, lo mismo es más importante que todo, la esperanza y no renunciar a todas las dificultades y la fuerza que no significa que estés de una piedra, Llora, vacía en tu corazón, pero no muestres a la sociedad un lado débil en ti, sino sé un modelo a seguir para las mujeres que vienen. Sé fuerte para ti mismo. Sé una lección para ti mismo. Recuerda siempre que puedes empezar de nuevo como yo. Empecé este año de nuevo. Emigré a España para recibir tratamiento en un país seguro y estudiar para lograr mis sueños. Desde aquí comenzaré una nueva página...

***El éxito solo lo logran aquellos que siguen intentándolo con una visión positiva de las cosaso***

**Houda el Yaakoubi**

## Dicotomía

Llevo conmigo las voces de dos lejanos mundos.

En mí fuero interno surge el eco de una tierra agreste, un susurro, un recuerdo , una nostalgia de mi hogar. En mí lengua plañidera que es de tribu, que es de selva, guaraní ancestral, el canto es letanía, canta a su pena, eleva su plegaria al supremo Tupã de su creencias. Mi lengua sabe a flor de coco, a chipa, a tereré y Ñandutí. ¡Sabe a tierra colorada y sabe tanto a mí!

Es mi lengua de partida, mi lengua originaria montaraz, nómada indómita.

Chiripá, pluma y lanza.

Mi otra lengua es romance, es de Castilla, de Cervantes.

Estoy en la Madre patria, entiendo su exotismo, aunque para ella soy inmigrante, una extraña. Llevo en mi mente y en mi sangre el alfabeto de España.

Percibo su paisaje, tierra de Reyes, castillos y palacios. Mares de azules infinitos, reliquias suntuosas, monumentos colosales.

Asombra tanta belleza, cultura, diversidad étnica.

A veces intimida, a veces enorgullece, a veces soy un poco de España, a veces en soledad soy de mi patria lejana.

Este vivir en dos tonos, en dos timbres, en dos lenguas, vibra en mí interior una fusión, una amalgama.

Soy de aquí, soy de allá, soy nativa, soy inmigrante, soy dos en vez de una aunque a veces soy ninguna y a veces soy parte de todo el mundo.

***María Estelia Gonzalez***

**CONMOCIÓN. ESPERANZAS**

Mi nombre es Svetlana. Soy de Ucrania.

Mi familia vivía en la ciudad de Odessa.

El 24 de febrero de 2022, a las cinco de la mañana, el estruendo de las explosiones rompió el silencio.

Todo a su alrededor parecía irreal. ¿Es realmente una guerra?

La dura verdad llenó nuestras almas de frío invernal.

Sí, esto es la guerra.

El tejido fino y delicado de una vida pacífica quedó hecho jirones.

Nos convertimos en refugiados.

Las pruebas parecían interminables, llenas de ansiedad e incertidumbre.

El camino nos llevó a España, a la isla de Mallorca, a Palma.

La Cruz Roja de Mallorca nos tendió una mano, nos dieron refugio, comida, cuidados y atención.

Este es el verdadero humanismo. Lo recordaremos con gratitud toda nuestra vida.

El hielo de mi alma empezó a derretirse. Miramos de cerca el nuevo mundo que nos rodea.

Todo parecía inusual: el idioma, las calles, incluso el aire.

Un discurso desconocido sonó por todos lados, suave y melodioso.

¡El español sonaba increíble!

Surgió el interés: ¿quiénes son estas personas, cómo viven, con qué sueñan?

Nos enamoramos de los españoles con todo el corazón: gente de gran amabilidad y tolerancia.

Mi familia y yo comenzamos a crear un nuevo lienzo de vida pacífica.

Empezamos a aprender español con interés y entusiasmo.

Viviendo en Palma, noté que muchas españolas tienen peinados originales.

El cabello que contienen está retorcido en las más finas espirales. Delgado y miniatura.

Se forman muchas de estas espirales y forman un peinado ligero y esponjoso.

Lo cual se ve muy bien.

Poco a poco comencé a hablar español.

Y el misterio de estos peinados me interesó mucho.

En conversaciones supe que todas estas mujeres con peinados originales nacieron en Mallorca.

Son lugareños.

Admiré este cabello. Nunca antes había visto rizos tan miniatura.

Pero no entendí la razón de esto.

¿Quizás esto sea el resultado de la conquista de la isla por los árabes y la mezcla de genes de diferentes pueblos a lo largo de los siglos?

¿O algún tipo de mutación insular local?

¿O quizás este sea el gran secreto de los peluqueros locales?

No lo sé exactamente.

Lo principal es que poco a poco mi español va mejorando.

Me gusta hablarlo.

Conocí españoles, argentinos, peruanos, venezolanos y muchas otras personas de países de habla hispana. ¡Y nos entendimos!

Vi cuántas personas en el mundo están unidas por el idioma español.

¡Qué maravilloso es cuando algo une a las personas y no las separa!

Un lenguaje común hace posible escuchar muchas voces diferentes.

¿Qué pienso ahora sobre el misterio de los hermosos mechones de cabello? Probablemente cada uno tenga su propia versión.

¿Te gusta viajar? Ven a Mallorca.

Cuando admire la belleza de la isla, pasee por las acogedoras calles, entre en las tiendas y siéntese en los cafés, mire más de cerca.

Definitivamente notarás mujeres encantadoras con peinados que tienen muchos mechones finamente retorcidos.

Este pelo es como la espiral más fina del código genético de la isla de Mallorca.

**Svitlana Olshanska**

Hoy quiero compartir un poco de mi historia, desde Afganistán hasta España y los obstáculos que he superado.

Soy S. una chica afgana. Tengo diecinueve años y llevo casi diez meses viviendo en España.

Afganistán es un país donde las mujeres nunca han tenido muchos derechos, pero poco a poco las cosas estaban mejorando, hasta que la sombra oscura de los talibanes cayó sobre Afganistán.

Todos estaban preocupados y estaban huyendo de este grupo. Decidimos quedarnos en nuestro país. Algunos pensaron que esta vez los talibanes no serían como hace veinte años, pero esta vez procedieron con un plan completamente sistemático.

Al principio no se centraron mucho en los temas de las mujeres, pero poco a poco, desde 2021 hasta ahora, han impuesto más de 800 leyes duras para las mujeres afganas. Pero a pesar de esto, seguí estudiando en un centro educativo de mi cuñado, allí, además de estudiar, realizábamos actividades para defender los derechos de los niños y mujeres. Mi cuñado era profesor y activista civil.

Hasta el día en que los talibanes cerraron el centro educativo y luego mi cuñado desapareció. Entonces, tuve que ir a otro centro educativo llamado Kaj. Allí, a pesar de que los talibanes vinieron varias veces y nos dijeron que no debíamos estudiar, seguimos adelante, pero se dieron cuenta de que estábamos decididos a hacer esto, y finalmente, para detenernos, un viernes, mientras más de quinientas personas estaban tomando un examen en la clase, hicieron explotar nuestra clase. Cuando abrí los ojos por un momento pensé que estaba muerta, que todo había terminado. Todos mis seres queridos vinieron a mi mente, y sobre todo, extrañé a mis padres, que habían ido a Pakistán porque mi madre tiene una enfermedad muy grave y no los había visto en un mes. Despues vi que tenía heridas muy graves, no podía levantarme. Con ayuda , me llevaron fuera de la clase, pero recuerdo todos los detalles. Fue muy difícil, no podía ayudar a mis amigos. La clase se estaba quemando, olía a humo y sangre. Mis amigos estaban en malas condiciones, heridos y martirizados, pedazos de cuerpos de mis amigos y libros empapados de sangre...

Estaba en el hospital cuando mi hermano vino a verme con los ojos rojos. Él también estaba muy afectado por este incidente, había estado buscando hospitales para encontrarme y había visto muchas cosas.

Los hospitales no pudieron tratarme, hasta que finalmente uno de ellos aceptó operarme. Después de diez días y dos cirugías fui a presentar el examen, en muy malas condiciones, pero aun así, fui aceptada en la carrera de Ciencias de la Computación con una nota alta. Después de eso, me mudé a Irán, para otra cirugía.

Después de todos esto vivir en Afganistán era imposible para mi, y finalmente logramos venir a España mi madre y dos de mis hermanos, pero el resto de mi familia todavía vive en condiciones difíciles en Afganistán.

Desde el día en que llegué a España, me siento segura y libre, pero hasta ahora mi vida está incompleta. Todavía siento que la mitad de mi ser se ha quedado en Afganistán con mi familia y las

mujeres afganas, hay que decir los hombres tampoco tienen muy buenas condiciones.

En España, también nos enfrentamos a problemas como aprendizaje del idioma, la vivienda y el hospital. Mi madre va constantemente al hospital y finalmente se enfrenta a una cirugía muy difícil y está en una muy mala condición física y mental. Con todas estas distracciones, no tengo suficiente concentración en el idioma y mi vida personal. Aprender el idioma también es un problema muy grande, ya que el persa y el español no tienen ni un solo punto en común. Aquí, he empezado todo desde cero y ahora estoy en una situación incierta, no veo nada de mi futuro, no sé qué haré. Es muy difícil para alguien dejar su casa, familia, amigos, país y todo, no por deseo, sino por necesidad. solo puedes llevar una maleta contigo, cuyo peso también está limitado a veinte kilogramos.

Pero como sabemos, lo último que muere en un ser humano es la esperanza, y yo espero que algún día mi madre recupere su salud completa, que estemos todos juntos como familia, que pueda proporcionarles una vida digna en España, y además, ser una esperanza para las chicas de mi país que realmente están viviendo en una situación difícil y oscura.

La vida es dura, pero tenemos que ser más duros que los problemas de la vida.

Finalmente, quiero agradecer a los organizadores de estos programas del país de España por crear oportunidades para nosotros.

Hasta pronto.

Un abrazo.

**Muzhgan Mohammdi**

Nací en Kabul en una familia pequeña. Mi infancia fue tranquila, pero todo cambió gradualmente. La

guerra en Afganistán comenzó y su pesada sombra cayó sobre nuestras vidas. Sin embargo, todavía podíamos ir a la escuela. Estaba en séptimo grado y tenía quince años cuando los talibanes llegaron a Kabul y nos cerraron las puertas de la escuela, y mis sueños de infancia de estudiar se derrumbaron. Mi padre estaba enfermo y siempre deseé ser algún día médico y encontrar una medicina para su dolor. Pero por miedo a los talibanes, me vi obligada a casarme con un hombre de 30 años que era estudiante de la Universidad de Kabul y con quien teníamos una gran diferencia de edad, era un hombre muy amable y compasivo y es veterinario. Nuestra vida juntos estuvo llena de muchas dificultades. El primer año de nuestra vida, mi esposo fue muy acosado por los talibanes. Ya no podíamos soportar estas condiciones. Cuando mi hija tenía 3 meses, decidimos refugiarnos en Irán. Vivimos seis años en Irán y tuvimos una vida difícil allí. Con la primera caída de los talibanes, regresamos a Kabul. Cuando regresé, mi padre había fallecido, una pena que siempre está en mi corazón y que me consume poco a poco, no pude ser doctora y hacer una medicina para él, pero de todos modos tuve una vida más tranquila y tuve ocho hijos. Unos años después, todo cambió de nuevo y los talibanes volvieron a Afganistan, justo cuando mi hija mayor era estudiante de derecho y mis otras hijas estaban en clases con 12, 8 y 6 años les cerraron las puertas de la escuela. Ver esta situación fue muy doloroso para mí. La misma pesadilla de mi adolescencia se repitió, es decir, ver que mi destino se repetía para mis hijas. Esta vez por mis hijos, de tanta tristeza y preocupación, enfermé y los médicos de Kabul dijeron que fuera a Pakistán para recibir tratamiento. Estuve dos años en Pakistán y me operaron cada 3 meses, y el costo de cada operación era de 1500 $ y tuvimos que vender todas nuestras posesiones y también pedimos dinero prestado a amigos, pero mi salud no se recuperó por completo y cada vez que iba a Pakistán sin visa era muy doloroso. Cada vez pasábamos una semana en la frontera de Pakistán, en el frío y el calor al aire libre, no teníamos dinero para un hotel y esperábamos el permiso para entrar en Pakistán. En uno de estos viajes, justo cuando me operaban en Pakistán, el centro educativo donde estudiaba mi hija fue atacado y mi hija resultó gravemente herida. Cuando escuché la noticia, regresé a Kabul de inmediato, pero durante diez

días los médicos no me permitieron ver a mi hija. Su estado era grave. La llevamos a Irán. Después de dos meses y varias operaciones, su salud regresó y regresó a Kabul, pero aun así no pudo olvidar esas horribles escenas. La vida en Afganistán se volvió insoportable para ella.

Finalmente, tomamos una difícil decisión y para salvar a mi hija y a mi hijo, que estaban en gran peligro, emigramos a España. Separarme de mi casa y de mi familia fue la decisión más difícil de mi vida. Desde el momento en que salí de Kabul, mi corazón permaneció entre aquellos a los que me vi obligada a abandonar. Mi hijo de 5 años, mi hija de 9 años y 3 hijas más y mi marido, con los ojos llenos de lágrimas y la garganta llena de sollozos fuimos a Irán y de nuevo me operaron 3 veces en Irán y llegamos a España con muchas dificultades. Los primeros días en España fueron difíciles y llenos de nostalgia. De nuevo la operación en España y las continuas pruebas y la lejanía de mis hijos me quemaban por dentro. Todas las noches me dormía con las fotos de mis hijos, me despertaba con sus voces en mis sueños. En este país extranjero, la única esperanza en el futuro me mantiene viva. Los médicos en España dijeron que se avecina una gran operación y muy difícil, estoy cansada de todas estas operaciones que he tenido en estos años, ya no me quedan fuerzas, pero ya no solo me preocupa mi salud, estoy luchando por mi familia. Hace dos años que no veo a algunos de mis familiares, especialmente a mi hijo de 5 años, pero el sonido de sus risas aún vive en mis oídos. Todos los días espero un mensaje o una llamada de ellos y me deprimo y también tomo antidepresivos. Aunque el camino por delante está lleno de dificultades, pero con el corazón lleno de esperanza, espero el futuro, que algún día nos reunamos de nuevo, ese día las heridas de mi corazón se curarán y volveré a experimentar una verdadera sonrisa.

Sufro las desigualdades sociales entre hombres y mujeres que existen en Afganistán y en el mundo, y estoy muy interesada en ayudar a las mujeres en esta dirección. A todos los que me escuchan tengo un mensaje, la vida es dura , pero tú debes ser más resistente.

**Sajeda Siddiqi**

**ALBÓNDIGAS DE LA ABUELA CHINA**

En la cocina donde el reloj dejó de girar, la abuela Lin transformaba la harina en milagros. "La masa debe contener tres respiraciones", decía amasando nubes tibias, mientras yo espiaba cómo los copos de nieve se pegaban a la ventana como arroz desperdigado.

Sus dedos, surcados de historias, guiaban los míos al rellenar: "Pollo picado bailando con jengibre, cebollín fresco como el rocío". Cada pliegue era un susurro: "Así abrazamos la suerte". Al hervir, los dumplings flotaban como linternas celestiales.

"El secreto está aquí", decía rozando mi nariz enharinada, dejando una estrella blanca. Al morder, el caldo caliente llevaba sabores de tardes de cuentos y canciones arrulladas por el viento del norte.

Hoy, cuando la nieve vuelve a pintar Shanghai de algodón, mis hijos repiten el ritual con dedos torpes. La receta sigue viva: media taza de paciencia, una pizca de risas, y todo el amor que cabe en doce pliegues perfectos.

¿En marcha para crear tu propia constelación comestible?

**Chua Hua Sun**

**HOGAR, DULCE HOGAR**

A cualquier lugar que nos lleve el camino, siempre regresamos a nuestro hogar. No en vano la gente dice: "Es bueno estar fuera, pero aún mejor estar en casa". Y eso es verdad. Es en casa donde te sientes en paz y seguro. El lugar donde creciste y pasaste la mayor parte de tu vida seguirá siendo tu talismán hasta tu vejez. Esos muros que te protegieron en tu infancia, del viento que azotaba con fuerza fuera de la ventana, de la lluvia que inundaba y empapaba todo a tu alrededor, excepto a ti. Estas imágenes permanecerán en tu memoria para siempre.

Esos momentos de felicidad cuando por la mañana encontrabas un regalo debajo del árbol de Navidad que habías decorado apenas unos días antes y esas lágrimas que derramabas cuando el árbol se ponía amarillo y tenía que irse a vivir al jardín. Estos muros protegerán tu historia.

E incluso cuando tu cabello se vuelva completamente gris y te olvides de todo en el mundo, regresar a tus muros nativos rejuvenecerá tu alma y te hará comprender que estás a salvo.

Mi casa, donde he pasado la mayor parte de mi vida, está en un pequeño pueblo en el oeste de Ucrania. La casa donde crecí nos la dejó mi bisabuela y vivimos allí con mis padres y mi hermano. Mi pueblo, es mi verdadero hogar, porque allí transcurrieron todos mis años de infancia y de escuela, con los que guardo los mejores recuerdos. Recuerdo cómo en primavera, todo nuestro jardín estaba cubierto de césped verde, y en el jardín de flores cerca de casa, las campanillas de invierno son las primeras en florecer, seguidas de los narcisos y los tulipanes. Me encanta esta época del año. Mis padres todavía se dedican a la agricultura y la agronomía, ya que no hay otra forma de ganar dinero en los pueblos de Ucrania. Se dedican principalmente a la cría de cerdos, la venta de leche de vaca y también tienen conejos, gallinas y patos. El terreno está plantado de patatas, remolachas, calabazas y grandes arbustos de frambuesas. Desde pequeños, mis padres nos enseñaron a mi hermano y a mí a trabajar y ser disciplinados, y siempre con gusto les ayudamos. En Ucrania, es costumbre que los niños mayores de 18 años aprendan a construir su propia vida y ganar dinero por sí mismos, y los padres, por supuesto, les ayudan con esto y les sugieren la mejor manera, pero no de forma intrusiva. Actualmente mi casa, donde vivimos mi marido y yo, está aquí en Madrid, ya que la situación en Ucrania no es muy buena ahora mismo

debido a la guerra. Decidimos comenzar nuestra vida de nuevo en un nuevo país y ciudad donde esperamos eventualmente tener nuestra propia casa y un nuevo hogar.

Aunque probablemente siempre tendremos nuestro corazón y nuestra alma en el lugar donde crecimos, en nuestra Ucrania natal, para la que, por desgracia, los tiempos no son los mejores ahora.

**Inna Boiko**

**Escribiendo en la oscuridad**

Tras caer Kabul en manos de los talibanes, lo único que me hacía sentir mejor era escribir. Cada día escribía sobre la pérdida, el miedo y el peso de empezar de nuevo una y otra vez. Escribir se convirtió en mi forma de escapar, de dar sentido al caos, en un modo de aferrarme a los pedazos de vida que habían sido desperdigados de un día para otro.

¿Cómo resurge uno de las cenizas?

Esa pregunta resonaba en mi mente mientras intentaba recomponerme en un lugar desconocido.

En mi escritura documento mi dolor, mis miedos y las pequeñas victorias que vinieron con la resiliencia.

Estas palabras guardan no solo recuerdos, sino la prueba de que, en los momentos más sombríos, uno puede hallar la luz a través de la narración de historias.

Escribiendo me niego a permanecer en silencio, preservando el pasado mientras me aventuro a dar un paso hacia el futuro.

Es un día frío y lluvioso. Sentada bajo el soportal con una taza de café, rememoro los años pasados con sus días buenos y malos en mi país.

Las dificultades ya existían incluso antes de mis años de estudiante. Las migraciones involuntarias, y cómo todo el mundo, sin quererlo, acabó separándose. Los familiares fueron enviados a un país o a otro, anhelando un reencuentro imposible.

Como cientos de afganos, estoy lejos de mi familia y mis amigos en un país extranjero. Aunque trato de convencerme de que alguna vez me reuniré con ellos, en lo más profundo de mi ser siento que no hay esperanza.

La caída de Afganistán no fue solo la caída de un país, sino también la de toda esperanza, la de tantas vidas, la de una generación y sus deseos, sin opción alguna de hacerse realidad.

Quizás nadie mejor que los migrantes pueda entender la dureza de perderlo todo y tener que empezar de nuevo desde cero.

Ya no puedes vivir en tu casa, trabajar en tu oficina o comer en el restaurante donde solías comer. No puedes ver a la persona a la que amas y no puedes cumplir tus sueños.

Nada de esto es fácil, no es soportable.

Nuestro país nunca fue pacífico. Era un lugar de guerra, inquietud, explosiones y suicidios, pero, aun así, a veces podíamos, tener un respiro, salir con amigos, dar un paseo, tomar café en una cafetería.

Ahora todo ha terminado. Despertamos una mañana habiendo perdido todo: nuestra patria, nuestra vida y a nosotros mismos. Tuvimos que encontrar un lugar donde escondernos para escapar de la muerte.

En el fondo éramos chicas, las más vulnerables de todos.

Los que gobiernan nuestro país son enemigos de las mujeres y las niñas. Sus primeras declaraciones fueron sobre prohibir la educación de las chicas y forzarlas a seguir el código islámico de vestimenta y restringir el movimiento de las mujeres.

¿Quién podía imaginar que, después de veinte años de presencia extranjera, nuestro país caería en manos de los tiranos del siglo?

¿Quién es el responsable?

**Nayel Manizha**

**CAMBIO DE VIDA**

Imagina a un niño de un año,

se ríe cuando lo lanzas al aire

porque sabe que lo atraparás.

Esto significa confianza.

Cada noche, nos vamos a la cama

No tenemos certeza de que mañana por la mañana

Nos levantaremos vivos, pero sintonizaremos el reloj

para mañana.

Esto significa esperanza.

Un día, todos los aldeanos decidieron orar

para conseguir lluvia. En el día en el que todos

se reunieron para orar, un niño llevaba un paraguas con él.

Esto significa fe.

**Farzana Mosavi**

**Entre idiomas y patrias:**

Una mañana cálida de primavera estaba sentada en la terraza de mi pequeña casa, tomando mi café español cortado, esta escena no era familiar para mi años antes, cuando estaba en Jartum rodeada de voces que entiendo y con el olor del café sudanés con cardamomo. Pero la guerra lo cambia todo. Repentinamente, me vi en un viaje forzado a España, un país que nunca creí que iba a ser mi nueva casa.

Cuando llegué a Madrid todo era raro. El idioma era una barrera para mí, todas las personas corrían y la vida me pareció muy ruidosa. Repetía las pocas palabras que conocía de las películas españolas y de la guía de viajes.

El idioma era horror para mí, y cada frase que me escuchaba era como olas que rompen en la enormidad de su extrañeza.

En los primeros meses mi corazón estaba lleno de añoranza, me levantaba de madrugada con escuchando la lluvia y pensando que era el ruido de mi ciudad. La comida también era muy diferente, cambié el kisra y molah por la tortilla de patata y la paella.

Empecé a aprender el idioma en una academia, la profesora hablaba tan rápido que hacía que las palabras se superpusieran como si fuera un río. Al principio me sentí frustrada, pero con el tiempo empecé a encontrar similitudes entre el español y el árabe: azúcar, almohada , berenjena, etc. y esto hizo sentirme mejor, encontré pequeños puentes entre los dos idiomas.

El idioma no son solo palabras, es la llave que me ayudaría a entender a la gente de mi alrededor. Cuando empecé a entender las bromas que mis amigos decían, sentía como si hubiera abierto una nueva ventana con vistas a un mundo nuevo. El idioma español no era solo una forma de comunicación, sino una puerta a la cultura y emociones, a la música española, a las calles con montones de fiestas, a la calidez, y a un nuevo sentido de pertenencia.

Con el paso del tiempo no solo aprendí a hablar español, si no que perdí mi acento árabe. Me hacía mucha gracia encontrarme pensando en español y traduciéndolo al árabe, o cuando hablaba con mi madre por teléfono y cambiaba una palabra árabe por otra en español. Constantemente estaba

comparando los dos idiomas; el árabe es un idioma rico en expresiones emocionales y analogía poética, mientras que el español lleva un ritmo musical que hace que las conversaciones parezcan cortadas por un bailarín. En el árabe, hay amplios espacios para expresar sentimientos de diferentes maneras, mientras en el español ,los frases son cortas y directas, pero tienen una calidez diferente.

Una noche hablando con una amiga y me preguntó:

?¿te sientes española??

Me detuve un momento y contesté: "Me siento de dos mundos"

Ya no era sudanesa cómo antes, pero tampoco era completamente española.

Estaba entre los dos, con el calidez y ternura del Jartum y el ritmo de Madrid, mi historia se cuenta en dos idiomas y se vive entre dos patrias.

**Sara Mohamed**

Hola, me llamo Ahlam, tengo 30 años y llevo tres años y medio viviendo en España con mi marido y mis hijos. Al principio, al llegar aquí, me sentía sola y un poco triste por estar lejos de mi familia, así que hablaba con ellos a diario. No salía mucho porque no hablo español y no puedo integrarme con los españoles porque me cuesta entenderlos. Por eso, me matriculé en un colegio para aprender español con profesores especializados. Al principio me costaba entenderlos, pero empecé a aprender un poco con ellos porque son buenos profesores y me ayudan a entender cada palabra y su significado. Ahora me resulta fácil ir sola a oficinas, administraciones públicas y al hospital, sin necesidad de que nadie me traduzca. Si necesito algo, pido ayuda a mis vecinos sin vergüenza. España es hermosa y muy cómoda porque es un país soleado y activo, y son fáciles de integrar. Si no hablo bien, me ayudan a entenderlos. Puedo salir sola sin miedo, tomar el autobús y el metro con facilidad, y caminar con mi familia a lugares maravillosos. Puedo comprar comida, ropa y otras cosas en grandes y lujosas tiendas. aquí, mis hijos estudian en buenos colegios y aprenden mucho. En cuanto al trabajo, no trabajo, pero si quisiera, seria mucho más fácil encontrar un buen trabajo. Sin embargo, me gustaría aprender mucho español para que mi vida sea más fácil. Este país es mi segundo país. Ya no me siento sola ni aislada allí, y mi futuro y el de mis hijos estarán allí. Lo amo mucho.

**Ahlam Karroum**

**ASERA**

(La hora ha llegado, en lengua Malinke)

Esta es la historia de mi vida, de mi identidad y de mis raíces, las cuales hablan de mi caminar en este mundo: pasado y presente. Lo que cuento va dirigido a todas las mujeres del mundo, por que SOY MUJER.

Dijeron que nunca me casaría.

¿No soy esposa hoy?

También dijeron que nunca daría a luz.

¿No soy madre hoy?

Pensaron que nunca trabajaría.

¿No tengo trabajo hoy?

Creen que no tengo esperanza

Y, sin embargo, aquel que es mi esperanza no defrauda (dios).

¿Por qué preocuparme?

¿Por qué importarme?

¿Por qué llorar?

Porque mi esperanza es el todopoderoso.

Dijeron, dijeron

Sí, siempre lo dirán.

Sé una cosa,

Sepan que es ahora cuando comienza.

Ahora sé que mi alegría de vivir comienza.

Ahora sé que mi felicidad comienza.

Ahora sé que me afirmo como niña, mujer, madre, hermana, esposa, amiga.

Porque Dios dijo:

Sí, él me prometió que mis hijos tendrán éxito,

que ya tengo éxito,

que ya tengo mi ascenso,

que ya tengo su apoyo.

Así que me mantengo de pie, confiada y lista para dar lo mejor de mí,

porque la hora ha llegado.

Mujer, tu eres la que da la vida.

Así que, poco importa lo que hayas pasado o lo que estés atravesando,

debes defender tus derechos.

Ponte de pie conmigo, porque a pesar de lo que estamos pasando no debemos rendirnos.

Sólo mira el honor que el Todopoderoso nos ha dado.

La vida pasa a través de nosotros,

Ya seas madre o no,

Eres una mujer, y en un momento así

Tienes que levantarte y rugir como una pantera

Para proteger a nuestros infantes,

Sí, proteger nuestra descendencia,

Ésta es la misión que nos confió nuestro creador.

Ahora estoy preparada,

Sí, para protegerme a mí y a todas las mujeres,

Sin humillar ni aplastar ni herir,

Porque soy mujer, hija, hermana, madre, esposa, amiga.

No, nada de eso porque soy mujer, hija, hermana, madre, esposa, amiga.

Sí, sé qué educación recibí,

A la que cariñosamente llamo mi reina, mi leona,

Sí, eso es lo que ella es.

Porque ella no se detuvo,

la vi pelear día y noche.

Y por ello no tengo derecho a rendirme.

De lo contrario, toda la lucha que libraron nuestras abuelas y madres sería en vano.

Sí, fui aplastada, humillada verbalmente, violada,

Todo eso por mi debilidad.

Pero ahora tengo que decir y proteger,

Sí a proteger a mis hijos que son mi futuro, mi orgullo, mi trofeo.

Mi razón para luchar.

El Todopoderoso me dio una voz para gritar mi dolor.

Mi pena para reivindicar mi derecho

De ser hija, hermana, madre, esposa, amiga.

Para cantar mi libertad y liberarme.

Sí, el momento ha llegado para mí y para cada hija,

Cada mujer, cada hermana

Cada esposa,

Cada amiga.

Porque el tiempo del Todopoderoso no puede posponerse.

Ahora estoy aquí en España y la profecía se materializa en mí, vengo de Costa de Marfil con mi hija y me siento vencedora del combate que comencé hace tanto tiempo. Soy cantante, coreógrafa y actriz de teatro. Esta poesía es una de las canciones que mejor me representan como mujer ivoriana y africana.

**Therese Keita**

**Aún recuerdo.**

Hecho de menos las lluvias

De mi hermoso país,

La frescura de los callejones húmedos,

Con el olor que me hizo sufrir.

Me faltan las quejas de gente extraña,

Su envidia, su falsedad y bondad,

Las caras a las que les faltaba sonrisa,

Las caras que llevaban dolor.

No encontré el amor, la solución, el camino,

Tenía miedo a lo que vendría,

Me escapé para cambiar el destino,

Los recuerdos de nieve se quedarían.

Añoro todo pero… déjalo,

Me gustaría dejar de pensar,

Tus abrazos son mi refugio fuerte,

Y no sé qué más va a pasar.

**Iryna Nechyporenko**

**LA MIGRACIÓN ME HA HECHO FUERTE**

Dejé atrás mi infancia
Dejé a mi familia
Dejé a mis amigos
Dejé todos mis hermosos recuerdos
Encontré una nueva vida
Encontré un nuevo idioma
Encontré una nueva cultura
Encontré una nueva aventura que vivir.
Tenía que empezar desde cero
Tenía que buscar soluciones
Tenía que integrarme
Tenía que aprender y hablar el idioma.
Para poder mejorar como persona
Para poder ayudar a mi familia
Para buscar un futuro a mis hijos
Para ser valiente, fuerte y firme.
Ahora estoy orgullosa de mí
Ahora tengo ganas de aprender más
Ahora puedo ayudar a mis hijos
Ahora estoy más alegre.
Quiero un futuro brillante
Quiero descubrir más culturas
Quiero conocer a más gente
Quiero viajar a muchos lugares.
Veré a mis hijos en los niveles más altos
Realizaré todos mis sueños
Obtendré la nacionalidad de este hermoso país
Viajaré por el mundo.

**Fatima Boussyf**

**Mi experiencia en España**

Me llamo Ilya Abbad. Soy amazigh de Argelia. Tengo 42 años, dos hijos de 10 y 8 años y una hija de 4 años.

Hablo una mezcla de amazigh y francés como lengua materna. A los 6 años, el año en el que comencé la escuela, descubrí el árabe. Unos años más tarde, ingles. Este último lo perfeccioné después de completar mis estudios superiores a través de una formación privada.

Después de haber obtenido mi bachillerato, elegí estudiar económica y me especialice en finanzas.

Antes de venir a España, trabajé durante 15 años en el campo de la finanza y la contabilidad.

Ahora estoy en España desde 10 septiembre 2024. ¡Soy nueva, lo sé!

En esta segunda parte del texto, me gustaría hablar de mi experiencia en este nuevo país.

Mi familia y yo aterrizamos en un pequeño pueblo llamado Fitero. Al principio, lo que más me gustó de este pueblo fue la calma.

¡Si! La calma que tanto buscaba para distraerme y escapar del estrés que me perseguía por el exceso de trabajo, yo que antes vivía en una gran capital, Argel.

Nuestra llegada coincidió con la celebración de ?La Virgen De La Barda? que dura una semana.

¡Qué alegría, era una fiesta en el pueblo...!

Pasamos una semana de pura felicidad, especialmente con el clima de esta época del año donde hace buen tiempo y sol.

Amazigh: Se refiere al idioma y al pueblo más antiguo que ocupo todo el norte de África.

La fiesta terminó y mis hijos tuvieron que descubrir su nueva escuela.

Efectivamente, descubrimos la escuela, pero sobre todo, descubrí mis límites en el idioma y me di cuenta de que no entendía lo que me decían.

En muchas situaciones me sentí limitada. ¿Cómo puedo ayudar a mis hijos en sus deberes sin el idioma? ¿Cómo puedo comprender el sistema de educación y de salud sin el idioma?...

Entonces me di cuenta de que lo primero que debía de hacer aquí es aprender el idioma, así que me inscribí en clases de español y en club de lectura que me permitió descubrir la literatura española.

No oculto que la barrera del idioma, la soledad y el frio que viene me han hundido en la depresión, pero creo que es normal, porque así es la vida, nos engaña para poner a prueba nuestra paciencia.

¡Esta es una breve autobiografía!

Hoy, estoy mejor, entiendo y hablo un poco más. La prueba es que puedo escribir y participar en un concurso de escritura en español.

Mi principal objetivo en 2025 es añadir el español como el quinto idioma que hablo.

**Ghanima Abraz**

**Decepción**

Soy Laila, apodada "Laila la oscura". Me gusta la soledad y no le temo a la oscuridad. Prefiero estar sola porque todo me parece aburrido y molesto. No siempre fui así, pero hubo una etapa en mi vida que lo cambió todo. Quiero deshacerme del pasado, pero me persigue y habita en lo más profundo de mí. Entre estas paredes llenas de dibujos, expresaba mi tristeza. Este era mi único refugio cuando me sentía mal, porque la tristeza siempre fue mi compañera.

Pasaba mis días dibujando, a pesar de que mi madre intentaba cambiar el color de mi habitación, pero yo siempre me negaba. Quería sacarme de este mundo oscuro, pero yo me sentía cómoda en él. Ya no tenía metas en la vida, no quería ser mejor que nadie ni aspiraba a nada. Encontraba mi paz en pensar, escribir y dibujar. Ese era mi mundo.

Mi padre no trabajaba, pasaba el tiempo en el café, apostando y perdiendo miles de dólares, sin preocuparse por nosotros. Éramos tres hermanos y yo era la mayor. Ahora tengo 19 años. Es la edad de los sueños, el momento en que las personas luchan por su futuro, pero yo había dejado de luchar.

Mi madre trabajaba en un café, y su salario apenas nos alcanzaba para vivir. Todos los días, mi padre le quitaba dinero para comprar alcohol, y cuando no tenía suficiente, la golpeaba. A pesar de todo, ella seguía luchando por nosotros y siempre me decía:

"Hija, quiero que seas mejor que yo. Quiero sentirme orgullosa de ti algún día."

Estudiaba en una escuela lejos de nuestra casa y no había transporte escolar porque vivíamos en un pequeño pueblo sin muchos servicios. Aun así, soñábamos con un futuro mejor. Yo era una estudiante excelente y obtenía las mejores calificaciones. Pasé el primer año de bachillerato con un buen promedio y luego pasé al segundo. Estudiaba con esfuerzo para cumplir mi sueño: ser médica. Era mi sueño y el de mi madre.

Pero todo cambió cuando conocí a Ahmed. Un joven apuesto que entró en mi vida de repente, y

pensé que traía felicidad. No sabía que estaba caminando hacia mi propia destrucción.

Empecé a descuidar mis estudios, pasaba horas hablando con él por teléfono hasta altas horas de la noche. Mis prioridades cambiaron, dejé de asistir regularmente a la escuela y mis calificaciones bajaron. Cuando se acercaban los exámenes, sabía que reprobaría, pero no me importaba. Pensaba que el amor era lo más importante.

Pero de repente, Ahmed cambió. Comenzó a alejarse de mí y ya no respondía a mis mensajes. Sentía miedo, decepción e incertidumbre. Cuando lo enfrenté, me dijo con frialdad: "No tenía tiempo."

Me dejó y se fue.

Mis sueños se derrumbaron, mis aspiraciones se desmoronaron y me ahogué en el arrepentimiento. Cuando salieron los resultados de los exámenes, fueron como esperaba: reprobé. Sentí que lo había perdido todo. Me encerré en mi habitación y ya no podía enfrentar a mi madre. Sabía que la había decepcionado y me odié por ello.

Pasaron los días y mi madre notó mi cambio. Me preguntaba por qué estaba triste, pero no me atrevía a decírselo. Una noche, me abrazó y me dijo: "Hija, pase lo que pase, siempre estaré a tu lado."

En ese momento, supe que necesitaba un cambio, un nuevo comienzo. Decidimos mudarnos a una pequeña ciudad, donde pudiéramos dejar atrás el pasado. La nueva casa no era grande, pero era suficiente para nosotras. Buscaba una nueva oportunidad, una nueva esperanza.

No fue fácil vivir allí, la vida era dura y mi madre no encontraba trabajo rápidamente. Me sentí responsable de mis hermanos. Ya no era una niña esperando dulces ni una adolescente buscando atención. Crecí de golpe.

Después de mucho esfuerzo, encontré un trabajo sencillo en un café y volví a estudiar. El camino no fue fácil, pero valió la pena intentarlo. Aunque no cumplí mi sueño de ser médica, estudié derecho y decidí construir un nuevo futuro.

Pasaron los años, me gradué y conseguí trabajo en una pequeña oficina. Me sentía feliz porque finalmente pude compensar a mi madre por tantos años de sufrimiento. Pasaba la mayor parte

del tiempo con ella, ahora que mis hermanos estaban casados.

Un día, mientras caminaba, vi a un joven apoyado contra la pared, con ropa sucia y aspecto agotado. No le presté atención, pero algo me llamó la atención. Lo miré bien y me di cuenta de que era... Ahmed.

Estaba llorando y, con voz temblorosa, dijo: "Laila... perdóname."

No podía creer lo que veía. El joven que una vez amé, el que era elegante y atractivo, ahora era un vagabundo en la calle. Se acercó a mí y comenzó a llorar: "Mi madre murió, mi padre la mató, luego lo perdimos todo. No pude soportar el dolor y recurrí al alcohol y las drogas hasta acabar aquí."

Por un momento, sentí pena por él, pero recordé cómo me había abandonado, cómo me dejó sufrir sola. Lo miré sin emoción y le dije con voz tranquila: "Yo también lo perdí todo, pero me levanté de nuevo."

Luego me di la vuelta y seguí mi camino, mientras él lloraba como un niño detrás de mí. No me importó. Ya nada me importaba.

Aprendí una dura lección de mi pasado, pero sobreviví. Ahora vivo en paz, en un aislamiento elegido, con mi madre, que ya es anciana. No pienso en el amor ni en las relaciones.

Mi vida estuvo llena de decepciones, pero logré levantarme. Nadie puede borrar el pasado, pero no es el final del camino.

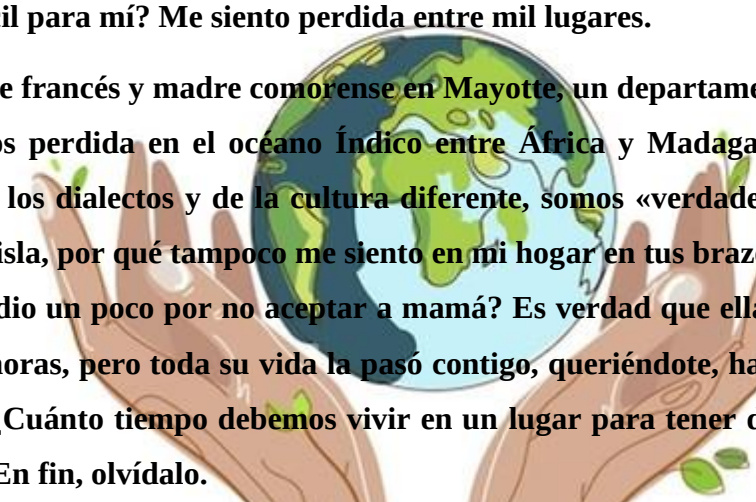
Es solo un nuevo comienzo.

**Yamina Safasif**

*ENTRE TIERRAS Y CORAZONES*

## ¿De dónde eres?

**A primera vista fácil, pero ¿por qué tengo la sensación de que falta algo cuando doy la respuesta única y sencilla «de Francia»? Será por la cara que pone la gente, por las preguntas que me hacen después de mi respuesta o será simplemente porque en mi caso la respuesta es más compleja siendo hija de migrantes nacidos fuera de Europa. ¿Existe respuesta fácil para mí? Me siento perdida entre mil lugares.**



**Nací de padre francés y madre comorense en Mayotte, un departamento de Francia, una isla bien lejos perdida en el océano Índico entre África y Madagascar. A pesar de la distancia, de los dialectos y de la cultura diferente, somos «verdaderos» franceses. ¿Mi queridísima isla, por qué tampoco me siento en mi hogar en tus brazos? ¿Será porque en el fondo te odio un poco por no aceptar a mamá? Es verdad que ella nació en otro país, las islas Comoras, pero toda su vida la pasó contigo, queriéndote, hablando tus idiomas, ¿no lo ves? ¿Cuánto tiempo debemos vivir en un lugar para tener derecho de sentirnos parte de él? En fin, olvídalo.**

**Las personas que pasan su tiempo recordándome que soy extranjera, los nuevos entornos y las personas que han cruzado mi camino serían por algo. He vivido en diferentes lugares, hablando distintos idiomas o intentándolo, adaptándome a costumbres diversas y aprendiendo a moverme entre culturas. ¿Está mal sentir que «pertenezco» a muchos sitios? Debo elegir porque tampoco considero que soy completamente de ninguno de ellos.**

**¿Cómo definir el origen, el concepto de «hogar»? No leas más porque no tengo la respuesta correcta. A veces pienso que mi hogar es al lado de mi familia, más que un lugar concreto. Al lado de la gente que amo, con las personas que he encontrado en diferentes partes del mundo con las que tengo la sensación de comunidad. A fin de cuentas, parece que soy «de todos lados» del mundo, sin que un solo sitio sea capaz de cubrir todo lo que soy.**

**Quizás, entonces, la respuesta a la pregunta ¿de dónde eres? sea una mezcla de todos los lugares donde he vivido y de las personas que he conocido, y que puedo contestar soy «de todas partes» y, al mismo tiempo, «de ningún lugar», porque es lo que llevo dentro. Lo siento, no tiene una ubicación específica.**

**Tassilima Soilihi**

# Cuando el silencio habla

En la oscuridad de la noche, cuando reina el silencio, me siento en el borde de mi memoria y cuento sueños inacabados, aquellos sueños que la guerra durmió en mi interior.

Soy el extraño que cruzó la frontera cargando con una patria llena de recuerdos, buscando la seguridad perdida entre los sonidos de la guerra y el eco de la pérdida. El sonido de mi silencio.

Así comenzó mi viaje y, así, comienza el viaje de todo refugiado; un paso hacia lo desconocido, cargado de recuerdos y nostalgia, lleno de miedo, pero no exento de esperanza.

España me recibió con sus lindos paisajes, su vibrante cultura y su idioma distintivo. Para mí, el idioma es una gran fortaleza que trato de asaltar todos los días. Las palabras salen de mi boca tartamudeando, siento que estoy reaprendiendo la pronunciación y me siento como cuando era una niña pequeña, aprendiendo a hablar en un mundo que no hablaba su idioma.

En las clases de español, me siento entre otras personas extrañas como yo, todos tratando de atrapar las nuevas palabras antes de que se nos escapen. Estudio mucho, leo libros y vuelvo a ver vídeos educativos hasta que se me cansan los ojos y practico conversación con quienes me reciben con una sonrisa o una mirada de curiosidad. Voy despacio, pero sigo adelante.

A pesar de todas estas dificultades, llevo dentro de mí una pasión que brilla cada vez que las dificultades me asfixian. Sueño con dominar este idioma, no sólo para hablarlo, sino también para escribir en él, para contarle al mundo mi historia, es un reto. Quiero demostrarme a mí misma y ante los demás, que soy más que una simple “refugiada” que salen en los periódicos de las organizaciones.

Cada día es una nueva batalla con el miedo a lo desconocido que me espera detrás cada mañana. Me propongo pequeñas metas: superar la barrera del idioma, aprender sobre la nueva cultura e integrarme en ella, encontrar un trabajo que me permita confiar en mí misma y ser parte de este mundo en lugar de permanecer como una extraña al margen.

Y dentro de mí conservo mis sueños como chispas que no se apagan. Sueño con un día en que escriba mi historia completa, no como una víctima, sino como una vencedora que desafió todos los obstáculos para crearse un nuevo camino, porque sé que el éxito nace del vientre del sufrimiento.

Sé que no estoy solo en esta batalla, y que hay otros que han recorrido caminos oscuros y que, al final, encontraron la luz. Creo que rendirme no es una opción y que merezco ser escuchada, respetada y vivir sin miedo con mis creencias, mi sentir, mi cultura y todo lo que me identifica como la mujer que soy.

El camino es muy largo, yo sigo caminando porque la esperanza no sólo es un sentimiento, sino una decisión que he decidido elegir cada día de nuevo.

**Nusaiba Mustafa**

**Me siento así**

Estoy en España, con miedo, por supuesto. No sé cómo está todo en mi ciudad, cómo están mis padres. Allí hay combates, bombas, vidas y edificios en ruinas.

Los merodeadores… esas personas están ganando dinero y suministrando a amigos y familiares, mientras que las casas de quienes se vieron obligados a abandonar sus hogares se quedan vacías. Los residentes que permanecen en Ucrania, como mis padres, no quieren vivir en casas alquiladas y no tienen fondos para comprar una nueva. Viven bajo el fuego, en los sótanos, entre la humedad. El miedo ya no los amenaza: se han acostumbrado.

La esperanza sigue viva en nuestros corazones, pero con cada nuevo ataque llega la comprensión de que estamos perdiendo kilómetros de nuestra tierra y a nuestros soldados, nuestros guerreros siempre valientes y firmes. La vida humana está devaluada. Los gobernantes sacrifican a los pueblos.

¿Por qué estoy en el extranjero? La razón es simple: guerra y caos en mi país de origen. Da miedo volver a tu tierra natal. Allí no hay nada. Toda tu vida está en una maleta. No hay viviendas, el salario no alcanza para vivir, para pagar un alquiler, comida, ropa… La vida hay que construirla desde el principio.

Ucrania ha pasado de ser un país rico y poderoso a un mendigo que regala hasta sus últimos objetos de valor… ¿A cambio de qué?

Mis hijas van a la escuela, son aceptadas por sus compañeros, han encontrado amigos, han podido adaptarse a la sociedad. Resulta difícil empezar la vida cuando ya se ha vivido la mitad y resulta que queda en el pasado. Existe un antes y un después de todo esto, pero es necesario separar las partes para luego poder formar un todo y vivir, para que nuestros hijos no vivan el pasado, sino en el presente.

Los niños se sentirán bien solo cuando sus padres se sientan bien.
¿Podré volver a caminar con firmeza sobre la tierra?
¿Conseguiré mantenerme firme sobre mis pies sin tambalear como un niño?
¿Encontraré apoyo en la comunicación, en el trabajo, para ayudar a mis hijas a ganar confianza?

Debo ser un ejemplo para ellas, sonreír siempre, bromear pase lo que pase. Las mujeres somos capaces de muchas cosas, especialmente las madres. Cuando lo pierdes todo, reconsideras tu vida. Todo aquello por lo que antes te esforzaste pasa a ser secundario. Te incorporas a una vida nueva, desconocida, y paso a paso adquieres conocimientos y emociones placenteras, experiencias y todo lo que necesitas para crearte a ti misma en otro país, en otra cultura.

Este proceso no es rápido, pero sí muy interesante y emocionante. Mi identidad permanecerá conmigo siempre, pero el idioma y el hogar ya están cambiando. Integrándome en la sociedad, no olvido mi lengua, mientras recuerdo cómo una noche mis hijas y yo tuvimos que salir de casa llevándonos documentos y lo necesario, con el pensamiento de que nunca volveríamos.

Gracias a España, tengo esperanza. Y cada día mi corazón se llena de paz y confianza en el futuro.

**Natalia Miakenka**

## Mi Identidad, Mi Casa, Mi Lengua.

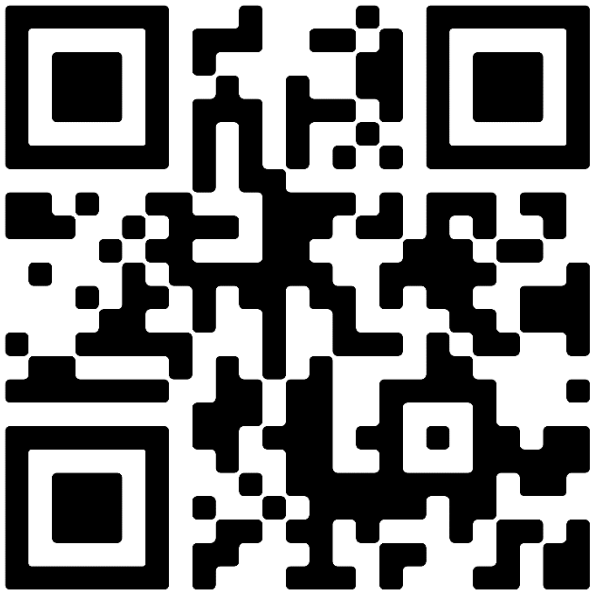
Nunca olvidaré mi antiguo hogar, aquél donde crecí junto a mis hermanas, siendo felices con tan poco, ***dicen que la infancia es sinónimo de inocencia y la inocencia es tener el alma libre de culpa,*** cosa que al crecer te vas dando cuenta de que tú realidad es otra, es ahí cuando llegó mi momento migrar, sola con una maleta de 23 kilos dejando tres decadas de mi vida atrás.

*Pensando en que habrá familiares, que tal vez esa despedida haya Incluido el ultimo beso, el ultimo abrazo, Porque te vas y sabés el dia que sales de tú país, pero no el día que regresarás.*

España me ha dado la oportunidad de seguir soñando, de seguir escribiendo mi historia, ***es que si de algo estoy segura que si conoces bien tu identidad, sabrás lo mucho que puedes lograr,*** porque eres una mujer **Valiente** que decidió arriesgar y dejar otro continente atrás por vivir mejor, eso sí, nunca olvides de dónde vienes eso te hará grande.

**Sara Noemi Brito**

**Vídeo**



**Dariana Figueroa**

**Vídeo**

**Carmen Pineda**

**Vídeo**

**Betania Román**

**Vídeo**

**Fatima Imene**

## Vídeo

**Nueto Cheyaj Hamedha**

## Vídeo

**Fatima Imene**