



Found in Translation 2024

¿Qué historia me cuento a mí misma?

Z. M.

Nacida refugiada

Una sola habitación, una ventana, 7 miembros, 1 familia, mi familia.

Así pasé los primeros 15 años de mi vida. Dentro de esa realidad, siempre quise ser la persona que llevara el mensaje de amor y paz, pero mi historia no comenzó con ninguno de esos. Crecí en un campamento de refugiados palestinos en Líbano, en una comunidad llena de abusos, violencia y conflictos continuos. La gente moría, ya fuera intencionalmente o por accidente. Siempre escuchábamos disparos y bombardeos. Nos acostumbramos a ello... pero, en el fondo, me preocupaba: ¿Qué pasaría si alguien a quien amo muriera?

En 2006, cuando tenía solo seis años, estalló la guerra entre Líbano e Israel. Fue la primera vez que mi familia y yo huimos de una guerra, buscando un "refugio" seguro en Ucrania. Toda mi vida cabía en una mochila. Me sentí afortunada de que Ucrania fuera un lugar seguro, mientras que otros refugiados, incluido mi papá, no tenían ese privilegio. Como ucranianos, evacuamos. Como palestino, mi papá se quedó atrás... ¿Cómo es posible que un solo documento pueda separar a toda una familia? Mi rostro se congeló mientras las lágrimas llenaban mis ojos y mis manos temblaban al decir adiós. ¿Sería esta la última vez? Eventualmente, regresamos al Líbano después de que la guerra terminó, pero la vida seguía siendo dura en el campamento de refugiados.

Me daba vergüenza decirle a mis amigos de la escuela que venía de un campamento de refugiados debido a los estereotipos con los que se asociaba, y me avergonzaba porque a veces tenía que estudiar en el baño. Mentí repetidamente, sintiendo vergüenza por mis interminables embustes sobre mi hogar. *Esta realidad rompió muchas partes de mi alma.* No soy lo suficientemente buena. Estoy atrapada. ¿Alguna vez terminará esta pesadilla?

A los 15 años, estalló nuevamente la violencia, con bombas y disparos destrozando nuestras vidas. Nuestro hogar fue completamente consumido por el fuego, dejándonos sin nada. Solía tener una pequeña caja de recuerdos con fotos de mi infancia y familia; también la perdí. Y se *rompieron más partes de mí.*

Mudanza para un nuevo comienzo

En 2021, tras la devastadora explosión en Beirut y al empeorar la situación en el Líbano, decidimos comenzar de nuevo en mi segundo hogar, Ucrania. Estos iban a ser mis mejores recuerdos. Ya no los crearía en cajas. Y finalmente encontramos estabilidad y comenzamos a disfrutar la vida de nuevo. Luego comenzó la guerra en Ucrania, destrozándonos una vez más. Más y más piezas rotas dentro de mí.

De nuevo en movimiento

Una niña despidiéndose de su padre, un hombre llorando al despedirse de su esposa. Miles de personas luchando por llegar al tren, que significaba seguridad, que significaba vida. Mis piernas temblaban mientras me aterraba que algo malo le ocurriera a mi madre y a mis hermanos



Found in Translation 2024

menores mientras escapábamos de la guerra en Ucrania. En una cabina que es para 2 personas, nos encontramos 12 personas apretadas. ¿Cómo encuentras fuerzas y esperanza, huyendo de una guerra y sabiendo en el fondo que en cualquier momento podrías ser bombardeado junto a toda tu familia?

Habiendo sobrevivido a dos guerras y convertido en refugiada dos veces como medio palestina y medio ucraniana, ¿qué historia me cuento a mí misma? A medida que se rompen más piezas dentro de mí, me pregunto sobre mi hogar. ¿Qué significa "hogar" para mí ahora? ¿Nací refugiada y sigo siéndolo? Estoy cansada de esta situación. Me siento triste por lo que mi madre ha pasado. Miro a Sandy y Karim y me pregunto si podrán superar el miedo a no sobrevivir.

En ese espacio confinado, mientras escapábamos de la guerra en Ucrania, cuerpo a cuerpo, aterrorizada, mi madre me miró y dijo: "Z.M., deberíamos cantar". Y así lo hicimos. Cantamos canciones folclóricas ucranianas, y con cada canción, nuestra resiliencia se hacía más fuerte. En ese momento, sentí libertad interior; ni siquiera una guerra podía quitármela. Sabía que si salíamos con vida, no nos permitiríamos convertirnos en víctimas nuevamente; en cambio, nos convertiríamos en guerreras y luchadoras. Luchamos con nuestra educación, con nuestra resiliencia y luchamos con nuestras palabras. Y sobrevivimos.

Reformulando

mi

historia

Comencé a compartir mi historia y me di cuenta de cómo la narración de historias se convirtió en mi arma, un poder sanador que comencé a usar para recolectar las partes destrozadas de mi historia. Hablar sobre mi dolor y dejarlo salir me liberó de la prisión mental que tenía dentro. La forma en que me contaba mi historia cambió mi vida para siempre. ¿Por qué nos hemos vuelto tan temerosos de compartir nuestras emociones reales entre nosotros, escondiéndonos detrás de nuestros logros cuando nos preguntan quiénes somos en realidad? No nos damos cuenta de que compartir nuestras vulnerabilidades es lo que realmente une a los seres humanos. Así es como sanamos colectivamente.

Recuerdo haberme sentado con delegados palestinos durante una cumbre global para discutir nuestros traumas compartidos y nuestra definición de "hogar". No fue hasta este círculo de narración de historias que realmente entendimos las luchas de los demás. Miré a todos. Sonreí. Sabía que todos sentíamos pertenencia al compartir nuestras historias, nos sentíamos en casa. Todo lo que necesitábamos era este espacio seguro donde fuéramos vistos y escuchados. Y me pregunté: ¿Podríamos crear espacios seguros para los demás si nunca los habíamos tenido para nosotros mismos? Decidimos fundar un movimiento global de narración de historias para crear espacios seguros porque nunca los habíamos tenido.

En la comunidad donde crecí, nunca se les enseñó a la gente formas de expresarse; la expresión de su trauma generacional a menudo se manifestaba como violencia. ¿Y si nos hubieran enseñado formas más saludables de expresión? ¿Y si se nos hubiera dado el espacio para expresarnos, donde se nos escuchara y viera? Sin duda, el mundo sería más feliz y pacífico. Eso es lo que haremos: cambiar el mundo, una historia a la vez.



Found in Translation 2024

Hoy, estamos reformulando la narrativa que nos contamos a nosotros mismos. A través del poder de la narración pude cambiar cómo percibo mi propia historia. En lugar de esconderme detrás del hecho de que vengo de un campo de refugiados, hoy me paro con confianza como refugiada dos veces y lo digo. Ya no me avergüenzo de haber tenido que estudiar en el baño en algún momento; más bien, estoy orgullosa de haber luchado por mi educación.

No podemos elegir lo que nos sucede, pero ciertamente podemos elegir cómo reaccionamos ante ello. Para mí, esa elección marcó toda la diferencia. Las guerras y la violencia traen mucho trauma y dolor. Sin embargo, dentro de estos traumas, también hay espacio para la colectividad, la libertad interior y la esperanza. La ocupación puede robarnos nuestros hogares, las guerras y los genocidios pueden matar a las personas que amamos, pero nunca podrán quitarnos nuestro espíritu. Pueden restringir nuestra libertad externa, pero la libertad que tenemos dentro, esa, nunca podrán quitárnosla. Nada podría evitar que estemos llenos de vida e historias. Ese es nuestro verdadero poder.

Es cierto que estas luchas rompen muchas piezas dentro. Sin embargo, dentro de esas piezas rotas, he creado más espacio para que entre la luz, para que salga. *Es dentro de esas piezas rotas donde creé un hogar dentro de mí y hoy lo llevo conmigo donde quiera que vaya.* Esa es la historia que me cuento hoy: una historia de libertad, luz y hogar. Si yo pude reformular mi historia, ¡nosotros también podremos, colectivamente!