VERSIÓN BILINGÜE

Zusammen WACHSEN



Spanischsprechende Frauen

BADEN-WÜRTTEMBERG



Zusammen WACHSEN

“CRECIENDO JUNTAS”

Spanischesprechende Frauen in Baden- Württemberg e.V.

Spanischsprechende Frauen
BADEN-WÜRTTEMBERG

Wir widmen dieses Buch dem weiblichen Ahnengedächtnis, das in jeder von uns schwingt, und all unseren Nachkommen.

Dedicamos este libro
a la memoria ancestral femenina que vibra en cada una de nosotras
y a toda nuestra descendencia.

Zweite Ausgabe des Buches:
„Zusammen Wachsen”

Dieses Buch wurde ursprünglich im Dezember 2022
mit 37 persönlichen Geschichten veröffentlicht.

Diese zweisprachige Fassung (Spanisch-Deutsch)
enthält 28 persönliche Geschichten,
darunter zwei Beiträge von neuen Erzählerinnen.

Segunda edición del libro
¨Creciendo Juntas¨

Publicado originalmente con 37 historias personales
en diciembre de 2022.

Esta versión bilingüe (español-alemán)
contiene 28 historias personales,
dos de ellas escritas por nuevas narradoras.

© Spanischsprechende Frauen in Baden-Württemberg e. V. Stuttgart 2022

Urheberrechte der Originalversion auf Spanisch:

CRECIENDO JUNTAS
Veröffentlicht im Dezember 2022 in Stuttgart, Deutschland
Projektkoordinatorinnen:
Cecilia Campos und Maritza Castelli Cano
Grafikdesign und Redaktion: Alexa Nieto Manzano
Coverdesign und finale Redaktion: Marga Roig

Redaktion, stilistische und orthotypografische Korrekturen: Romina Tumini
www.spspfrauen.org

Um sicherzustellen, dass die Texte der Erzählerinnen authentisch wiedergegeben werden, haben wir nach allen durchgeführten Überarbeitungen beschlossen, die Texte an jede von ihnen zu senden, damit sie mögliche Fehler, die ihre Aussagen verfälschen könnten, identifizieren konnten. Das, was hier präsentiert wird, drückt den Willen jeder Einzelnen aus.

Urheberrechte der zweisprachigen Fassung:

ZUSAMMEN WACHSEN
Veröffentlicht im Oktober 2026 in Stuttgart, Deutschland
Projektkoordinatorinnen:
Cecilia Campos, María Camila Buitrago Cabrera und Patricia Copa
Editorial Design und Coverillustration: Madeleine Uriarte

Für die Veröffentlichung dieser Fassung haben die meisten Erzählerinnen ihre Texte selbst übersetzt, während die anderen Texte von den Projektkoordinatorinnen frei übersetzt wurden.

Stilistische und orthotypografische Korrekturen: Karina Geiger
www.spspfrauen.org

© Spanischsprechende Frauen in Baden-Württemberg e. V. Stuttgart 2022

Derechos de autor de la versión original en español:

CRECIENDO JUNTAS
Publicado en diciembre de 2022 en la ciudad de Stuttgart
Coordinadoras del proyecto:
Cecilia Campos y Maritza Castelli Cano
Diseño gráfico y editorial: Alexa Nieto Manzano
Diseño de portada y edición final: Marga Roig
Edición, correcciones de estilo y ortotipográficas:
Romina Tumini
Otras correcciones: Cecilia Campos y Clara Petit
www.spspfrauen.org

Para asegurarnos de mantener la fidelidad con los textos presentados por las narradoras, después de todas las revisiones realizadas, decidimos enviárselo a cada una con la intención de que identificaran posibles errores que pudieran desvirtuar lo que ellas querían expresar en sus textos. De manera que lo que aquí presentamos, expresa la voluntad de cada una de ellas.

Derechos de autor de esta versión bilingüe:

ZUSAMMEN WACHSEN
Publicado en octubre de 2026 en la ciudad de Stuttgart
Coordinadoras del proyecto:
Cecilia Campos, María Camila Buitrago Cabrera y Patricia Copa
Diseño editorial e ilustración de portada: Madeleine Uriarte

Para la publicación de esta versión, la mayoría de las narradoras realizaron sus propias traducciones, mientras que los demás textos son traducción libre de las coordinadoras del proyecto.

Correcciones de estilo y ortotipográficas: Karina Geiger
www.spspfrauen.org

DANKSAGUNGEN

„An die Personen, die an der spanischen Version des Buches teilgenommen haben, die uns die Grundlage für diese zweite Ausgabe geliefert hat.“

Wir möchten unseren tiefen Dank an alle Frauen aussprechen, die freiwillig an diesem Projekt mitgewirkt haben. Unser besonderer Dank geht an Romina Tumini für die Kreativ-Schreib-Workshops, die Bearbeitung, die Korrekturen, ihre Flexibilität und Professionalität, und Marga Roig, denn mit ihrer Unterstützung war es möglich, die spanische Fassung zum gewünschten Zeitpunkt abzuschließen.

Ein besonderer Dank gilt den Frauen, die uns während des gesamten Projekts in ihren jeweiligen Verwaltungsfunktionen begleitet und unterstützt haben: Maritza Castelli Cano, Marina Godoy, Nicia Gonzaga, Diana Mohrhauser, Cristina Garzón, Nadia Pereira, Stephanie Avila, Paula Tellez und Giovannina Zapata.

Herzlichen Dank an die wunderbaren Grafikdesignerinnen Alexa Nieto für die spanische Fassung und Madeleine Uriarte für die zweisprachige Fassung.

Und auch an alle Erzählerinnen, dass sie uns vertraut haben und für ihr Verständnis hinsichtlich der Dauer des Veröffentlichungsprozesses, für ihre Bereitschaft und Unterstützung zu jeder Zeit. Wir möchten uns auch bei den Erzählerinnen für die freie Übersetzung ihrer Geschichten bedanken, und an die Korrektoren: Victor M. Fichtl für die spanische Fassung und Karina Geiger für die deutsche Version.

**Cecilia Campos, María Camila Buitrago und Patricia Copa,
Stuttgart, Oktober 2026**

AGRADECIMIENTOS

“A las personas que participaron en la versión española del libro, que nos proporcionó la base para esta segunda edición.”

Queremos expresar nuestra profunda gratitud a todas las mujeres que se ofrecieron voluntarias para trabajar en este proyecto. A Romina Tumini por los talleres de escritura creativa, la edición, las correcciones, su flexibilidad y profesionalidad y a Marga Roig, cuyo apoyo hizo posible finalizar la versión española a tiempo.

Un reconocimiento especial a las mujeres que nos acompañaron a lo largo de este proyecto desde sus diferentes cargos administrativos: Maritza Castelli Cano, Marina Godoy, Nicia Gonzaga, Diana Mohrhauser, Cristina Garzón, Nadia Pereira, Stephanie Avila, Paula Tellez y Giovannina Zapata.

Muchas gracias a las maravillosas diseñadoras gráficas Alexa Nieto por la versión española y Madeleine Uriarte por la versión bilingüe.

Y también a todas las narradoras por confiar en nosotras y por su comprensión en cuanto a la duración del proceso de publicación, por su disposición y apoyo en todo momento. También queremos dar las gracias a las narradoras por la traducción libre de sus historias y a los correctores Victor M. Fichtl por la versión española y Karina Geiger por la versión alemana.

**Cecilia Campos, María Camila Buitrago y Patricia Copa,
Stuttgart, octubre de 2026**

ÍNDICE

18 | Prólogo

22 | Introducción

26 | Más unión

29 | ¡Realízate, Mujer!

36 | The “German” Dream

43 | Un día mirando por la ventana de mi casa me pregunté

50 | Ilusiones congeladas

56 | La resiliencia: Descubriendo mi propósito de vida a través del dolor.

64 | Ser, partir y repetir

70 | En búsqueda de sustento, dignidad y crecimiento

77 | Experiencia de cambio y crecimiento

83 | Identificada con la cultura alemana

89 | La danza de la vida

96 | Darf ich bitte durch?

100 | Agradecida

104 | ¡No lo dudes, lánzate!

110 | Los tres alquimistas

118 | Migrar en los años 70

125 | Aventuras en el supermercado

131 | Los colores de mi vida

137 | El brindis

143 | Del anhelo a la aceptación

147 | Agridulce melancolía

151 | ¡No te rindas!, Tienes mucho valor

158 | Las llaves de la realidad

166 | Religión o filosofía de vida

174 | Un sueño llamado Alemania

180 | Elige bien lo que deseas

186 | Las vicisitudes de un destino migratorio

192 | La llave maestra

199 | Identidad en tránsito

203 | Epílogo

207 | Sobre la Asociación

INHALT

20 | Vorwort

24 | Einleitung

27 | Mehr miteinander

32 | Frau, verwirkliche dich

39 | The “German” dream

46 | Eines Tages, als ich aus dem Fenster meines Hauses schaute fragte, ich mich selbst

53 | Eingefrorene Illusionen

60 | Die Resilienz: Mein Lebensziel durch Schmerz entdecken

67 | Sein, gehen und wiederholen

73 | Auf der Suche nach Lebensunterhalt, Würde und Wachstum

80 | Erfahrung von Veränderung und Wachstum

86 | Mit der deutschen Kultur identifiziert

92 | Der Tanz des Lebens

98 | Darf ich bitte durch?

102 | Dankbar

107 | Zögern Sie nicht, machen Sie es!

114 | Die drei Alchemisten

121 | Wie es war in den 70er Jahren einzuwandern

128 | Abenteuer im Supermarkt

134 | Die Farben meines Lebens

140 | Ich stoße an

145 | Von der Sehnsucht zur Akzeptanz

149 | Bittersüße Melancholie

154 | Gibt nicht auf! Du hast eine Menge Mut

162 | Die Schlüssel zur Realität

170 | Religion oder Philosophie des Lebens

177 | Ein Traum namens Deutschland

183 | Wähle weise, was du dir wünscht

189 | Die Wechselfälle eines Migrationsschicksals

195 | Der Hauptschlüssel

201 | Identität im Wandel

205 | Epilog

211 | Über den Verein

PRÓLOGO

El libro que tienes en tus manos es un espejo franco de interpretaciones femeninas sobre la vivencia de la migración que nos afecta a todas de distintos modos; por lo que cada historia es una oportunidad para entrar en esos mundos únicos que me hacen recordar cuánto en definitiva somos similares.

Trabajar en el curso de estos años a través de Mujeres Hispanohablantes en Baden-Württemberg, me ha servido para acercarme a decenas de mujeres, confrontarme, reconocer y aceptar las diversidades como un don precioso, del cual todas podemos beneficiarnos. Mientras más leo nuestras historias, más siento el deseo de que otras personas puedan leerlas, pues considero que son un recurso para inspirar a la lectora a mirar con valor y superar cualquier proceso de cambio que esté afrontando, por retador que parezca.

La integración requiere una actitud proactiva ante las nuevas realidades que se nos presentan, es un proceso que exige el desarrollo de ciertas habilidades, esfuerzos, trabajo constante y que no está solamente relacionado con el emigrar en sí; por ende, estas voces francas pueden ofrecer una ventana con otra perspectiva al lector, más allá del contexto migratorio.

Estas páginas son especiales y singulares porque representan la voz de muchas mujeres unidas por principios, identificadas por un ideal superior, un ideal que reconoce el trabajo en grupo y que quiere hacer más por nuestra sociedad.

Somos mujeres que buscamos el bienestar mutuo: nuestra fuerza es la fuerza de cada una. El altruismo es la clave de nuestro grupo y el querer fortalecernos mutuamente, nuestro objetivo. Trabajamos, compartimos y nos encontramos con base en los principios de abundancia y sinergia. Reconocemos nuestra responsabilidad social y a través de nuestra actitud constructiva nos empeñamos en defender los derechos humanos y denunciar las injusticias.

Deseamos aprender, aplicar y difundir comportamientos éticos y sostenibles. Sabemos que la fuerza y el desarrollo personal de cada una de nosotras tiene un impacto muy importante y determinante.

Así que, querida lectora y querido lector, te invito a conocer a través de estas historias a las mujeres que se identifican con estos principios y modo de actuar. Nosotras promovemos la integración apoyando, sosteniendo y respetando a todo ser humano que busque ser mejor y ayudar al prójimo. Nuestro lema es: Creciendo Juntas porque en este proceso de unión altruista nos elevamos a nosotras mismas.

¡Estas voces son también tu voz!

Cuando leas estas historias recuerda que detrás de ellas hay personas como tú, con tus fuerzas y debilidades. Mujeres que se encuentran, se escuchan, se cuestionan constantemente, y que se impulsan hacia una versión mejor de sí mismas, aún cuando el viento sopla y la intemperie duele. Cada texto contiene una fuerza difícil de medir, pero fácil de sentir.

Deseo desde lo profundo de mi corazón que te acerques a esta lectura con una mente libre de juicios y prejuicios, que te permita entrar en esas historias con amor y gentileza. Te aseguro que si lo lees con intención de compartir y aprender sentirás el vigor que está detrás de cada mujer que hizo posible la realización de este libro y podrás valerte de estas experiencias para llevar tu propio proceso de integración con un nuevo fulgor de expectativa y confianza.
Te dejo un abrazo de hermandad y una mirada de confianza.

Maritza Castelli Cano
Fundadora de Mujeres Hispanohablantes

VORWORT

Das Buch, das du in deinen Händen hältst, ist ein ehrlicher Spiegel weiblicher Interpretationen über die Erfahrungen von Migration, die uns alle auf unterschiedliche Weise betrifft. Daher bietet jede Geschichte eine Gelegenheit, in diese einzigartigen Welten einzutauchen, die mich daran erinnern, wie ähnlich wir uns letztendlich sind.

Die Arbeit im Laufe dieser Jahre bei Spanischsprechende Frauen in Baden-Württemberg hat mir geholfen, mich Dutzenden von Frauen anzunähern, mich selbst herauszufordern und die Vielfalt als kostbares Geschenk zu erkennen und zu akzeptieren, von dem wir alle profitieren können. Je mehr ich unsere Geschichten lese, desto stärker verspüre ich den Wunsch, dass andere Menschen sie ebenfalls lesen können, denn ich glaube, dass sie eine Quelle der Inspiration sind, um die Leserinnen und Leser dazu zu ermutigen, jeden Veränderungsprozess, dem sie sich stellen, mutig zu betrachten und zu überwinden, so herausfordernd er auch erscheinen mag.

Integration erfordert eine proaktive Haltung gegenüber den neuen Realitäten, die sich uns präsentieren. Es ist ein Prozess, der die Entwicklung bestimmter Fähigkeiten, Anstrengungen und kontinuierlicher Arbeit erfordert und der nicht nur mit dem Thema Auswanderung verbunden ist. Diese offenen Stimmen können dem Leser eine neue Perspektive bieten, die über den Migrationskontext hinausgeht.

Diese Seiten sind besonders und einzigartig, weil sie die Stimmen vieler Frauen repräsentieren, die durch die gleichen Prinzipien verbunden sind und die sich für ein höheres Ideal einsetzen – ein Ideal, das die Teamarbeit wertschätzt und mehr für unsere Gesellschaft tun möchte. Wir sind Frauen, die das gegenseitige Wohl suchen: Unsere Stärke ist die Stärke jeder Einzelnen. Altruismus ist der Schlüssel unserer Gruppe, und unser Ziel ist es, uns gegenseitig zu stärken. Wir arbeiten, teilen und begegnen uns auf den Prinzipien von Ganzheitlichkeit und Synergie.

Wir erkennen unsere soziale Verantwortung an und setzen uns durch unser konstruktives Handeln für die Verteidigung der Menschenrechte und die Bekämpfung von Ungerechtigkeiten ein. Wir wollen ethisches und nachhaltiges Verhalten lernen, anwenden und verbreiten. Wir wissen, dass die Stärke und persönliche Entwicklung jeder von uns einen sehr wichtigen und bestimmenden Einfluss hat.

Liebe Leserinnen und Leser, ich lade dich ein, durch diese Geschichten die Frauen kennenzulernen, die sich mit diesen Prinzipien und diesem Handeln identifizieren. Wir fördern die Integration, indem wir alle Menschen unterstützen, stärken und respektieren, die sich verbessern und anderen helfen wollen. Unser Motto lautet: Zusammen wachsen. Denn in diesem Prozess der altruistischen Vereinigung erheben wir uns selbst.

Diese Stimmen sind auch deine Stimme! Beim Lesen dieser Geschichten denke daran, dass hinter ihnen Menschen stehen wie du, mit Stärken und Schwächen. Frauen, die sich treffen, zuhören, sich ständig hinterfragen und auf eine bessere Version ihrer selbst hinarbeiten, auch wenn der Wind weht und die Witterung schmerzt. Jeder Text enthält eine schwer zu messende, aber leicht zu spürende Kraft.

Ich wünsche mir von Herzen, dass du dich dieser Lektüre mit einem Geist frei von Urteilen und Vorurteilen näherst, damit du in diese Geschichten mit Liebe und Freundlichkeit eintauchen kannst. Ich versichere dir, dass du, wenn du sie mit der Absicht liest, zu teilen und zu lernen, die Kraft spüren wirst, die hinter jeder Frau steht, die dieses Buch ermöglicht hat, und dass du diese Erfahrungen nutzen kannst, um deinen eigenen Integrationsprozess mit neuer Erwartung und Vertrauen anzugehen.
Ich schicke dir eine Umarmung der Schwesternschaft und einen Blick des Vertrauens und der Zuversicht.

Maritza Castelli Cano
Gründerin von Spanischsprechende Frauen

INTRODUCCIÓN

En el mes de agosto del 2020 recibí una muy oportuna invitación de Maritza Castelli para ofrecer una charla en este grupo y apenas llegué me comentó que estaban en proceso de convertirse en una asociación y me preguntó si estaría dispuesta a encargarme del área de las MUJERES MIGRANTES MAYORES, a lo que yo al instante respondí que sí, ya que me emocionaba mucho darle a esas mujeres todo lo que yo estuve deseando tener mis primeros cinco años y medio en este país. Desde entonces quedé enganchada con este grupo de MUJERES HISPANOHABLANTES, por la alta calidad humana que allí encontré y con los valores que sostienen a la asociación, porque constituyen los ideales con los cuales me identifico plenamente y que han guiado el trabajo de toda mi vida.

En el proceso de iniciar ese grupo a Maritza se le ocurrió la idea de plasmar en un libro ese intercambio de experiencias migratorias de todas esas mujeres, de manera que pudieran servir de inspiración a otras personas que estuvieran viviendo un proceso similar. Su idea hizo eco en mí y de inmediato comenzamos a coordinar maravillosamente la creación de este libro, cada una en su área respectiva.

Inicié el primer Círculo de Mujeres con doce participantes, con la intención de brindarles un espacio para compartir entre ellas cómo se sentían, cómo había sido su adaptación en este país, sus éxitos, sus dificultades y cómo las habían resuelto. Compartimos cinco encuentros enfocando nuestras reflexiones en tres áreas:

- Antes de salir de mi país.
- ¡Ya llegué!
- ¿Y ahora qué hago?
- En quién me he transformado desde que estoy aquí.

Este enfoque nos sirvió a todas para cerrar ciclos, darnos cuenta de muchos elementos importantes que nos habían pasado desapercibidos y sobre todo para hacer catarsis disfrutando de un espacio de confianza, comprensión y cariño. Y para algunas significó también un nuevo norte hacia el cual dirigirse, ahora con la muy grata compañía de otras mujeres con las cuales nos identificamos.

En el desarrollo de este proyecto nos dimos cuenta de la importancia de incluir otra área de auto observación que es: Identificar el tesoro que nuestra presencia aporta a este país, la riqueza de nuestra identidad. Esto nos lleva al autorreconocimiento y la autovaloración, elementos importantes a la hora de integrarnos. Y mientras nosotras madurábamos todo lo relacionado con nuestro proceso migratorio para convertirlo en un texto del libro, sucedían otras cosas importantes como:

- El avance de la oficialización del grupo como asociación.
- La llegada de nuevas y maravillosas mujeres cuyo aporte complementaría de manera más profesional esta publicación:

Llegó la pandemia entonces y, junto con la cantidad de actividades de nuestro grupo y el gran volumen de trabajo que implicaba nuestro registro como Asociación, tuvimos que repensar nuestros objetivos de manera que ayudar a los demás y ofrecer un servicio a la comunidad, no significara exigirnos más de lo que podíamos dar o producir estrés en nosotras.

Así que la publicación del libro se paralizó hasta finales del 2021, cuando convocamos con Maritza a una reunión para reactivar este proyecto y de repente adquirió velocidad con el entusiasmo de todas.

Así nació este libro, el cual es orgullo de todas por el trabajo en equipo que significó, por todo lo que hemos aprendido para lograrlo y por la oportunidad de estrechar nexos entre nosotras.

Cecilia Campos
Coordinadora de Mujeres Migrantes Mayores

EINLEITUNG

Im August 2020 erhielt ich eine sehr willkommene Einladung von Maritza Castelli, einen Vortrag in dieser Gruppe zu halten. Kaum war ich angekommen, erzählte sie mir, dass sie im Prozess seien, sich zu einem Verein zu formieren, und fragte, ob ich bereit wäre, mich dem Bereich der Älteren Migrantinnen zu widmen. Ich antwortete sofort mit Ja, da ich sehr aufgeregt war, diesen Frauen alles zu geben, was ich mir in meinen ersten fünfeinhalb Jahren in diesem Land gewünscht hatte. Seitdem bin ich mit dieser Gruppe von Spanischsprechenden Frauen verbunden, wegen der besonderen zwischenmenschlichen Beziehungen, die ich dort gefunden habe, und wegen der Werte, die den Verein tragen und die mit den Idealen übereinstimmen, mit denen ich mich voll und ganz identifiziere und die mein ganzes Leben lang meine Arbeit geleitet haben.

Im Prozess der Gründung dieser Gruppe hatte Maritza die Idee, diese Migrationserfahrungen der Frauen in einem Buch festzuhalten, damit sie anderen, die einen ähnlichen Prozess durchlaufen, als Inspiration dienen könnten. Ihre Idee sprach mich sofort an, und wir begannen umgehend, die Entstehung dieses Buches in unseren jeweiligen Bereichen zu koordinieren.

Ich begann den ersten Frauenkreis mit zwölf Teilnehmerinnen, mit der Absicht, ihnen einen Raum zu bieten, in dem sie teilen konnten, wie sie sich fühlten, wie ihre Anpassung in diesem Land verlaufen war, ihre Erfolge, ihre Schwierigkeiten und wie sie diese gelöst hatten. Wir teilten fünf Treffen, bei denen wir unsere Reflexionen auf drei Bereiche konzentrierten:

- Vor meiner Ausreise aus meinem Heimatland.
- Ich bin agekommen!
- Was nun?
- In wen ich mich verwandelt habe, seit ich hier bin.

Dieser Ansatz half uns allen, Zyklen abzuschließen, viele wichtige Elemente zu erkennen, die uns zuvor entgangen waren, und vor allem eine Katharsis zu erleben, während wir einen Raum des Vertrauens, des Verständnisses und der Zuneigung genossen. Für einige bedeutete dies auch eine neue Richtung, in die sie sich bewegen konnten, nun in der angenehmen Gesellschaft anderer Frauen, mit denen wir uns identifizieren.

Im Laufe dieses Projekts erkannten wir die Bedeutung, einen weiteren Bereich der Selbstbeobachtung einzubeziehen: die Identifizierung des Schatzes, den unsere Präsenz in diesem Land bringt, der Reichtum unserer Identität. Dies führt uns zur Selbstanerkennung und Selbstwertschätzung -wichtige Elemente- wenn es um Integration geht. Während wir all das, was mit unserem Migrationsprozess zu tun hatte, reifen ließen, um es in einen Text für das Buch zu verwandeln, passierten andere wichtige Dinge, wie:

- Der Fortschritt der offiziellen Registrierung der Gruppe als Verein.
- Die Ankunft neuer und wunderbarer Frauen, deren Beiträge diese Veröffentlichung auf professionellere Weise ergänzen würden.

Dann kam die Pandemie, und zusammen mit der Vielzahl an Aktivitäten unserer Gruppe und der großen Arbeitsbelastung, die mit unserer Registrierung als Verein verbunden war, mussten wir unsere Ziele überdenken, damit die Hilfe für andere und der Dienst an der Gemeinschaft uns nicht mehr abverlangten, als wir geben konnten, oder uns Stress verursachten.

So wurde die Veröffentlichung des Buches bis Ende 2021 gestoppt, als wir uns mit Maritza zu einem Treffen versammelten, um dieses Projekt wiederzubeleben, und plötzlich gewann es mit dem Enthusiasmus aller an Fahrt.
So entstand dieses Buch, auf das wir alle stolz sind, weil es Teamarbeit bedeutete, weil wir so viel gelernt haben, um es zu verwirklichen, und weil es uns die Möglichkeit bot, unsere Bindungen untereinander zu stärken.

Cecilia Campos
Koordinatorin von Ältere Migrantinnen

MÁS UNIÓN

A veces la gente me pregunta de dónde soy. «No suenas nada suaba» suelen añadir. Sonrío con orgullo y les cuento que, aunque la familia de mi padre es de Stuttgart, mi madre viene de Renania del Norte-Westfalia, por eso mi dialecto suabo ha quedado un poco escondido. Sonrío, y la otra persona me devuelve la sonrisa. ¿Y por qué no? Es un intercambio inocente, sin segundas intenciones. Nadie pone en duda de dónde soy ni me pide explicaciones sobre qué hago en Alemania. Nadie me hace preguntas invasivas sobre mi historia de vida ni comentarios fuera de lugar que me hagan sentir como una excepción dentro un grupo al que, por fuerza de apariencias, debería pertenecer.

No puedo imaginar lo que se siente. Veo a mi esposa, que emigró desde Colombia, veo a nuestros amigos, que han llegado aquí desde distintos países y por distintos motivos, y solo logro ver una pequeña parte de su alegría, de sus sueños, de su tristeza y de sus luchas. Pero lo que siempre veo es el coraje, esa voluntad increíble de seguir adelante y trabajar, con mucha paciencia y sudor, por una vida que justifique la distancia de su familia y sus amistades de toda la vida en sus países de origen.

Este libro me ha presentado muchas realidades y perspectivas nuevas. Cada historia es diferente, como también lo es cada mujer. Cada una de ellas encuentra su fuerza interior y su propio camino para construirse un hogar en esta tierra ajena. Las admiro de todo corazón y deseo que Alemania no solo muestre más respeto y reconocimiento hacia ese proceso tan complejo, sino que también empiece a ver cuánto enriquece cada una de estas personas a nuestro país.

Cada mujer en este libro nos brinda una mirada íntima a su vida. Basta con escucharlas atentamente para llevarnos una lección de convivencia.

Karina Geiger
Correctora de estilo voluntaria

MEHR MITEINANDER

Manchmal fragen mich Leute, woher ich komme. „Du schwäbelst ja gar nicht“, wird dann immer hinzugefügt. Ich grinse stolz und erzähle, dass zwar meine Familien väterlicherseits aus Stuttgart kommt, meine Mutter aber aus Nordrhein-Westfalen stammt. Das verfälscht den Dialekt. Ich lächele und die andere Person erwidert das Lächeln. Warum auch nicht? Es ist ein unschuldiger Austausch ohne Hintergedanken. Niemand bezweifelt meine Herkunft oder braucht eine Erklärung, was ich in Deutschland mache. Niemand stellt invasive Fragen über meine Lebensgeschichte oder macht unangebrachte Kommentare darüber, dass ich in irgendeiner Art eine Ausnahme wäre, zu anderen Personen, mit denen ich in einen Topf geworfen werde.

Ich kann mir nicht vorstellen, wie das ist. Ich sehe meine Frau, die aus Kolumbien ausgewandert ist, ich sehe unsere Freunde, die aus unterschiedlichen Ländern und Gründen hier gelandet sind und ich kann immer nur einen kleinen Teil der Freude, der Träume, der Trauer und des Kampfes sehen. Doch was ich immer sehe, ist der Mut. Dieser unglaubliche Wille durchzuhalten und mit viel Geduld und Schweiß an einem Leben zu arbeiten, welches die Distanz zu der eigenen Familie und den engsten Freunden im Heimatland rechtfertigt.

In diesem Buch habe ich viele neue Lebensrealitäten und Perspektiven kennengelernt. Jede Geschichte ist eine andere, so wie jede Frau eine andere ist. Jede dieser Frauen findet ihre innere Kraft und ihren eigenen Weg, sich in diesem fremden Land eine Heimat zu erschaffen. Das bewundere ich aus tiefstem Herzen und wünsche mir, dass Deutschland den Menschen, die hier ankommen, nicht nur mehr Respekt und Anerkennung für diesen schwerfälligen Prozess entgegenbringt, sondern auch feststellt, wie sehr jede einzelne dieser Personen unser Land bereichert.

Jede Frau in diesem Buch gibt uns einen intimen Einblick in ihr Leben und wir müssen nur zuhören, um ein bisschen mehr Miteinander zu erlernen.

Karina Geiger
Ehrenamtliche Korrekturleserin

¡REALÍZATE MUJER!

Aquel día de mayo el sol estaba radiante y el cielo de un azul precioso. Por fin comenzaba a subir la temperatura después de meses congelantes que parecieron años. Eran ya dos inviernos los que había pasado en Alemania, pero aún no me acostumbraba.

Mientras me tomaba un café y contemplaba el paisaje desde mi ventana, vi pasar al cartero. Bajé rápidamente las escaleras del edificio, con el corazón acelerado, pues esperaba emocionada una carta muy especial. Una donde me anunciaran que ese trabajo –tan anhelado– por fin sería mío.

Llevaba meses buscando. Había comenzado muy motivada. Mi marido decía que mis posibilidades de encontrar pronto un empleo eran altas: tenía años de experiencia laboral, hablaba (ahora) tres idiomas y tenía una maestría en Europa.

Pero lamentablemente esos eran sólo buenos augurios. La mayoría de las cartas que llegaban eran las de «gracias por participar». Me habían invitado solamente a un par de entrevistas, para luego enviarme un nuevo «gracias, pero usted no» escrito de forma más elegante, aunque igual de frustrante. Algunos decían que me faltaba experiencia, otros que me faltaba idioma y unos más que estaba sobrecualificada.

Con el paso del tiempo comencé a sentirme más insegura, menos capaz, hasta incluso, un poco tonta. Me preguntaba: ¿Qué estoy haciendo mal?

Aquella mujer alegre, segura, exitosa, decidida y enamorada que había llegado de México, llena de ilusiones y planes espléndidos, se había ido apagando poco a poco.

Llegué a pensar que seguirme desarrollando profesionalmente, como mujer y –además– extranjera, sería imposible. Algunas personas incluso me decían que debía buscar otra cosa, aunque no fuera para lo que había estudiado. Escuchar eso, además de enfadarme, me deprimía. ¿Por qué tenía que renunciar a mi carrera? ¿Acaso la única forma de volver a trabajar era haciendo algo que no necesariamente me gustara? ¿Tendría que conformarme y «ser feliz» con lo que hubiera?

¡Nooo! ¡Me negaba a aceptarlo! Yo quería trabajar en lo mío. En lo que me llenaba y me hacía sentir feliz y realizada.

Una voz interior me decía que era capaz de lograrlo y que podía hacer valer mis estudios y mi experiencia también en este país. Que tenía lo mismo (o más) que ofrecer que cualquier otro aspirante al puesto, fuera o no alemán. Pero esa vocecita era a veces tan bajita que yo no la escuchaba. Dentro de mí se libraba una batalla entre ésta y otra voz que gritaba "¡No vas a poder!, ¿Para qué te viniste a este país?, Quizás los otros tengan razón".

En medio de esa lucha, terminé agotada. Sobre todo, cuando al abrir esta última carta, lo que recibí fue un «no» por respuesta. Me volvieron a rechazar, a pesar de que respondí (casi) todo lo que me preguntaron y tenía el perfil que necesitaban. Aunque el sol seguía brillando afuera, a las tres de la tarde, mi día oscureció.

Después de llorar desconsoladamente durante horas, de gritar y escupir toda mi frustración y maldecir el momento en que decidí venirme a vivir a este país, tomé la determinación de pedir ayuda. Ya no quería seguir así, ni hacer esto sola. No busqué cursos para hablar mejor alemán. Tampoco alguien que me ayudara a hacer un mejor currículo o algún curso para complementarlo.

Decidí trabajar en mí y en mi crecimiento personal. Así que puse manos a la obra y encontré un par de personas maravillosas en mi vida que me ayudaron a fortalecer de nuevo la confianza en mí misma, a ver y valorar los recursos que se habían venido conmigo en mi maleta, a trascender mis miedos y tomar acción a pesar de ellos.

Me puse un plazo y prometí dar mi cien durante tres meses más para conseguir el trabajo que de verdad deseaba. Todo mi enfoque y mi energía los ponía a diario en buscar oportunidades, enviar solicitudes y prepararme para las entrevistas.

En tan sólo dos meses me invitaron a más entrevistas que en los seis meses anteriores. Comencé a mostrarme más como soy y con este sexy acento latino explicaba por qué yo era la candidata ideal y por qué como extranjera tenía mucho valor para ofrecer.

Mi meta ya no era hacerlo todo perfecto, sino mostrar de lo que era capaz.

Dejé de sentirme pequeñita y un buen día, antes de cumplido el plazo, llegó –por fin– el primer contrato. ¡Lo había conseguido! Brinqué de felicidad al tenerlo en mis manos. Pronto empezaría a trabajar y a desarrollarme en lo que verdaderamente quería. Además, ¡me pagarían muy bien por ello!

Mujer, quizás tú también has vivido algo similar. Si te cuento todo esto es para inspirarte, que sepas que no estás sola y que hay luz al final del túnel. Que tú también puedes. Lo sé, no sólo porque me haya pasado a mí. Después de trabajar varios años en Alemania decidí darle un giro a mi carrera y hacer por otros lo que un día hicieron por mí.

Tras certificarme como Coach, llevo años ayudando a cientos de profesionales en el extranjero a darle ese impulso a su carrera y a su confianza, para que creen una vida en la que se realicen y brillen fuera de su país. Si ellos pudieron, puedes tú también. Quizás no seas la mujer maravilla, pero eres una maravilla de mujer. El mundo, ahí afuera, necesita de tus talentos y todo lo que tú tienes para ofrecer. Anímate a mostrarlos y a perseguir aquello que es verdaderamente importante para ti. Anímate a ser feliz y realizarte, porque puedes y lo mereces.

Te abrazo fuerte.

Alejandra Cantú

FRAU, VERWIRKLICHE DICH!

An diesem sonnigen Maitag war der Himmel strahlend blau. Endlich begann die Temperatur nach monatelanger Kälte, was sich wie Jahre anfühlte, anzusteigen. Ich hatte bereits zwei Winter in Deutschland verbracht, aber ich hatte mich immer noch nicht daran gewöhnt.

Während ich meinen Kaffee trank und die Landschaft aus meinem Fenster betrachtete, sah ich den Postboten vorbeigehen. Ich rannte schnell die Treppen des Gebäudes hinunter - mit einem rasenden Herzen, denn ich erwartete aufgeregt einen ganz besonderen Brief. Einen Brief, in dem mir mitgeteilt wurde, dass dieser lang ersehnte Job endlich meiner sein würde.

Ich hatte monatelang gesucht. Ich hatte voller Motivation angefangen. Mein Mann sagte damals, dass meine Chancen, bald eine Stelle zu finden, hoch seien: Ich hatte jahrelange Berufserfahrung, sprach fließend (schon) drei Sprachen und hatte einen Master-Abschluss in Europa.

Aber leider waren das nur gute Vorzeichen. Die meisten Briefe, die ankamen, waren Absagen. Ich wurde nur zu ein paar Vorstellungsgesprächen eingeladen, um dann eine neue elegante Absage zu erhalten, die genauso frustrierend war. Einige sagten, mir fehle die Erfahrung, andere sagten, mir fehle die Sprache, und wieder andere meinten, ich sei überqualifiziert.

Im Laufe der Zeit fühlte ich mich unsicherer, weniger fähig und sogar ein wenig dumm. Ich fragte mich: „Was mache ich falsch?"

Die fröhliche, selbstbewusste, erfolgreiche, entschlossene und verliebte Frau, die aus Mexiko kam und voller Illusionen und großartiger Pläne war, klang langsam ab.

Ich dachte sogar, dass es unmöglich sein würde, mich beruflich weiterzuentwickeln, als Frau und dazu noch als Ausländerin. Einige Leute sagten mir sogar, dass ich etwas anderes suchen sollte, auch wenn es nicht das war, wofür ich studiert hatte. Das zu hören, verärgerte mich und machte mich depressiv. Warum sollte ich meine Karriere aufgeben müssen? War die einzige Möglichkeit, wieder zu arbeiten, etwas zu tun, das mir nicht unbedingt gefiel? Sollte ich mich damit zufriedengeben und „glücklich“ sein, was auch immer sich ergab?

Nein! Ich weigerte mich, das zu akzeptieren! Ich wollte in meinem Bereich arbeiten. In dem, was mich erfüllt und mich glücklich und verwirklicht fühlen lässt.

Eine innere Stimme sagte mir, dass ich dazu in der Lage war und dass ich meine Studien und Erfahrungen auch in diesem Land nutzen konnte. Dass ich dasselbe (oder sogar mehr) zu bieten hatte wie jeder andere Bewerber, egal ob Deutsch oder nicht. Aber diese kleine Stimme war manchmal so leise, dass ich sie nicht hörte. In mir tobte ein Kampf zwischen dieser Stimme und einer anderen, die schrie: „Du wirst es nicht schaffen!“, „Warum bist du in dieses Land gekommen?“, „Vielleicht haben die anderen recht!“.

Inmitten dieses Kampfes war ich schließlich erschöpft. Vor allem, als ich diesen letzten Brief öffnete und als Antwort ein „Nein" erhielt. Ich wurde erneut abgelehnt, obwohl ich (fast) alle Anforderungen erfüllt und das Profil hatte, und das Profil hatte, das sie benötigten. Obwohl draußen die Sonne weiterhin schien, verdunkelte sich mein Tag um drei Uhr nachmittags.

Nachdem ich stundenlang untröstlich geweint, geschrien und meine ganze Frustration herausgelassen, und den Moment verflucht hatte, als ich beschlossen hatte, in dieses Land zu ziehen, traf ich die Entscheidung, um Hilfe zu bitten. Ich wollte nicht mehr so weitermachen oder das nicht allein tun. Ich suchte keine Kurse, um besser Deutsch

zu sprechen. Auch suchte ich niemanden, der mir half, einen besseren Lebenslauf zu erstellen oder einen Kurs, um diesen zu ergänzen.

Ich beschloss, an mir selbst und meinem persönlichen Wachstum zu arbeiten. Also packte ich es an und fand ein paar wundervolle Menschen in meinem Leben, die mir halfen, mein Selbstvertrauen wieder aufzubauen, die Ressourcen zu erkennen und zu schätzen, die ich in mein Gepäck mitgebracht hatte, meine Ängste zu überwinden und trotzdem aktiv zu werden.

Ich setzte mir eine Frist und versprach, mein Bestes zu geben, um in drei weiteren Monaten den Job zu bekommen, den ich wirklich wollte. Mein Fokus und meine Energie legte ich täglich darauf, nach Möglichkeiten zu suchen, Bewerbungen zu verschicken und mich auf Vorstellungsgespräche vorzubereiten.

Innerhalb von nur zwei Monaten wurde ich zu mehr Vorstellungsgesprächen eingeladen als in den sechs vorherigen Monaten. Ich begann, mich mehr zu zeigen, wie ich bin, und erklärte mit meinem schönen lateinamerikanischen Akzent, warum ich die ideale Kandidatin war und warum ich als Ausländerin viel zu bieten hatte.

Mein Ziel war es nicht mehr, alles perfekt zu machen, sondern zu zeigen, wozu ich fähig war.

Ich fühlte mich nicht mehr klein. Und einen Tag, bevor die Frist abgelaufen war, kam endlich der erste Arbeitsvertrag. Ich hatte es geschafft! Ich sprang vor Glück, als ich ihn in meinen Händen hielt. Bald würde ich anfangen zu arbeiten und mich in dem, was ich wirklich wollte, entfalten. Außerdem würde ich gut dafür bezahlt werden!

Meine liebe Frau, vielleicht hast du etwas Ähnliches erlebt. Wenn ich dir das alles erzähle, soll es dich inspirieren. Du sollst wissen, dass du nicht allein bist und dass es am Ende des Tunnels Licht gibt. Du kannst es auch schaffen! Ich weiß es, nicht nur weil es mir passiert ist. Nachdem ich mehrere Jahre in Deutschland gearbeitet hatte, beschloss ich, meiner Karriere eine Wendung zu geben und anderen das zurückzugeben, was mir eines Tages gegeben wurde.

Nach meiner Zertifizierung als Coach habe ich jahrelang Hunderten von talentierten Fachleuten im Ausland geholfen, ihrer Karriere und ihrem Selbstvertrauen einen Schub zu geben, damit sie ein Leben erschaffen können, in dem sie sich verwirklichen und außerhalb ihres Heimatlandes strahlen können. Wenn sie es konnten, kannst du es auch! Vielleicht bist du nicht Wonder Woman, aber du bist eine wunderbare Frau. Die Welt da draußen braucht deine Talente und alles, was du zu bieten hast. Trau dich, sie zu zeigen und verfolge das, was dir wirklich wichtig ist. Trau dich, glücklich zu sein und dich selbst zu verwirklichen, denn du kannst es und du hast es auch verdient.

Ich umarme dich ganz fest.

Alejandra Cantú

THE “GERMAN” DREAM?

No, en absoluto. Pertenezco a una generación de franceses del sur que, estudiando en un colegio rural, no tenían muchas esperanzas de que un día se abriera una clase de alemán. La proximidad con España y la aterradora reputación de la dificultad del idioma alemán llenaron más fácilmente los bancos de las clases de «segunda lengua española». Así, antes de que este interés por el idioma alemán y Alemania se hiciera más profundo en mí, se disipó.

¡Solo trece años más tarde, durante un semestre universitario en Irlanda, cuando conocí a mi futuro marido se reavivó de repente esta motivación germánica!

Después de una relación a distancia de cinco años, finalmente desempaqué mis maletas en Stuttgart, llena de entusiasmo y energía.

Por supuesto, me había ocupado de asistir a clases de alemán nocturnas durante tres meses, lo que me permitió desembarcar y citar audazmente los colores, los días de la semana ¡y hasta contar hasta cien! Como francesa que se respeta a sí misma, también fui capaz de ordenar educadamente los más finos manjares en el restaurante. .. Aunque reconozco que los sutiles Käsespätzle, Maultaschen y Linsen mit Spätzle und Saitenwürstle aún no me habían revelado todos sus encantos...

Convencida de que mi integración solo sería posible a base de un perfecto conocimiento del alemán, llegué con dos objetivos: seguir cursos intensivos y luego evaluar mis posibilidades de continuar mi carrera de jurista. ¡Lógicamente, empecé con el segundo desafío! Y antes de entender lo que me estaba pasando, me encontré muy… ¿demasiado?... rápido invitada a presentarme para un puesto de Volljurist(in)en una empresa tradicional schwabe... ¿Volljuristin?, ¿schwabe? No entendí realmente estos dos conceptos, ¡pero ni siquiera tuve miedo! ¡No risk, no fun!

¡No tenía nada que perder y, obviamente, tampoco nada que ganar! Así que decidí asistir a la entrevista e incluso tuve la impertinencia de realizarla en alemán... Esperaba (¿sería eso poco realista?) comprender plenamente todas las dimensiones de una entrevista profesional en Alemania. Sin embargo, mi amable entorno, usando la ahora muy apreciada franqueza alemana, se permitió recordarme sin adornos que corría el peligro de no entender ni una sola palabra de lo que pasaría allí.

La entrevista tomó rápidamente un giro positivo e inesperado, el reclutador y el director legal se contentó indolentemente con hacer las preguntas más clásicas, que por supuesto había preparado paciente y tediosamente memorizando la formulación. También pude recitar las respuestas pertinentes con la mayor naturalidad posible.

¡Sólo cuando me invitaron a reunirme con uno de los directores generales a toda prisa, ya no entendí nada de la situación y en mi inglés más espontáneo revelé la verdad! Al final, disfrutaron del carácter cómico de la situación y apreciaron mi audacia al proponer un proyecto hecho a medida para una “Halbjuristin” francesa que no hablaba alemán y menos aún, suabo.

Mirando atrás, estoy muy feliz de haber tenido esta loca pero valiente idea de ponerme en una situación que podría haber sido muy incómoda. En aquel momento mi único objetivo era comprender el país que me acogía, hoy me doy cuenta de que así he empezado a poner los ladrillos de una carrera profesional exitosa.

Desde entonces, Alemania ha seguido sorprendiéndome con su disposición de apoyar a los que se esfuerzan. Tiene ciertas exigencias, pero me parecen sanas y legítimas. Si las consideramos con seriedad y respeto, Alemania nos abre perspectivas insospechadas… Así que esté atenta, dispuesta, activa, atrevida, confiada y aproveche todas las oportunidades que se le presenten. Si estás convencida de que puedes lograr tu objetivo, entonces no dejes

que nadie te diga lo contrario. Recuerda que los límites de la gente a la que te enfrentas son sus límites, no los tuyos.¡Where there is a will, there is a way!

Durante los últimos catorce años, Alemania me ha facilitado con calma y generosidad todas las cosas tranquilizadoras que tiene para ofrecer y por mi parte he intentado aportar mi toque de travesura «a la francesa». E incluso mi persistente y aproximado control del idioma (¡bueno, sí, nunca he podido alcanzar mi objetivo primero!) no pudo impedir que obtuviera con orgullo mi nacionalidad alemana en 2020.

Ahora soy binacional y disfruto todos los días con deleite de las riquezas y bellezas de mis dos patrias.

Sigal Lindenzweig Carine, Francia

THE “GERMAN” DREAM?

Nein, ganz und gar nicht. Ich gehöre zu einer Generation von Südfranzosen, die als Schüler einer ländlichen Schule wenig Hoffnung hatten, dass eines Tages eine Deutschklasse eröffnet werden würde. Die Nähe zu Spanien und der abschreckende Ruf der Schwierigkeit der deutschen Sprache machten es einfacher, die Schulbänke der Kurse „Spanisch als Zweitsprache“ zu füllen. Bevor es auch nur die geringste Chance hatte, sich entwickeln, verflüchtigte sich auch schon wieder mein Interesse an der deutschen Sprache und an Deutschland.

Erst dreizehn Jahre später, während eines Universitätssemesters in Irland, als ich meinen zukünftigen deutschen Ehemann kennenlernte, erwachte diese deutsche Motivation plötzlich wieder zum Leben!

Nach einer fünfjährigen Fernbeziehung packte ich schließlich meine Koffer voller Enthusiasmus und Energie in Stuttgart aus.

Natürlich hatte ich zuvor drei Monate lang Deutschkurse einmal pro Woche abends besucht, so dass ich in Deutschland mit der Fähigkeit ankam, stolz die Farben und Wochentage benennen zu können… und ich konnte sogar bis Hundert zählen! Als Französin, die etwas auf sich hält, war ich auch in der Lage, höflich die feinsten Köstlichkeiten im Restaurant zu bestellen... Auch wenn ich zugeben muss, dass die köstlichen Käsespätzle, Maultaschen und Linsen mit Spätzle und Saitenwürstle mir noch nicht alle ihre Reize offenbart hatten...

Da ich davon überzeugt war, dass meine Integration nur auf der Grundlage perfekter Deutschkenntnisse möglich sein würde, hatte ich einen zweischrittigen Plan: zunächst weitere Deutschkurse besuchen, bevor ich mich langsam heranteste, meine juristische Laufbahn fortzuführen. Logischerweise begann ich mit meiner zweiten

Herausforderung! Und bevor ich wusste, wie mir geschah, wurde ich sehr schnell… viel zu schnell?... zu einem Vorstellungsgespräch für eine Stelle als Volljurist(in) in einem schwäbischen Unternehmen eingeladen.... Volljuristin? Schwäbisch? Ich verstand die beiden Begriffe nicht wirklich, aber ich war nicht im geringsten eingeschüchtert… ¡No risk, no fun!

Ich hatte nichts zu verlieren und natürlich auch nichts zu gewinnen! Also beschloss ich, an dem Gespräch teilzunehmen, und war sogar so frech, es auf Deutsch zu führen. Ich wollte alle Dimensionen eines professionellen Vorstellungsgesprächs in Deutschland vollständig verstehen. Mein freundliches Umfeld warnte mich, mit der legendären, und mittlerweile sehr geschätzten, deutschen Offenheit, dass ich dann höchstwahrscheinlich bei diesem Gespräch kein einziges Wort verstehen würde.

Das Vorstellungsgespräch nahm aber schnell eine positive und unerwartete Wendung. Der Personalverantwortliche und Rechtsabteilungsleiter begnügten sich damit, die klassischen Fragen zu stellen, die ich natürlich geduldig und mühsam vorbereitet hatte, indem ich den exakten Wortlaut auswendig gelernt hatte. Ich war auch in der Lage, die entsprechenden Antworten vorzutragen… so natürlich wie es ging.

Erst als mir plötzlich ein Treffen mit einem der Generaldirektoren angeboten wurde, bekam ich Angst und enthüllte die Wahrheit in meinem spontansten Englisch! Am Ende amüsierten sie sich über die Komik der Situation und schätzten meine Kühnheit... Das Glück nahm dann seinen Lauf, da sie in einer anderen Abteilung eine vakante Stelle hatten, in der sich juristische Fähigkeiten und Französischkenntnisse als großer Vorteil erweisen würden.... So kam es, dass ich sogar als Französin und „halb" Juristin meinen ersten Job in Deutschland bekam.

Im Nachhinein bin ich sehr froh, dass ich diese verrückte Idee hatte, mich in eine Situation zu begeben, die sehr unangenehm hätte sein können. Damals war mein einziges Anliegen, mein Gastland zu verstehen. Heute weiß ich, dass ich damals den Grundstein für eine berufliche Karriere gelegt habe, die mich heute erfüllt.

Seitdem hat mich Deutschland immer wieder mit seiner Bereitschaft überrascht, diejenigen zu unterstützen, die sich anstrengen. Es stellt zwar gewisse Anforderungen, aber diese scheinen mir angemessen und legitim zu sein. Wenn man diese ernst nimmt und respektiert, eröffnet Deutschland ungeahnte Perspektiven... Seien Sie also aufmerksam, bereit, aktiv, mutig, zuversichtlich und ergreifen Sie jede Gelegenheit, die sich Ihnen bietet. Wenn Sie davon überzeugt sind, dass Sie Ihr Ziel erreichen können, lassen Sie sich von niemandem das Gegenteil einreden. Denken Sie daran, dass die Grenzen anderer Menschen, nicht Ihre Grenzen sind. ¡Where there is a will, there is a way!

In den letzten vierzehn Jahren hat mich Deutschland auf seine ruhige aber großzügige Art mit allem versorgt, was es zu bieten hat, und ich habe meinerseits versucht, meinen Hauch von Verrücktheit „à la française" einzubringen. Und selbst meine nur ungefähre Beherrschung der Sprache (ja, ich habe es nie geschafft, mein erstes Ziel zu erreichen!) konnte mich nicht davon abhalten, im Jahr 2020 stolz meine deutsche Staatsbürgerschaft zu erhalten.

Ich bin jetzt binational und genieße jeden Tag mit Freude den Reichtum und die Schönheit meiner beiden Heimatländer

Sigal Lindenzweig Carine, Frankreich



Cecilia Campos 15.08.2023

UN DÍA MIRANDO POR LA VENTANA DE MI CASA ME PREGUNTÉ...

¿Qué puedo yo decir de mi vida en Alemania?

Puedo decir que…
Llegué a este país cargando con mis miedos de Caracas, con un estado de alerta ante lo que me rodeaba, con mi necesidad de mantenerme segura en el espacio de mi casa y con el hábito de trabajar como una hormiguita encerrada en mi cuevita.

También me he sentido ahogada e impotente ante las limitaciones del lenguaje para solucionar algunas cosas técnicas, sin saber a quién preguntar y de repente…

Me he descubierto resolviendo aquellos imposibles hasta manejarlos con destreza, lo que ha significado haber ido más allá de mis propios límites.

Puedo decir que he vivido lo que es sentirse fuera de lugar, ignorada y resentida ante un grupo de personas en una reunión de amigos y quedarme callada porque no entendía nada de lo que decían, ni tampoco percibía un intento de ninguno por incluirme en su conversación, decidiendo entonces refugiarme en mi silencio…, hasta que con el tiempo aprendí a disfrutarlo y sentirme bien conmigo misma, porque así no tenía que hacer el esfuerzo por entender o expresarme.

Es cierto también que he percibido un vacío tan grande en mi interior, que me dejaba muda e inactiva durante todo un día o sintiéndome encerrada en un espacio muy estrecho, despertarme día tras día

a las 2:00 de la madrugada con el corazón chiquito, tomar una pluma y mi block para dibujar muchísimas espirales de diminutos hasta más grandes, y parar cuando sentía que ya había drenado lo suficiente, habiéndose acomodado en mi interior aquello que me inquietaba, sintiendo que ya podía seguir durmiendo y atreverme dos años más tarde a exponer esas espirales en una galería de arte, en lo que fue mi primer intento demostrar mis obras, aunque con el inicio de la pandemia nadie hubiera podido ir a verlas.

Afirmo con una gran satisfacción, que además ha sido compartir risas y tremenduras con mi grupo de clases de alemán, sentirme como una niña en la escuela haciendo chistes, reír a carcajadas a escondidas de la maestra y regresar a casa tan feliz por todo lo que había disfrutado esa mañana.

Ha significado para mí sentir una alegría tan grande como cuando un niño descubre que ya puede caminar, cuando después de cinco meses estudiando alemán, de repente me vi fluyendo con las palabras, pronunciando mejor, haciéndome entender y sintiéndome más integrada.

Ha sido darme cuenta de cómo aquella Cecilia, que en Caracas estaba encerrada en sí misma, poco a poco aquí en Alemania ha venido abriéndose como una flor mostrando sus colores.

Puedo decir con gran propiedad que es muy cierto aquello de que «La vida aprieta, pero no ahorca», porque ya descubrí la razón por la cual ella me trajo a este lugar, me encerró aún más de lo que yo estaba en Caracas, limitó mi expresión, me arrinconó en un espacio estrecho limitando mis posibilidades de comunicarse con los demás, hasta producir en mí el efecto contrario con un:

¡Basta ya!
¡Ahora sí que voy a salir!

Y a medida que fui saliendo de mi cascarón, la primera gran sorprendida fui yo misma al comenzar a darme cuenta de todas las cosas de las que era capaz y que, aquí en Alemania, se abrieron las puertas de mi corazón para expresarme con todo lo que soy.

Puedo decir con certeza que la hormiguita trabajadora sigue en mí, sólo que ahora me muestro y comparto mi trabajo con los demás.

Reconozco con gran satisfacción que, después de todo lo que he vivido estos seis años, le estoy agradecida a la vida por haberme traído a este lugar, porque aquí me vi obligada a resolver lo que en Caracas no había resuelto. Aquí también encontré nuevas amistades, ocasiones maravillosas para compartir con los demás, así como nuevas oportunidades de trabajo.

Y así como la vida me estrechó para que saliera mi yo hacia afuera, le estoy muy agradecida porque de la misma manera como me mostró mis sombras, me hizo ver también los colores que tenía guardados en mi corazón y que yo hasta ese momento desconocía. Por ello me siento muy afortunada por haber llegado a este lugar para vivir lo que estoy viviendo, incluso por darme la oportunidad de escribir esto, participando en este proyecto.

Puedo decir tantas cosas, como que mi felicidad es estar conmigo descubriendo nuevos caminos y nuevas formas de llegarle a los demás, y podría decir muchas cosas más, porque es interminable lo que puedo expresar ante mi vida en estas tierras tan distantes de donde yo estaba.

Pero lo más importante que puedo decir, es que soy una Hija de Dios y de la Tierra y que ellos dos se juntan en mi corazón, convirtiéndolo en el lugar de encuentro del amor más grande que alguna vez haya existido: el del Cielo y el de la Tierra.

Y dicho eso ya no me queda nada más que agregar.

Cecilia Campos, Venezuela

EINES TAGES, ALS ICH AUS DEM FENSTER MEINES HAUSES SCHAUTE, FRAGTE ICH MICH SELBST...

Was kann ich über mein Leben in Deutschland sagen?

Ich kann folgendes sagen:
Ich bin mit meinen Ängsten aus Caracas in dieses Land gekommen, mit einem Zustand der Wachsamkeit gegenüber dem, was mich bedroht, mit meinem Bedürfnis, mich in meinem Haus zu schützen und mit der Gewohnheit, wie eine Ameise in meiner kleinen Höhle eingesperrt zu arbeiten.

Ich fühlte mich auch erdrückt und hilflos angesichts der Beschränkungen der Sprache, um einige technische Dinge zu lösen, und wusste nicht, wen ich fragen sollte und plötzlich...

Ich entdeckte, wie ich diese unmöglichen Dinge löste, bis es mir gelang, sie mit Geschick zu bewältigen, was bedeutete, über meine eigenen Grenzen hinauszugehen.

Ich kann sagen, dass ich erlebt habe, wie es ist, sich vor einer Gruppe von Menschen bei einem Treffen von Freunden fehl am Platz zu fühlen, ignoriert und verärgert zu sein und zu schweigen, weil ich nichts von dem, was sie sagten, verstand, noch irgendeinen Versuch von irgendjemandem wahrnahm, mich in ihr Gespräch einzubeziehen, und dann beschloss, mich in mein Schweigen zu flüchten..., bis ich mit der Zeit lernte, es zu genießen und mich gut zu fühlen, weil ich mich dann nicht anstrengen musste, um zu verstehen oder mich auszudrücken.

Es ist auch wahr, dass ich eine so große Leere in mir gespürt habe, dass ich einen ganzen Tag lang stumm und untätig war oder mich in einem sehr engen Raum eingeschlossen fühlte, Tag für Tag um 2 Uhr morgens mit einem kleinen Herzen aufwachte, einen Stift und meinen Block nahm, um viele Spiralen von klein bis größer zu zeichnen, und aufhörte, als ich das Gefühl hatte, dass ich genug geleert hatte: Tag für Tag um 2 Uhr morgens mit einem kleinen Herzen, einen Stift und meinen Block in die Hand nehmend, um viele, viele Spiralen zu zeichnen, von den kleinsten bis zu den größten, und aufhörend, wenn ich das Gefühl hatte, dass ich mich genug entleert hatte, dass das, was mich beschäftigte, sich in mir festgesetzt hatte, das Gefühl, dass ich weiterschlafen konnte, und es zwei Jahre später wagend, diese Spiralen in einer Kunstgalerie auszustellen, was mein erster Versuch war, meine Arbeit zu zeigen, obwohl mit dem Ausbruch der Pandemie niemand in der Lage gewesen wäre, sie zu sehen.

Ich sage mit großer Genugtuung, dass es auch das gemeinsame Lachen und die Freude mit meiner deutschen Sprachgruppe war. Ich fühlte mich wie ein kleines Mädchen in der Schule, das Witze macht, das hinter dem Rücken des Lehrers laut lacht und das so glücklich nach Hause geht, weil ich an diesem Morgen so viel Spaß gehabt habe.

Für mich bedeutete es, so viel Freude zu empfinden, wie wenn ein Kind entdeckt, dass es laufen kann, wenn ich nach fünf Monaten Deutschunterricht plötzlich merkte, dass ich mit den Wörtern fließe, sie besser ausspreche, mich verständlich mache und mich besser integriert fühle.

Ich habe gemerkt, wie diese Cecilia, die in Caracas in sich verschlossen war, sich hier in Deutschland nach und nach geöffnet hat wie eine Blume, die ihre Farben zeigt.

Ich kann mit Fug und Recht sagen, dass es sehr wahr ist, dass „das Leben dich drückt, aber nicht erhängt", denn ich habe bereits den Grund entdeckt, warum es mich an diesen Ort gebracht hat, es hat

mich noch mehr eingeengt als in Caracas, es hat meinen Ausdruck begrenzt, es hat mich in einen engen Raum gedrängt, der meine Möglichkeiten der Kommunikation mit anderen einschränkte, bis es in mir den gegenteiligen Effekt hervorrief mit einem Genug!

Es reicht jetzt!
Jetzt gehe ich raus!

Und als ich aus meinem Schneckenhaus herauskam, war die erste große Überraschung ich selbst, als ich anfing, all die Dinge zu erkennen, zu denen ich fähig war und dass sich hier in Deutschland die Türen meines Herzens öffneten, um mich mit allem, was ich bin, auszudrücken.

Ich kann mit Sicherheit sagen, dass die kleine, arbeitende Ameise immer noch in mir ist, nur dass ich mich jetzt zeige und meine Arbeit mit anderen teile.

Ich stelle mit großer Genugtuung fest, dass ich nach allem, was ich in diesen sechs Jahren erlebt habe, dem Leben dankbar bin, dass es mich an diesen Ort gebracht hat, denn hier war ich gezwungen, das zu lösen, was ich in Caracas nicht gelöst hatte. Hier fand ich auch neue Freundschaften, wunderbare Gelegenheiten, die ich mit anderen teilen konnte, und auch neue Arbeitsmöglichkeiten.

Und so wie das Leben mich der Außenwelt näher gebracht hat, bin ich ihm sehr dankbar, denn so wie es mir meine Schatten gezeigt hat, so hat es mich auch die Farben sehen lassen, die ich in meinem Herzen bewahrt hatte und die ich bis dahin nicht kannte. Ich fühle mich also sehr glücklich, an diesen Ort gekommen zu sein, um das zu leben, was ich lebe, und auch dafür, dass ich die Möglichkeit habe, dies zu schreiben und an diesem Projekt teilzunehmen.

Ich kann so viele Dinge sagen, wie zum Beispiel, dass mein Glück darin besteht, mit mir selbst zusammen zu sein und neue Wege zu entdecken, um andere zu erreichen, und ich könnte noch viel mehr sagen, denn es ist unendlich viel, was ich über mein Leben in diesen Ländern, die so weit von dem entfernt sind, wo ich war, sagen kann.

Aber das Wichtigste, was ich sagen kann, ist, dass ich eine Tochter Gottes und der Erde bin und dass beide in meinem Herzen zusammenkommen und es zum Treffpunkt der größten Liebe machen, die es je gegeben hat: der des Himmels und der der Erde.

Und damit habe ich nichts mehr hinzuzufügen.

Cecilia Campos, Venezuela

ILUSIONES CONGELADAS

Yo era una chica de 25 años, alegre, algo ingenua y con muchas ganas de aventuras. Por eso, cuando mi pareja se planteó buscar trabajo en otra ciudad, rápidamente le dije: «Amor, ¿y por qué no aprovechamos para irnos a otro país? ¡Así podríamos también aprender otro idioma!».

No elegimos destino, él nos eligió a nosotros. Sólo dos días después de aquella conversación encontramos la información del proyecto con el que hemos venido. Las condiciones que nos ofrecían eran tan maravillosas que casi dudábamos de su veracidad.

Después de sólo cuatro meses estudiando este complejo idioma, aterricé en esta nueva ciudad con la que soñaba entre clase y clase. Yo vine primero, mi pareja se quedó al cuidado de los gatos y con su grupo de alemán, que arribaron en febrero.

Pero al llegar todo se complicó, pues el alemán real resultó ser muy diferente al de las clases. Una terrible sensación se incrustó en mi estómago. Las condiciones tampoco resultaron tan idílicas como nos las habían descrito y fue necesario solucionar muchas cosas. Las ilusiones comenzaron a congelarse como un lago en invierno. No entendía lo que me decían, pero tenía tanto miedo de decepcionarlos que sólo asentía con la cabeza sonriendo, rezando por entender algo que me diera una pista.

Temía tanto que pensaran que no era lo suficientemente buena para estar ahí...

Yo, una cotorra parlanchina que no callaba ni debajo del agua, me había convertido en la sirenita del cuento, que no podía usar su voz. Cada vez que intentaba decir algo, el momento se había pasado. Era como si las palabras se escaparan de mi alcance, en un oscuro rincón perdido en mi mente. Con una estudiada sonrisa forzada, disimulaba el dolor y la impotencia de no poder ser yo misma completamente. La voz es el vehículo que tenemos para dejar ver nuestro mundo interior.

Cuerpo presente, cabeza partida en dos: una estaba aquí, intentando descifrar el nuevo idioma; la otra seguía en España. El corazón ni siquiera había subido al avión, se quedó escondido entre las rocas dentro de una caracola, a la orilla del Mar Mediterráneo, pues no sabía vivir sin el sol de mis raíces.

Por la blanda arena, que lame el mar, su pequeña huella no vuelve más...* Se podría decir que el arte me salvó. Casi en cualquier parte, yo cantaba. A las cosas que son feas ponles tú un poco de amor...** Cantar me devolvía la ilusión. La melodía encendía una luz en mi corazón que hace bailar a los seres queridos cada vez que canto. Llegó mi pareja y pronto encontramos una casa para nosotros y los gatos.

* Canción de Mercedes Sosa
** Canción de Teresita Fernández

Por fin las piezas iban encajando. Comenzamos a pintar, descubrimos una técnica nueva llamada Pouring. Pintar era un bálsamo sobre las ásperas magulladuras que me producía estar haciendo constantemente cosas que no controlaba. Me llevaba a un lugar de seguridad y sosiego, donde únicamente yo decidía lo que dejaba entrar y lo que dejaba fuera. Lo interesante de esta técnica es que es casi imposible controlar el resultado, por lo que, paradójicamente, entrenaba mi capacidad de soltar el control enfrentando el hecho de tener que soltarlo. El arte me reconfortó, me restauró por dentro, y pronto sentí el deseo de compartirlo con otros.

Entonces se me ocurrió generar la iniciativa “Encuentros Creativos en Stuttgart”. En lugar de buscar, propondría yo misma las actividades, así aparecerían las personas que resonaran con ellas.

El tiempo de confinamiento me dio la fuerza y el impulso que necesitaba, y me lancé. ¡De repente aparecieron un montón de personas hermosas que querían apuntarse!

Comprendí que, aunque a veces es difícil arrancar, por el camino vas encontrando las respuestas que necesitas.

Fue un gran reto para mí ofrecer algo que había nacido de mi propia creatividad, pero gracias a eso hoy escribo este relato, ya que ello me llevó a conocer al grupo de Mujeres Hispanohablantes de Baden-Württemberg y su maravilloso proyecto.

Cecilia Ríos Soto, España

EINGEFRORENE ILLUSIONEN

Ich war ein 25-jähriges Mädchen, fröhlich, etwas naiv und abenteuerlustig.
Als mein Partner daran dachte, sich einen Job in einer anderen Stadt zu suchen, sagte ich ihm schnell:
„Schatz, warum nutzen wir nicht die Gelegenheit, in ein anderes Land zu gehen, und dort könnten wir auch gleich eine neue Sprache lernen!“

Nicht wir haben das Ziel gewählt, sondern es hat uns gewählt. Nur zwei Tage nach diesem GesprΩäch fanden wir die Informationen über das Projekt, mit dem wir gekommen sind. Die Bedingungen, die uns angeboten wurden, waren so wunderbar, dass wir fast an ihrem Wahrheitsgehalt zweifelten.

Nach nur vier Monaten des Studiums dieser komplexen Sprache landete ich in dieser neuen Stadt, von der ich zwischen den Vorlesungen träumte. Ich kam zuerst, mein Partner blieb zurück, um sich um die Katzen zu kümmern und um mit seiner deutschen Gruppe anzureisen, die im Februar ankam.

Aber bei der Ankunft wurde alles kompliziert, denn das wirkliche Deutsch unterscheidet sich sehr von dem im Unterricht gelernten. Ein schreckliches Gefühl machte sich in meinem Magen breit. Die Bedingungen waren nicht so idyllisch, wie sie beschrieben worden waren, und viele Dinge mussten geklärt werden. Die Illusionen begannen zu gefrieren wie ein See im Winter. Ich verstand nicht, was sie mir sagten, aber ich hatte solche Angst, sie zu enttäuschen, dass ich nur lächelnd mit dem Kopf nickte und betete, dass ich etwas verstehen würde, das mir einen Hinweis geben würde.

Ich hatte solche Angst, dass sie denken würden, ich sei nicht gut genug, um dort zu sein....

Ich, eine Quasselstrippe, die selbst unter Wasser nicht den Mund halten konnte, war zu der kleinen Meerjungfrau in der Geschichte geworden, die ihre Stimme nicht benutzen konnte. Jedes Mal, wenn ich versuchte, etwas zu sagen, war der Moment vorbei. Es war, als wären mir die Worte entglitten, in eine dunkle Ecke, verloren in meinem Kopf. Mit einem einstudierten, erzwungenen Lächeln überspielte ich den Schmerz und die Hilflosigkeit, nicht ganz ich selbst sein zu können. Die Stimme ist das Mittel, mit dem wir unsere innere Welt zeigen können.

Der Körper war anwesend, der Kopf zweigeteilt: der eine war hier und versuchte, die neue Sprache zu entziffern, der andere war noch in Spanien. Das Herz war noch nicht einmal an Bord des Flugzeugs, es blieb zwischen den Felsen in einer Muschelschale am Ufer des Mittelmeers versteckt, denn es wusste nicht, wie es ohne die Sonne meiner Wurzeln leben sollte.

Durch den weichen Sand, der das Meer leckt, kommt sein kleiner Fußabdruck nie zurück...* Man könnte sagen, dass die Kunst mich gerettet hat. Fast überall habe ich gesungen. To the things that are ugly, put a little love...** To the things that are ugly, put a little love...** To the things that are ugly, put a little love...** To the things that are ugly, put a little love...
Das Singen gab mir meine Illusion zurück. Die Melodie entzündete ein Licht in meinem Herzen, das meine Liebsten jedes Mal tanzen lässt, wenn ich singe. Mein Lebenspartner kam an und wir fanden bald ein Zuhause für uns und die Katzen.

Endlich kamen die Dinge ins Rollen. Wir begannen zu malen und entdeckten eine neue Technik, das Gießen. Das Malen war Balsam für die blauen Flecken, die ich bekam, weil ich ständig Dinge tat, über die ich keine Kontrolle hatte. Es brachte mich an einen Ort der Sicherheit und Ruhe, an dem nur ich entschied, was ich hereinlasse und was ich herauslasse. Das Interessante an dieser Technik ist, dass es fast unmöglich ist, das Ergebnis zu kontrollieren, also trainierte ich paradoxerweise meine Fähigkeit, die Kontrolle loszulassen, indem ich mich dem Loslassen stellte.

Die Kunst tröstete mich, erholte mich innerlich, und bald verspürte ich den Wunsch, sie mit anderen zu teilen.

Da kam mir die Idee, die Initiative Creative Encounters in Stuttgart ins Leben zu rufen. Statt zu suchen, würde ich die Aktivitäten selbst vorschlagen, so dass sich Menschen finden würden, die mit ihnen in Resonanz gehen.

Die Zeit des Lockdowns gab mir die nötige Kraft und den Antrieb, und ich wagte den Schritt - plötzlich tauchten viele schöne Menschen auf, die mitmachen wollten!

Ich erkannte, dass es manchmal schwierig ist, den Anfang zu machen, aber im Laufe der Zeit findet man die Antworten, die man braucht.

Es war eine große Herausforderung für mich, etwas anzubieten, das aus meiner eigenen Kreativität entstanden ist, aber dank dieser Herausforderung schreibe ich heute diese Geschichte, weil ich dadurch die Gruppe spanischsprachiger Frauen aus Baden-Württemberg und ihr wunderbares Projekt kennen gelernt habe.

* Lied von Mercedes Sosa
** Lied von Teresita Fernández

Cecilia Ríos Soto, Spanien

LA RESILIENCIA: DESCUBRIENDO MI PROPÓSITO DE VIDA A TRAVÉS DEL DOLOR

Desde muy pequeña soñaba con conocer el mundo. Recuerdo que cuando era niña, al estar en mi cuarto leyendo mi libro favorito de cuentos de los Hermanos Grimm, soñaba con visitar aquellos paisajes de ensueño. Qué lugares más hermosos recorren aún mi mente, pienso aún en los cisnes nadando en hermosos lagos de cristalinas aguas rodeados por majestuosos castillos.

En medio de estas historias de fantasía, el sueño de viajar por el mundo y conocer otras culturas, otros idiomas y diferentes sabores de vida, se hacía cada vez mayor.

No obstante, a medida que pasaba el tiempo, este sueño se iba diluyendo (en medio de una familia de padres separados y con mi madre como cabeza del hogar, era cada vez más consciente que difícilmente podría viajar).

Con muchas dificultades económicas terminé mi primera carrera universitaria. Posteriormente, trabajé por varios años siendo maestra de niños y jóvenes con muchas vulnerabilidades y situaciones de extrema pobreza y violencia. A raíz de esto, y con mucho esfuerzo, decidí estudiar una segunda carrera profesional, eligiendo Psicología como mi vocación de vida.

Una vez que terminé mis estudios de Psicología, trabajando me encontré con aún mayores situaciones de extremo dolor, al ver día a día niños y jóvenes con adicción a las drogas, en situaciones de extrema violencia física, emocional, los cuales en su mayoría vivían en las calles.

Esto me llevó a reconsiderar lo que sería mi vocación de vida. Es ahí donde nació la idea de crear y consolidar una fundación sin ánimo de lucro para de alguna manera contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de aquellas personas. Por este mismo tiempo, había empezado a trabajar en una empresa que comercializaba productos importados desde empresas europeas. A raíz de esto, empecé a tener contacto con compañías en países como Alemania y España, a las cuales les presenté mi organización. Con gran sorpresa, empecé a recibir el soporte económico que tanto buscaba.

Es ahí donde exploré mis opciones de formación en el extranjero y decidí viajar a Londres por un año a estudiar inglés. A la vez vendía allí productos artesanales colombianos realizados por madres-cabeza de familia. Luego apliqué para una Maestría en Psicología Clínica en Alemania. Desde entonces vivo aquí, y he logrado cumplir mi sueño de niña de visitar los bellos paisajes de mis cuentos de hadas.

Una vez finalizados mis estudios de maestría en Heidelberg, retomé mi proyecto de ayuda social en Colombia, lo cual me guió hacia la Asociación de Mujeres Hispanohablantes de Baden-Württemberg, para hacer parte del área de desarrollo de proyectos de cooperación internacional, donde a través de diferentes agencias internacionales desarrollamos varios proyectos de ayuda social para Latinoamérica.

Actualmente trabajo para una organización alemana del gobierno, desarrollando mi vocación como terapeuta, con personas que tienen condiciones mentales difíciles, pero también con algunas personas con problemas de adicción a las drogas y al alcohol.

A través de este recorrido de vida quiero animar a todas aquellas personas que han emigrado por diferentes circunstancias, para que no abandonen sus sueños, para que luchen por esa misión de vida que les

ha sido encomendada, puedo decir que la fe y el amor a aquellas poblaciones con las cuales he podido trabajar en Colombia, y con las cuales trabajo actualmente en Alemania, me han movido el corazón para dar lo mejor de mí, y dejar una huella en este mundo de vulnerabilidad.

Así mismo, puedo afirmar que la resiliencia ha sido una herramienta que ha inspirado mi recorrido de vida; todas aquellas situaciones difíciles de vida afrontadas me han llevado a ser más fuerte, a inspirar a otras personas con mi ejemplo de vida desde las acciones más que desde las palabras.

No es fácil expresar todo lo que he vivido al ver tantas personas con sufrimientos de extremo dolor cada día, de abandono, de desesperanza y de soledad; pero lo que sí les puedo decir es que si por alguna razón se encuentran viviendo fuera de sus países, de sus lugares de origen, e inclusive lejos de sus familias y amigos de toda la vida como yo vivo actualmente, no se desanimen porque por alguna razón y misión de vida están en el lugar donde ahora están.

Finalmente, me queda decir que los sueños que tuve de niña de conocer los cisnes blancos nadando en aguas cristalinas, los majestuosos castillos de las princesas en los cuentos de hadas se han hecho realidad. Sin embargo, todo no ha sido un cuento de hadas. Vivir en Alemania, estar lejos de mi familia y mis amigos de toda la vida, extrañando los sabores de mi comida favorita, mi clima, los hábitos culturales diferentes, es una experiencia indescriptible que me ha permitido crecer a nivel personal y profesional. He aprendido mucho de esta cultura totalmente diferente.

Es tan interesante ver el mundo desde una perspectiva tan diferente a la acostumbrada, saber que la cultura alemana demuestra su afecto de una manera muy diferente me ha hecho pensar lo grande, interesante e indescifrable que es el pensamiento humano. Puedo decir que Alemania me ha brindado muchas posibilidades de estabilidad económica y profesional, que desafortunadamente nunca encontré en Colombia, asimismo, me ha permitido retomar mi proyecto de vida con la fundación de una manera más efectiva y sostenible.

Cristina Garzón Castro, Colombia

DIE RESILIENZ: MEIN LEBENSZIEL DURCH SCHMERZ ENTDECKEN

Schon als kleines Mädchen träumte ich davon, die Welt zu bereisen. Ich erinnere mich, dass ich als Kind in meinem Zimmer saß und mein Lieblingsbuch mit Geschichten der Brüder Grimm las. Ich träumte davon, jene traumhaften Landschaften zu besuchen. Was für wunderschöne Orte sie doch sind, die bis heute in meinem Geist verweilen. Ich denke noch immer an die Schwäne, die in kristallklaren Seen schwimmen, umgeben von majestätischen Schlössern.

Inmitten dieser fantastischen Geschichten wuchs der Traum, die Welt zu bereisen, andere Kulturen kennenzulernen, andere Sprachen zu lernen und verschiedene Geschmacksrichtungen des Lebens zu erleben.

Doch im Laufe der Zeit schwand dieser Traum (inmitten einer Familie mit getrennten Eltern und meiner alleinerziehenden Mutter als Hauptverdienerin wurde mir zunehmend bewusst, dass es schwierig werden würde zu reisen).

Mit vielen finanziellen Schwierigkeiten beendete ich mein erstes Universitätsstudium. Danach arbeitete ich mehrere Jahre als Lehrerin für Kinder und Jugendliche, die in großer Armut und mit extremen Gewalterfahrungen lebten. Aufgrund dessen, nach reiflicher Überlegung und mit viel Mühe entschied ich mich, ein zweites Studium aufzunehmen und wählte Psychologie als meine Lebensberufung.

Nachdem ich mein Psychologiestudium abgeschlossen hatte, stieß ich in meiner Arbeit auf noch extremere Fälle von Schmerz, als ich täglich Kinder und Jugendliche sah, die drogenabhängig waren und in Situationen extremer körperlicher und emotionaler Gewalt meist auf der Straße lebten.

Dies brachte mich dazu, meine Lebensberufung zu überdenken. So entstand die Idee, eine gemeinnützige Stiftung zu gründen, um auf irgendeine Weise zur Verbesserung der Lebensqualität dieser Menschen beizutragen. Zu dieser Zeit hatte ich begonnen, in einem Unternehmen zu arbeiten, das importierte Produkte von europäischen Firmen verkaufte. Dadurch nahm ich Kontakt zu Unternehmen in Ländern wie Deutschland und Spanien auf, denen ich meine Organisation vorstellte. Zu meiner großen Überraschung begann ich, die finanzielle Unterstützung zu erhalten, die ich so sehr gesucht hatte.

An diesem Punkt informierte ich mich über Ausbildungsmöglichkeiten im Ausland und entschied mich, für ein Jahr nach London zu gehen, um Englisch zu lernen. Gleichzeitig verkaufte ich dort handgefertigte Produkte, die von alleinerziehenden Müttern in Kolumbien hergestellt wurden. Danach bewarb ich mich für einen Master in Klinischer Psychologie in Deutschland. Seitdem lebe ich hier und habe meinen Kindheitstraum erfüllt, die schönen Landschaften meiner Märchen zu besuchen.

Nachdem ich mein Masterstudium in Heidelberg abgeschlossen hatte, nahm ich mein Sozialprojekt in Kolumbien wieder auf. Dies führte mich zum Verein Spanischsprechende Frauen in Baden-Württemberg, wo ich im Bereich der Entwicklung internationaler Kooperationsprojekte tätig war. Dort entwickelten wir zusammen mit verschiedenen internationalen Agenturen mehrere Sozialhilfsprojekte für Lateinamerika.

Derzeit arbeite ich für eine deutsche Regierungsorganisation, in der ich meine Berufung als Therapeutin ausübe. Ich arbeite mit Menschen, die unter schweren psychischen Erkrankungen leiden, aber auch mit einigen, die Drogen- und Alkoholabhängigkeit überwinden müssen.

Durch diesen Lebensweg möchte ich alle ermutigen, die aus verschiedenen Gründen emigriert sind, ihre Träume nicht aufzugeben und für die Lebensaufgabe zu kämpfen, die ihnen zugeteilt wurde. Ich kann sagen, dass der Glaube und die Liebe zu den Menschen, mit denen ich in Kolumbien und derzeit in Deutschland arbeite, mein Herz berühren, sodass ich mein Bestes geben und einen bleibenden Eindruck in dieser verletzlichen Welt hinterlassen möchte.

Ich kann auch sagen, dass Resilienz ein Werkzeug war, das meinen Lebensweg inspiriert hat; alle schwierigen Lebenssituationen, denen ich begegnet bin, haben mich stärker gemacht und mich dazu gebracht, andere Menschen nicht durch meine Worte, sondern durch meine Taten und mein Lebensbeispiel inspirieren zu wollen.

Es ist nicht leicht, all das auszudrücken, was ich erlebt habe, wenn ich täglich so viele Menschen mit extremem Leid sehe, die unter Verlassenheit, Verzweiflung und Einsamkeit leiden. Ich möchte Ihnen mitgeben, dass, wenn Sie aus irgendeinem Grund fernab Ihrer Heimatländer, Ihrer Herkunftsorte und sogar weit weg von Ihren Familien und Ihren lebenslangen Freunden leben, wie ich es derzeit tue, Sie sich nicht entmutigen lassen sollten. Sie sind aus einem bestimmten Grund und mit einer bestimmten Lebensaufgabe an dem Ort, an dem Sie sich gerade befinden.

Abschließend kann ich sagen, dass die Träume, die ich als Kind hatte, weiße Schwäne in kristallklaren Gewässern zu sehen und die majestätischen Schlösser der Prinzessinnen aus Märchen zu besuchen, wahr geworden sind. Doch es war nicht alles ein Märchen. In Deutschland zu leben, weit weg von meiner Familie und meinen lebenslangen Freunden, die Aromen meiner Lieblingsspeisen, mein Klima und die verschiedenen kulturellen Gewohnheiten zu vermissen, ist eine unbeschreibliche Erfahrung, die oft schmerzt, aber mir auch persönliches und berufliches Wachstum ermöglicht hat. Ich habe viel von dieser völlig anderen Kultur gelernt.

Es ist so interessant, die Welt aus einer so neuen Perspektive zu sehen. Zu wissen, dass die deutsche Kultur Zuneigung auf eine ganz andere Weise zeigt, hat mich dazu gebracht, darüber nachzudenken, wie groß, beeindruckend und undurchschaubar das menschliche Denken ist. Deutschland hat mir viele Möglichkeiten für wirtschaftliche und berufliche Stabilität geboten hat, die ich in Kolumbien leider nie gefunden habe. Ebenso hat es mir ermöglicht, mein Lebensprojekt mit der Stiftung auf eine effektivere und nachhaltigere Weise wieder aufzunehmen.

Cristina Garzón Castro, Kolumbien

SER, PARTIR Y REPETIR

Con las ciudades donde vivo creo una relación que empieza en un coqueteo tímido, un disimulado interés, un trato superficial, estrictamente logístico. Al principio estudio sus calles con el pragmatismo de quien analiza el sistema nervioso de un cuerpo muerto. Camino por sus barrios como si accidentalmente pasara por ahí, sin tomar referencias ni prestar demasiada atención a las fachadas, árboles y parques. Por un tiempo mantengo mi indiferencia, mi total ausencia de emociones. Simplemente observo sin admirar y espero a que sea la ciudad quien me sorprenda y dé motivos.

De manera sistemática hago los trámites y vueltas propias de la mudanza. Suelo llegar con poco equipaje y alquilo siempre pisos amueblados para evitar ir acumulando cualquier peso que me pueda entorpecer. Como si en algún momento tuviera que salir corriendo a quién sabe dónde ni por qué.

Mantengo las paredes blancas, no cuelgo fotos ni nada que me recuerde a mis vidas pasadas.

No conservo trastos que me traigan memorias, me da igual que sean alegres o tristes. No cargo con nada que entorpezca el desarrollo de mi nueva relación geográfica. Sólo adopto plantas, por lo menos ellas sí tienen las raíces bien puestas.

El cortejo suele ser rápido, no me hago mucho de rogar. En realidad, una vez superada la fría fase de aterrizaje y reconocimiento mutuo, permito que la ciudad me toque el alma, dejo que se me acerque sutilmente, que su luz coloree mi piel y sus olores se me vuelvan irresistibles. La recorro toda, ahora sí devorándome cada esquina, emocionándome con cada nuevo atajo.

La veo con ojos de descubridora, como si nadie antes de mí la hubiese pisado, planto mi bandera imaginaria en su punto más alto y la declaro mía.

No tengo prisa en conocer a las personas que viven en ella, por algún tiempo me dedico sólo a observarme en el nuevo ambiente, a escuchar lo que pasa dentro de mí. Lentamente van apareciendo personajes: colegas de trabajo, vecinas, carteros, empleadas del supermercado, gente que se repite en mi cotidianidad y a la que voy dando su papel de extra en mi nueva película urbana. Sin esfuerzo llegan personas amigas, al principio no filtro, les dedico el espacio que ellas a su vez me ofrecen, sin invadirnos ni hacer ningún pacto. Fluimos, nos conocemos, nos abrimos hasta donde queremos y continuamos acompañándonos, o no.

El idioma suele ser distinto al del sitio anterior, así que buena parte de mi energía se va en aprenderlo, con mayor o menor éxito, pero siempre con muchas ganas.

Me conmueven los nuevos sonidos que salen de mi garganta, juego a desconocer mi voz, como si fuera la de otra, diciendo cosas muy raras, distintas a mí, al pasado, a eso que de alguna manera sigo siendo. La nueva lengua aumenta mis posibles facetas. Me conjugo en todos los tiempos y me doy el lujo de decirme cosas horribles para después corregirlas con la recién estrenada habla. Las palabras extranjeras me hacen mejor efecto que las del viejo idioma.

El idilio forastero suele durar entre uno y cuatro años, con nuestros altos y bajos, pero siempre en armonía, incluyendo momentos pasionales que rozan el nivel de obsesión.

Me siento tan parte de ese territorio que creo tener el derecho de abandonarlo cuando me da la gana, o de exigirle más entretenimiento y mayores estímulos como condición para quedarme. Me pongo tan intensa que ni me entero de cómo terminamos en la monotonía y cuando menos pienso, ya no siento nada.

De repente, pasa algo totalmente aleatorio y se acaba el amor. Así, sin más; sucede que las mariposas se me escapan del estómago y agarran otro rumbo. Lucho un rato contra mí misma, intentando convencerme de no partir, después de todo, ningún sitio es perfecto y

las fuerzas cada vez son menos. Al mismo tiempo, tengo la consciencia de transitar solamente en esta dimensión y el único modo que conozco de multiplicar mis fases de vida es emigrando.

Sólo así voy descubriendo quién soy, poniéndome a prueba, descomponiendo mi realidad a posta para después volverla a armar y conseguir otras versiones de mí.

Cynthia Cantú, México

SEIN, GEHEN UND WIEDERHOLEN

Mit den Städten, in denen ich lebe, baue ich eine Beziehung auf, die mit einem schüchternen Flirt, einem verdeckten Interesse, einer oberflächlichen, rein logistischen Behandlung beginnt. Zuerst studiere ich ihre Straßen mit dem Pragmatismus von jemandem, der das Nervensystem eines toten Körpers analysiert. Ich gehe durch die Viertel, als ob ich zufällig vorbeikomme, ohne mir Hinweise zu holen, ohne den Fassaden, Bäumen und Parks zu viel Aufmerksamkeit zu schenken. Eine Zeit lang behalte ich meine Gleichgültigkeit, meine völlige Abwesenheit von Emotionen bei. Ich beobachte einfach, ohne zu bewundern und warte darauf, dass die Stadt mich überrascht und mich herausfordert.

Ich gehe systematisch die Schritte des Umzugs durch. Ich reise meist mit wenig Gepäck an und miete immer möblierte Wohnungen, um kein Gewicht anzuhäufen, das mich behindern könnte. Als ob ich mich irgendwann auf den Weg machen müsste, wer weiß wohin oder warum.

Ich halte die Wände weiß, ich hänge keine Fotos auf und auch nichts, was mich an mein früheres Leben erinnert.

Ich bewahre keinen Krempel auf, der Erinnerungen weckt, egal ob sie glücklich oder traurig sind. Ich trage nichts bei mir, was die Entwicklung meiner neuen geografischen Beziehung behindern könnte. Ich adoptiere nur Pflanzen, zumindest haben sie ihre Wurzeln gut verankert.

Das Umwerben geht meist schnell, ich lasse mich nicht zu sehr bitten. Sobald die kalte Phase der Landung und des gegenseitigen Erkennens vorbei ist, lasse ich es zu, dass die Stadt meine Seele be-

rührt, dass sie sich mir subtil nähert, dass ihr Licht meine Haut färbt und ihre Gerüche für mich unwiderstehlich werden. Ich laufe durch sie hindurch, verschlinge jede Ecke und bin begeistert von jeder neuen Abkürzung.

Ich betrachte sie mit den Augen eines Entdeckers, als hätte noch nie jemand vor mir einen Fuß auf sie gesetzt, ich stelle meine imaginäre Flagge auf ihren höchsten Punkt und erkläre sie zu meiner.

Ich habe es nicht eilig, die Menschen, die dort leben, kennenzulernen. Eine Zeit lang beobachte ich mich selbst in der neuen Umgebung und höre auf das, was in mir vorgeht. Langsam tauchen Charaktere auf: Arbeitskollegen, Nachbarn, Postboten, Supermarktangestellte, Menschen, die sich in meinem Alltag wiederholen und denen ich eine Statistenrolle in meinem neuen Stadtfilm gebe. Mühelos erscheinen Freunde, zunächst filtere ich nicht, vielmehr gewähre ich ihnen den Raum, den sie mir ihrerseits anbieten, ohne in unser Innerstes einzudringen. Wir strömen, wir lernen uns kennen, wir öffnen uns so weit, wie wir wollen und begleiten uns weiter, oder auch nicht.

Die Sprache ist meist eine andere als die des vorherigen Ortes, also geht ein guter Teil meiner Energie in das Erlernen der Sprache, mit mehr oder weniger Erfolg, aber immer mit großer Begeisterung. Ich bin bewegt von den neuen Klängen, die aus meiner Kehle kommen, ich spiele damit, meine Stimme nicht zu kennen, als wäre sie die eines anderen, der sehr seltsame Dinge sagt, anders als ich, anders als die Vergangenheit, anders als das, was ich irgendwie noch bin. Die neue Sprache vergrößert meine möglichen Facetten. Ich konjugiere mich in allen Zeitformen und habe den Luxus, schreckliche Dinge zu mir selbst zu sagen und sie dann mit meiner neu gewonnenen Sprache zu korrigieren. Fremdwörter haben eine bessere Wirkung auf mich als die der alten Sprache.

Die fremde Idylle dauert normalerweise zwischen einem und vier Jahren, mit unseren Höhen und Tiefen, aber immer in Harmonie, einschließlich leidenschaftlicher Momente, die an Besessenheit grenzen.

Ich fühle mich so sehr als Teil dieses Gebiets, dass ich das Recht habe, es zu verlassen, wann immer mir danach ist, oder mehr Unterhaltung und Stimulation als Bedingung für mein Bleiben zu verlangen. Ich werde so intensiv, dass ich gar nicht merke, wie wir in der Monotonie enden und wenn ich am wenigsten daran denke, fühle ich gar nichts mehr.

Plötzlich passiert etwas völlig Zufälliges und die Liebe ist vorbei. Einfach so passiert es, dass die Schmetterlinge aus meinem Bauch entweichen und eine andere Richtung einschlagen. Ich kämpfe eine Weile gegen mich selbst und versuche, mich davon zu überzeugen, nicht zu gehen - schließlich ist nirgendwo alles perfekt und meine Kräfte schwinden. Gleichzeitig ist mir bewusst, dass ich nur in dieser Dimension bin und der einzige Weg, den ich kenne, um meine Lebensphasen zu vervielfachen, ist auszuwandern.

Das ist der einzige Weg, um herauszufinden, wer ich bin, mich zu testen, meine Realität zu zerlegen, um sie wieder zusammenzusetzen und andere Versionen von mir zu erlangen.

Cynthia Cantú, México

EN BÚSQUEDA DE SUSTENTO, DIGNIDAD Y CRECIMIENTO

Soy chilena y hace unos años descubrí que además tengo la nacionalidad alemana por mi abuelo, que emigró muy pequeño a Chile, en la época en que mi país regalaba tierras a los europeos.

Yo soy madre de seis hijos, separada hace muchos años. Los he criado prácticamente sola, y mi profesión –soy Terapeuta Ocupacional– ha servido para poder mantener a mi familia y me ha permitido sentirme realizada y económicamente independiente.

Los últimos tres años en Chile fueron tristes; el nivel de desempleo se había ido a las nubes, conseguía trabajos de medio tiempo en las universidades y otro medio tiempo atendiendo pacientes. Siempre trabajando con contratos cortos.

En mi último trabajo tuve muchas dificultades y, como en mi país había tanta competencia y conflictos laborales, finalmente no me renovaron el contrato y quedé cesante y muy dolida, ya que recibí un trato realmente irrespetuoso en ese lugar y además eso significaba volver a tratar de insertarme en un mundo laboral muy hostil. Ya estaba cansada de rogar y de perder la dignidad en esa búsqueda.

Finalmente, después de pensarlo mucho y consultar con mis hijos, tomé la decisión de venirme a Alemania. La idea era aprender el idioma, convalidar mi título y trabajar en mi profesión o en lo que fuera mientras estuviese aprendiendo el idioma.

Fue muy duro tener que cerrar mi casa. Tuve que deshacerme de cada cosa que me recordaba mi vida de madre y de terapeuta. Vender algunas cosas, regalar otras tantas y totalmente sola recoger mi vida, irme de mi país y dejar atrás a mis amados hijos, todo esto fue muy doloroso. Ellos ya hace tiempo que tenían sus vidas independientes, excepto el pequeño que vivía conmigo hasta esa fecha, pero como había entrado a la universidad en otra ciudad, también se mudaría allá.

Creo que al salir de Chile me faltó abrazar más a mis hijos, disfrutarlos más. Estaba muy centrada en mi pena y la decepción de no haber logrado una vida digna en mi país, que tanto amo. Extraño y siempre extrañaré el sonido de las olas del mar, sus paisajes, la espontaneidad de la gente tan expresiva, los abrazos de mis hijos, su cariño.

Al pasar el tiempo he llegado a la conclusión de que las madres siempre estamos pendientes de nuestros hijos, aunque ellos ya sean adultos. Mi vida son ellos, pero creo que esta es una oportunidad también para encontrarme conmigo misma y aprender a amarme, y al verme en situaciones complejas he aprendido a descubrir mis talentos y virtudes, y también los desaciertos y corregirlos en la medida de lo posible.
El hecho de haber criado seis hijos me ha mantenido tan ocupada durante décadas que ha dejado poco espacio para el desarrollo de mi autoconocimiento y valoración personal, por lo tanto, esta es una hermosa oportunidad para hacerlo.

Partí con el corazón ensombrecido, todavía me pregunto: ¿De dónde saqué fuerzas para hacerlo?

Yo creo profundamente en un Dios de amor que me cuida y protege en cada instante, que me ayuda a tener fuerzas para seguir adelante en los momentos de aflicción y en cada instante de mi vida, y esa fe me ha ayudado también en esta experiencia.

Al llegar a Alemania he tenido algunas dificultades, ya que la vida acá es muy burocrática y al no saber el idioma he tenido que pedir ayuda y buscar redes de apoyo. Al pasar los meses se añadió la pandemia, que cerró las puertas de las oficinas públicas donde de-

bía y debo hacer trámites.

Afortunadamente han aparecido muchos ángeles de carne y hueso que me han ayudado y acogido con cariño: latinas que ya vivieron su proceso de migración. Sin ellas y su generosidad no habría sido posible lo que hasta ahora he conseguido.

A un año de mi llegada a Alemania estoy viviendo en una habitación acogedora y tengo un trabajo de medio tiempo donde puedo brindar mis conocimientos de terapeuta ocupacional o Ergo-terapeuta en mi idioma, así que le estoy muy agradecida a Dios y a la vida.

Estoy convencida de que los latinos aportamos mucha alegría y energía a esta cultura tan diferente.

Yo, en particular, quiero contribuir a esta sociedad con mi dulzura, mi valentía, mis valores, mi paciencia y, además, con mis conocimientos y experiencia profesional, que son muy valorados en Alemania.

Siento que todavía tengo mucho que dar y estoy segura de que este gran cambio en mi vida será el comienzo de una etapa madura, plena y gratificante.

Elizabeth Rickenberg, Chile

AUF DER SUCHE NACH LEBENSUNTERHALT, WÜRDE UND WACHSTUM

Ich bin Chilenin und habe vor einigen Jahren entdeckt, dass ich auch die deutsche Staatsangehörigkeit besitze, da mein Großvater in sehr jungen Jahren nach Chile ausgewandert ist, zu einer Zeit, als mein Land ein Felder an auswandernde Europäer verschenkte.

Ich bin Mutter von sechs Kindern und seit vielen Jahren geschieden. Ich habe meine Kinder allein großgezogen, und mein Beruf - ich bin Ergotherapeutin - hat mir geholfen, meine Familie zu unterstützen, und hat mir ermöglicht, mich erfüllt und finanziell unabhängig zu fühlen.

Die letzten drei Jahre in Chile waren traurig; die Arbeitslosigkeit hatte in meinem Land zugenommen, also nahm ich Teilzeitjobs an Universitäten und andere Teilzeitjobs an, bei denen ich Patienten auf privater Basis betreute und mit Kurzzeitverträgen arbeitete.

In meinem letzten Job hatte ich viele Schwierigkeiten, denn in meinem Land gibt es viel Wettbewerb und Arbeitskonflikte. Am Ende wurde mein Vertrag nicht verlängert und ich wurde entlassen.

Ich fühlte mich sehr verletzt, weil ich an diesem Arbeitsplatz sehr respektlos behandelt wurde. Also musste ich zurückgehen und versuchen, in einem sehr feindseligen Umfeld einen Job zu finden. Ich war es leid, zu betteln und meine Würde bei der Arbeitssuche zu verlieren.

Nach reiflicher Überlegung und in Absprache mit meinen Kindern traf ich schließlich die Entscheidung, nach Deutschland zu kommen.

Die Idee war, die Sprache zu lernen, meinen Abschluss zu bestätigen und in meinem Beruf oder in einem anderen Job zu arbeiten, während ich die Sprache lerne.

Es war sehr schwer, mein Haus aufgeben zu müssen. Ich musste mich von allem verabschieden, was mich an mein Leben als Mutter und Beschäftigungstherapeutin erinnerte. Ich musste einige Möbel verkaufen, einige Möbel weggeben und ganz allein mein Leben in die Hand nehmen, mein Land verlassen und meine geliebten Kinder zurücklassen. All dies war sehr schmerzhaft. Meine Kinder lebten schon seit langem selbstständig, mit Ausnahme des Jüngsten, der bis dahin bei mir wohnte. Aber als er sein Studium begann, musste er in eine andere Stadt ziehen.

Ich glaube, als ich Chile verließ, habe ich meine Kinder nicht mehr umarmt, ich habe sie nicht mehr genossen. Ich war zu sehr mit meinem Kummer und der Enttäuschung darüber beschäftigt, dass ich in meinem Land kein anständiges Leben führen konnte. Ich vermisse und werde immer das Rauschen der Meereswellen, die Landschaften, die Spontaneität der Menschen, die so ausdrucksstark sind, die Umarmungen meiner Kinder, ihre Zuneigung vermissen.

Im Laufe der Zeit bin ich zu dem Schluss gekommen, dass wir Mütter uns immer um unsere Kinder kümmern, auch wenn sie schon erwachsen sind. Mein Leben sind sie, aber ich glaube, dass dies auch eine Gelegenheit ist, mich selbst zu finden und zu lernen, mich selbst zu lieben, und indem ich mich in komplexen Situationen gesehen habe, habe ich gelernt, meine Talente und Tugenden zu entdecken, und ich habe auch meine Fehler entdeckt und gelernt, sie so weit wie möglich zu korrigieren.

Da ich sechs Kinder großgezogen habe, war ich jahrzehntelang sehr beschäftigt, so dass ich wenig Raum für die Entwicklung meiner Selbsterkenntnis und meines Selbstwerts hatte, und das ist eine wunderbare Gelegenheit, dies zu tun.

Ich bin mit einem verfinsterten Herzen gegangen, und ich frage mich immer noch: Woher habe ich die Kraft dazu genommen?

Ich glaube fest an einen Gott der Liebe, der für mich sorgt und mich in jedem Moment beschützt, der mir hilft, in Zeiten der Not und in jedem Moment meines Lebens die Kraft zu haben, weiterzumachen, und dieser Glaube hat mir auch bei dieser Erfahrung geholfen.

Als ich in Deutschland ankam, hatte ich einige Schwierigkeiten, denn das Leben hier ist sehr bürokratisch, und da ich Schwierigkeiten mit der Sprache habe, musste ich um Hilfe bitten und nach Unterstützungsnetzen suchen. Im Laufe der Monate kam dann noch die Pandemie hinzu, und die Türen der öffentlichen Ämter, bei denen ich den Papierkram erledigen musste und muss, waren geschlossen.

Zum Glück gab es viele Engel aus Fleisch und Blut, die mir geholfen und mich liebevoll aufgenommen haben: Latinas, die den Migrationsprozess bereits durchlaufen haben. Ohne sie und ihre Großzügigkeit wäre das, was ich bis jetzt erreicht habe, nicht möglich gewesen.

Ein Jahr nach meiner Ankunft in Deutschland wohne ich in einem gemütlichen Zimmer und habe einen Teilzeitjob, bei dem ich mein Wissen als Ergotherapeutin oder Beschäftigungstherapeutin in meiner eigenen Sprache anbieten kann.

Ich bin überzeugt, dass Latinos viel Freude und Energie in diese ganz andere Kultur einbringen.

Ich möchte insbesondere mit meiner Sanftheit, meinem Mut, meinen Werten, meiner Geduld und auch mit meinem Wissen und meiner Berufserfahrung, die in Deutschland sehr geschätzt werden, zu dieser Gesellschaft beitragen.

Ich habe das Gefühl, dass ich noch viel zu geben habe, und ich bin sicher, dass diese große Veränderung in meinem Leben der Beginn einer reifen, erfüllenden und lohnenden Phase sein wird.

Elizabeth Rickenberg, Chile

EXPERIENCIA DE CAMBIO Y CRECIMIENTO

Después de una relación a distancia por cuatro años desde Guatemala con Niklas, originario de Alemania, contraje segundas nupcias en abril de 2019.

Tomar la decisión de mudarme a Alemania no fue fácil, principalmente porque no quería perder mi independencia económica, tampoco quería perder esa seguridad que da estar en lo que conocemos, lo que manejamos, lo que podemos.

Seis meses antes de venir a Alemania encontré un empleo en una empresa de logística en Stuttgart y así fue como, en noviembre de 2019, dejé atrás a mis padres, hermano, amigos y a una empresa que me concedió una licencia de un año (un permiso sin goce de sueldo), ya que no quería soltarme del todo.

Stuttgart, una ciudad que ya conocía de varias visitas me abrió las puertas de manera grata.

El invierno del 2019 fue benévolo y la adaptación a la vida en pareja me resultó muy fácil. Las cosas en el trabajo iban bastante bien. Solo faltaban los amigos, ampliar la red social, hacer contactos… Y en marzo de 2020 llegó la pandemia. Recuerdo haber vivido esa etapa con mucha incertidumbre como todos. Las prioridades cambiaron y se activó un estatus de «supervivencia».

La preocupación de estar lejos de mis seres queridos en esa situación se hizo más intensa. Las dificultades laborales llegaron en unos meses y tuve que afrontar la difícil situación de buscar empleo en agosto. Mi mayor miedo –que hasta entonces solo era latente– se había vuelto una realidad. Vi amenazada mi independencia. Creí

que no iba a poder manejar la situación.
Por supuesto, la primera idea que tuve fue volver a mi país, a lo conocido, a una situación segura, al trabajo que todavía me esperaba allí. Eso habría sido lo más fácil, lo más cómodo. Sin embargo, la situación mundial, especialmente un aeropuerto cerrado en Guatemala, hicieron que esta idea no pudiera concretarse.

Recuerdo que fueron semanas de mucha incertidumbre, ansiedad, pero también de reflexión. Me pregunté cuál era ese miedo que yo tenía de pedir ayuda o incluso de dejarme ayudar. Había planificado hasta el último detalle. En mi país vendí mis pertenencias, vacié y preparé el lugar donde vivía para poderlo rentar, dejé mandatos para que me representaran en varias áreas de la vida laboral, económica y social, vendí mi automóvil, gestioné y recibí mi licencia laboral. En mi país de acogida encontré con tiempo un empleo que me llamaba la atención, visité Stuttgart varias veces antes de mudarme, busqué antes de venir actividades sociales para integrarme mejor.

Según mi evaluación, todo estaba calculado, preparado.

Me di cuenta y finalmente acepté que hay situaciones que no podemos controlar, que hay circunstancias que no podemos prever. Que es posible organizar las cosas muy bien, pero que es importante tener la mente y el corazón dispuestos a los cambios.

No estaba preparada para un cambio, pero decidí que sí estaba dispuesta a intentarlo.

Acepté reposar en mi esposo, quien siempre me apoyó, y me di con tenacidad a la tarea de encontrar un empleo. Éste llegó y con él llegaron también nuevos retos de adaptación. No solamente la adaptación a las cosas nuevas de por sí, sino a las medidas por un virus que ha tenido a todo el mundo en vilo. Se vivió un respiro y gracias a las redes sociales me incorporé al grupo de Mujeres Hispanohablantes en Baden-Württemberg. Conocí a otras personas, empecé a ampliar mi círculo, conscientemente dejé de pensar y actuar como si sólo estuviera de paso.

Fue importante actuar verdaderamente como una residente de Stuttgart. Me interesé por los temas locales, acepté que tenía que tomar algunos exámenes para integrarme, por ejemplo, a la vida motorizada, a pesar de manejar desde hace 29 años.

Eso me ayudó mucho a pensar y situarme en el momento que vivo en Stuttgart. En ese proceso estoy aún, y ha habido días buenos y días no tan buenos.

Nunca me gustaron los cambios, pero he aprendido a aceptar que el cambio es inevitable. En una u otra medida también aprendí a aceptar que ser independiente es muy importante para mí, pero estoy en el proceso de aprender a crear con mi esposo una relación más recíproca, en donde disfruto de su respaldo y su cuidado.

Me gusta lo que hago, he encontrado alternativas para relacionarme con quien quiero y quiere estar en contacto conmigo y espero con ilusión el día en que el Covid 19 nos permita volver a reunirnos.

Considero que mi experiencia ha sido de crecimiento y espero que la misma pueda orientar o inspirar a más mujeres. Somos fuertes porque hemos logrado enfrentar nuestros temores y superarlos, somos inteligentes porque hemos tenido la capacidad de reflexión, y, sobre todo, somos valientes porque al reconocer nuevas oportunidades hemos sabido aprovecharlas después de vencer nuestros temores y aplicar aquello que hemos aprendido para alcanzar nuestras metas.

Gabi

ERFAHRUNG VON VERÄNDERUNG UND WACHSTUM

Nach einer vierjährigen Fernbeziehung mit meinem deutschen Freund, die in Guatemala begann, habe ich im April 2019 erneut geheiratet.

Die Entscheidung, nach Deutschland zu ziehen, war nicht leicht, vor allem, weil ich meine finanzielle Unabhängigkeit nicht verlieren wollte. Ich wollte auch nicht die Sicherheit aufgeben, die es bedeutet, in einer vertrauten Umgebung zu sein, in der wir uns auskennen und handlungsfähig sind.

Sechs Monate bevor ich nach Deutschland kam, fand ich eine Stelle in einem Logistikunternehmen in Stuttgart. So verließ ich im November 2019 meine Eltern, meinen Bruder, Freunde und ein Unternehmen, das mir ein einjähriges unbezahltes Sabbattjahr gewährte, da ich nicht ganz loslassen wollte.

Stuttgart, eine Stadt, die ich von mehreren Besuchen kannte, empfing mich freundlich.

Der Winter 2019 war mild, und die Anpassung an das Leben als Paar fiel mir sehr leicht. Bei der Arbeit lief es ziemlich gut. Nur Freunde fehlten, um das soziale Netzwerk zu erweitern und Kontakte zu knüpfen... Und im März 2020 kam die Pandemie. Ich erinnere mich, dass ich diese Zeit wie alle anderen mit großer Unsicherheit erlebte. Die Prioritäten änderten sich und es wurde ein Überlebensmodus aktiviert.

Die Sorge, in dieser Situation weit weg von meinen Liebsten zu sein, wurde intensiver. Die Arbeitsprobleme kamen nach einigen Monaten, und ich musste die schwierige Situation meistern, im August einen neuen Job zu suchen. Meine größte Angst – die bis dahin nur latent war – wurde Realität. Ich sah meine Unabhängigkeit bedroht. Ich dachte, ich könnte die Situation nicht bewältigen.

Natürlich war meine erste Idee, in mein Land zurückzukehren, zu dem Vertrauten, zu einer sicheren Situation, zur Arbeit, die immer noch auf mich wartete. Das wäre am einfachsten und bequemsten gewesen. Doch die weltweite Situation, insbesondere ein geschlossener Flughafen in Guatemala, machte diese Idee unmöglich.

Ich erinnere mich an Wochen voller Unsicherheit, Angst, aber auch Nachdenken. Ich fragte mich, was genau die Angst war, die ich hatte, um Hilfe zu bitten oder sogar Hilfe anzunehmen. Ich hatte alles bis ins letzte Detail geplant. In meinem Land verkaufte ich meine Besitztümer, räumte und bereitete meine Wohnung vor, um sie zu vermieten, hinterließ Vollmachten, um mich in verschiedenen Lebensbereichen zu vertreten, verkaufte mein Auto, organisierte und erhielt meinen Arbeitsurlaub. In meinem Gastland fand ich rechtzeitig einen Job, der mich interessierte, besuchte Stuttgart mehrmals vor dem Umzug, suchte vorab nach sozialen Aktivitäten, um mich besser zu integrieren.

Nach meiner Einschätzung war alles berechnet und vorbereitet.

Ich erkannte und akzeptierte schließlich, dass es Situationen gibt, die wir nicht kontrollieren können, dass es Umstände gibt, die wir nicht vorhersehen können. Dass es möglich ist, die Dinge sehr gut zu organisieren, aber dass es wichtig ist, offen für Veränderungen zu sein.

Ich war nicht auf eine Veränderung vorbereitet, entschied mich aber, es zu versuchen.

Ich akzeptierte, mich auf meinen Ehemann zu verlassen, der mich immer unterstützte, und widmete mich hartnäckig der Aufgabe, ei-

nen Job zu finden. Dies gelang, und damit kamen auch neue Anpassungsherausforderungen. Nicht nur die Anpassung an Neues an sich, sondern auch an die Maßnahmen wegen eines Virus, das die ganze Welt in Atem hält. Es gab eine Verschnaufpause, und dank sozialer Netzwerke schloss ich mich der Gruppe der spanischsprechenden Frauen in Baden-Württemberg an. Ich lernte andere Menschen kennen, begann meinen Kreis zu erweitern, hörte bewusst auf, zu denken und zu handeln, als wäre ich nur auf der Durchreise.

Es war wichtig, mich wirklich wie eine Einwohnerin Stuttgarts zu verhalten. Ich interessierte mich für lokale Themen, akzeptierte, dass ich einige Prüfungen ablegen musste, um mich zu integrieren, z.B. ins Autofahrerleben, obwohl ich seit 29 Jahren fahre.

Das half mir sehr, mich in der Gegenwart Stuttgarts zu verorten. In diesem Prozess bin ich noch, und es gab gute und weniger gute Tage.

Ich mochte Veränderungen nie, aber ich habe gelernt zu akzeptieren, dass Veränderung unvermeidlich ist. In gewisser Weise lernte ich auch zu akzeptieren, dass Unabhängigkeit sehr wichtig für mich ist, aber ich bin dabei, mit meinem Ehemann eine reziprokere Beziehung aufzubauen, in der ich seine Unterstützung und Fürsorge genieße.

Ich mag, was ich tue, habe Alternativen gefunden, um in Kontakt mit denjenigen zu bleiben, die in Kontakt bleiben wollen, und ich freue mich auf den Tag, an dem Covid-19 uns wieder zusammenkommen lässt.

Ich betrachte meine Erfahrung als Wachstum und hoffe, sie kann andere Frauen leiten oder inspirieren. Wir sind stark, weil wir es geschafft haben, unsere Ängste zu konfrontieren und zu überwinden, wir sind intelligent, weil wir die Fähigkeit zur Reflexion hatten, und vor allem sind wir mutig, weil wir, nachdem wir unsere Ängste überwunden und das Gelernte angewendet haben, neue Möglichkeiten erkannt und genutzt haben, um unsere Ziele zu erreichen.

Gabi

IDENTIFICADA CON LA CULTURA ALEMANA

La primera vez que toqué suelo europeo fue a los veinte años. Vine a través de la asociación internacional de estudiantes AIESEC a dar unas charlas sobre intercambios en Colombia. Estaba en el octavo semestre de Ingeniería Electrónica.

Desde el principio me encantó Alemania, me identifiqué con su cultura, la facilidad para planear, la puntualidad y llevar a cabo lo que uno se propone.
Desde temprana edad aprendí de mi mamá a apuntar mis deseos, a poner en una lista mis tareas y a chulearlas cuando estaban listas y aquí en Alemania todos mis colegas hacen esto también en el trabajo, así que siempre estaba feliz de ver esto.

Salí de Colombia a los veintidós años, justo un año después de terminar mi carrera y con solo once meses de experiencia laboral en Colombia.

Super motivada empecé a estudiar alemán, fue lo primero que hice. Lo hice todos los días por cinco meses y después de sentirme segura apliqué para realizar una práctica y, ¡ohh dicha!, me aceptaron en dos empresas así que escogí la que más me gustó.

Esta es una gran ventaja de Alemania que aplicando directamente por portales de prácticas y trabajo sin intermediarios se puede conseguir empleo o prácticas de estudio.

Así pasaron los dos primeros años de estudio y práctica hasta terminar el máster que había venido a estudiar. En mi caso, llegué y mi novio me tenía listo un lugar en su apartamento y ya sabía a lo que iba a enfrentarme, así que me dediqué a lo mío, estudiar alemán,

aprender en mi maestría, trabajar en mi práctica ya hacer amistades en mi tiempo libre.

Traje muchos tesoros conmigo, una joven de veintidós años, llena de energía y motivación. En ese momento en Alemania estaban buscando ingenieras en diferentes áreas así que encontrar un empleo no era tan difícil.

He trabajado desde ese entonces para empresas alemanas donde llevo un poco de mi carisma latino, pero también donde a veces me dejo contagiar por sus rutinas y sus formas de mirar el mundo. Me encanta la cultura alemana por todo lo que describí anteriormente, pero debo decir que a veces percibo una tendencia, permanente y excesiva a quejarse, que afecta negativamente mis emociones. Intuyo que se trata de algo cultural, pero trato de enviar mensajes positivos a mi entorno. Acá un problema es escoger dónde se irán de vacaciones, en Latinoamérica, el problema es qué se le dará de comer a los niños.

Me gusta ayudar a otras mujeres latinas que están en proceso de migración o de empezar su empresa. Sigo empoderando a otras personas, si es posible, a través de Almaverde Activewear. En realidad no he cambiado mucho o no me he dado cuenta. Tengo ahora a mi esposo (el mismo hombre maravilloso que siempre tuve en Alemania de novio), tengo dos hijas que me hacen feliz y son mi energía. Pero algo que sí noté en Colombia es que ya no me gusta escuchar en casa música a todo volumen, como antes, o ahora me gusta más el silencio.

Cuando pitan carros me asusto como todo europeo.

Chicas hispanohablantes emigrantes, todas ustedes son valientes y el hecho de salir de casa, de nuestros países, es de admiración por muchos.

Así que usen sus capacidades para aprender el idioma y trabajar cada día por sus deseos y sueños.

No hay barreras cuando se quiere.

Adaptarse a la cultura no solo es aprender el idioma, también es asistir a eventos, celebrar sus tradiciones y aprender las costumbres alemanas para enseñárselas a nuestros hijos.

Diana Isabel Zambrano Rodríguez, Colombia

MIT DER DEUTSCHEN KULTUR IDENTIFIZIERT

Das erste Mal, dass ich europäischen Boden betrat, war im Alter von 20 Jahren. Ich kam über eine internationale Studentenvereinigung (AIESEC), um einige Vorträge über den Austausch in Kolumbien zu halten. Ich war in meinem 8. Semester Elektrotechnik.

Von Anfang an habe ich Deutschland geliebt, ich habe mich mit der Möglichkeit identifiziert, zu planen und auszuführen, was vorgeschlagen wird. In Kolumbien hatte ich immer Differenzen mit anderen Menschen, weil sie nicht vorausplanen konnten und weil ich die Unpünktlichkeit nicht mochte. Von klein auf habe ich von meiner Mutter gelernt, meine Wünsche aufzuschreiben, meine Aufgaben auf eine Liste zu schreiben und sie abzuhaken, wenn sie fertig sind.

Ich verließ Kolumbien ein Jahr nach Abschluss meines Studiums und mit nur 11 Monaten Berufserfahrung als Diplom-Ingenieur für Elektrotechnik.

Super motiviert fing ich an, Deutsch zu lernen, das war das Erste, was ich tat. Ich habe 5 Monate lang jeden Tag Deutsch gelernt, und als ich mich sicher fühlte, habe ich mich für ein Praktikum beworben, und oh Freude, ich wurde von 2 Unternehmen angenommen, von denen ich dasjenige wählte, das mir am besten gefiel (Mercedes Benz Motorenwerk Mannheim).
Das ist ein großer Vorteil von Deutschland, dass man einen Job bekommen kann, wenn man sich direkt über Praktikums- und Jobportale bewirbt, ohne Zwischenhändler.

So verbrachte ich die ersten zwei Jahre des Studiums und des Praktikums, bis ich den Master-Abschluss machte, zu dem ich gekommen war.

Als ich ankam, hatte mein Freund schon einen Platz in seiner Wohnung für mich vorbereitet, und ich wusste, was auf mich zukommen würde, also widmete ich mich meinem Studium, dem Erlernen meines Masterabschlusses, der Arbeit in meinem Praktikum und dem Knüpfen von Freundschaften in meiner Freizeit.

Ich habe viele Schätze mitgebracht, ein 22-jähriges Mädchen voller Energie, das lernen und arbeiten wollte. Damals wurden in Deutschland Ingenieurinnen in verschiedenen Bereichen gesucht, also habe ich mit ihnen zusammengearbeitet, um meinen Beitrag im beruflichen und kulturellen Bereich zu leisten.

Seitdem arbeite ich für deutsche Unternehmen, in die ich ein wenig von meinem lateinischen Charisma einbringe, mich aber auch manchmal von ihrer Art, die Welt zu betrachten, anstecken lasse. Ich liebe die deutsche Kultur für all die Dinge, die ich beschrieben habe, aber ich muss sagen, dass sich die Deutschen manchmal ein bisschen zu sehr beschweren über kleine Sachen. Ich habe immer versucht, ihnen positive Botschaften zu übermitteln, um diese Gedanken zu ändern, aber ich denke, dass dies ein Teil der Kultur und des Umfelds ist, in dem sie leben. Hier ist es ein Problem, zu entscheiden, wohin man in den Urlaub fährt, in Lateinamerika ist es ein Problem, was man den Kindern zu essen gibt.

Ich helfe gerne anderen Latinas, die gerade auswandern oder ein Unternehmen gründen wollen. Durch Almaverde Activewear unterstütze ich auch weiterhin andere, wenn möglich. Ich habe mich nicht viel verändert, oder ich habe es nicht bemerkt. Ich habe jetzt meinen Mann (derselbe wunderbare Mann, den ich in Deutschland immer als Freund hatte), ich habe zwei Töchter, die mich glücklich machen und meine Energie sind. Aber eines habe ich in Kolumbien gemerkt: Ich höre zu Hause nicht mehr gerne laute Musik, oder ich bevorzuge die Stille.

Wenn Autos hupen, erschrecke ich wie jeder Europäer. Spanischsprachige Mädchen und Auswanderer, ihr seid alle mutig, und die Tatsache, dass ihr euer Heimatland verlasst, wird von vielen bewundert. Nutzt also eure Fähigkeiten und arbeitet jeden Tag für eure Wünsche und Träume.

Lasst eure Wünsche wahr werden. Lernt die Sprache und arbeitet.

Es gibt keine Hindernisse, wenn ihr es wollt.

Diana Isabel Zambrano Rodríguez, Kolumbien

LA DANZA DE LA VIDA

Sé que los sueños se vuelven realidad… Si una hace que sucedan. Además, había oído decir que: «El mundo está en las manos de aquellos que se atreven a vivir sus sueños». El mío era irme a vivir a Alemania, viajar, estudiar en Europa, hacer amigos internacionales, enamorarme, y desde hacía tiempo fantaseaba con ello. Sin embargo, no me animaba a intentarlo porque ello implicaba dejar a mi madre en mi país, y la entrañable relación que nos unía me había hecho desistir.

¿Y por qué Alemania? Algo tiene este país que me hizo clic desde la primera vez que lo visité hace años por trabajo y tuve la fortuna de regresar –desde entonces– una vez al año. ¡Aquí me sentía libre, feliz y podía ser yo misma!

En la primavera del 2009 murió mi madre de una enfermedad que la consumió en tres semanas. Fue una gran pérdida que me obligó a encontrarme conmigo misma y me empujó finalmente a lanzarme a realizar ese sueño largamente postergado.

De repente me vi sin mi madre; mi gran amiga, mi compañera, mi todo. Su ausencia me golpeó duramente, dejándome muy dolida y con un gran vacío en el corazón, pero seguí adelante mirando hacia el horizonte y tratando de ser fuerte para seguir con mi vida.

Me concentré en mi trabajo, transmutando el dolor que sentía en energía productiva, ya que mi trabajo siempre ha sido muy importante para mí y, además, me sostenía económicamente. Ponía toda mi energía en él y me gustaba, pero con el tiempo me empecé a sentir estancada y frustrada. Quería volar hacia mi sueño, pero no sabía cómo.

A la pérdida de mi madre se sumó –pocos meses después– la de mi

trabajo, pues debido a la crisis económica del 2009, la empresa decidió reducir el personal.

Pero como suele decir mi padre –que sabe darme consejos valiosos– una crisis puede ser también una oportunidad; además, recuerda que tú eres la capitana de tu barco.

Habiendo perdido lo más valioso para mí, ya no tenía nada que perder, pero tampoco tenía más obstáculos para intentar realizar mi sueño y me lancé a la aventura para sentirme viva.
Con el dinero de mi liquidación me inscribí a un curso de alemán en Stuttgart y también apliqué para hacer una maestría en Alemania. Para mi buena suerte, fui aceptada y a las pocas semanas ya estaba aquí. ¡Estaba haciendo mi sueño realidad!

Ese verano fue maravilloso, fui feliz, aprendí mucho, hice amigos y disfruté viajando.

Sin embargo, mi corazón seguía con un gran vacío después de mis pérdidas emocionales y sabía que algo me faltaba, aunque tenía miedo a equivocarme. Ahora sé que el corazón nunca se equivoca. Y es así como una noche tuve la corazonada de salir a bailar música latina, pues es mi hobby y ya lo extrañaba. Antes de salir de mi casa, llamé al lugar para saber cómo llegar y el dueño me dijo que no me preocupara, que en su clase de baile había varias personas de mi pueblo y que me podía regresar con alguna de ellas si quería. Así que me animó a ir y le hice caso, sin imaginarme que esa noche cambiaría mi vida.

Llegué al lugar y busqué al dueño para que me explicara cómo regresar a mi pueblo, y entonces él me presentó a uno de sus alumnos del curso de baile, encomendándole la tarea de llevarme a mi casa cuando yo quisiera.

Me sentí agradecida y supe que podía confiar en ese hombre, porque en sus ojos de cielo vi reflejada su alma noble y buena.

Así que disfruté mi música latina como no lo había hecho en meses y mi amable compañero de baile me llevó a mi casa cuando se lo pedí.

¡Con él podía ser yo misma! Me sentía libre de reír, bailar, cantar, hablar y, sobre todo, me di cuenta de que me escuchaba con el corazón, que en verdad le importaba lo que me pasaba. Cuando le conté el dolor que sentí al perder a mi madre, me escuchó atentamente, lloró conmigo, me abrazó, me hizo sentir que en verdad le importaba.

Con él me sentí protegida y amada, el vacío de mi corazón se llenó con su amor y mis heridas se sanaron.

Tiempo después nos unimos en matrimonio y seguimos bailando ¡La danza de la vida!

Jasmín, México

DER TANZ DES LEBENS

Einmal habe ich gelesen: „Die Welt liegt in den Händen derer, die sich trauen, die eigenen Träume zu leben."

Ich weiß, dass Träume wahr werden ... wenn man sie wahr werden lässt.

Damals war es mein Traum in Deutschland zu leben, zu reisen, in Europa zu studieren, internationale Freunde zu finden und mich zu verlieben.

Mir fehlte der Mut es zu versuchen, weil es bedeutete meine geliebte Mutter in Mexiko zu verlassen.

Warum ausgerechnet Deutschland?

Als ich im Jahr 2004 zum ersten Mal aus beruflichen Gründen Deutschland besuchte, war ich sofort von diesem Land fasziniert. Glücklicherweise konnte ich meine beruflichen Reisen nach Deutschland jedes Jahr wiederholen. Dort fühlte ich mich frei, glücklich und endlich war ich so wie ich sein wollte.

Im Frühjahr 2009 starb meine Mutter innerhalb von nur 3 Wochen an Krebs. Plötzlich stand ich ohne meine Mutter da, meine große Freundin, meine Begleiterin, mein Ein und Alles. Ihre Abwesenheit traf mich sehr hart. Meine verletzten Gefühle verursachten eine große Leere in meinem Herzen und meiner Seele.

Ich konzentrierte mich auf meine Arbeit und wandelte den empfundenen Schmerz in produktive Energie um. Meine Arbeit war mir immer sehr wichtig. Drei Monate später verlor ich dann auch noch auf Grund der weltweiten Wirtschaftskrise meinen langjährigen Arbeitsplatz.

Alles was für mich bis dahin wichtig war, ich geliebt habe, aber auch eine Hürde für Veränderungen darstellte, ist nun weg!

Wie mein Vater - der mir wertvolle Ratschläge zu geben weiß - oft sagt:

Eine Krise kann auch eine Chance sein und vergiss nicht, dass du die Kapitänin deines Schiffes bist!

Das war der Startschuss für den großen Sprung nach Deutschland, der jetzt endlich meine Träume verwirklichen sollte.

Also, jetzt ging meine große Reise los!

Zuerst besuchte ich einen Deutschkurs in Stuttgart und habe dadurch schöne internationale Freundschaften geschlossen.

Auch meine Bewerbung für einen Masterstudiengang in Aalen war zum Glück sofort erfolgreich und ich zog dort hin.

Der Sommer 2009 war wunderbar, ich war glücklich, habe viel gelernt, viele Freunde gefunden und schöne Orte in Europa besucht.

Doch mein Herz war nach den emotionalen Verlusten immer noch leer. Und ich wusste, dass mir etwas fehlte und hatte Zweifel, die richtige Entscheidung für mein weiteres Leben getroffen zu haben.

Heute weiß ich, dass das Herz nie falsch entscheidet und ich bin meinem Herzen gefolgt.

So hatte ich eines Abends die Lust, tanzen zu gehen. Zuvor sah ich ein Werbeplakat über eine Salsa-Party in Schwäbisch Gmünd. Salsa tanzen war schon früher mein leidenschaftliches Hobby in Mexiko.

Bevor es an diesem Abend los ging, rief ich den Besitzer des Tanzlokales an, um nachzufragen, wo genau die Party stattfindet und wie

ich in der Nacht ohne eigenes Auto wieder nach Hause zurückkommen kann.. Der kubanische Besitzer teilte mir am Telefon mit, dass ich mir darüber keine Sorgen machen sollte, da in seinem Tanzkurs viele Teilnehmer auch aus Aalen kommen und ich mit jemanden zurückfahren könnte.

Er ermutige mich also dorthin zu gehen. Ohne zu ahnen, dass diese Nacht mein Leben verändern würde...

Im Tanzlokal per Zugfahrt angekommen, erkundigte ich mich zuerst beim Besitzer wer genau mich später nach Aalen zurückbringen würde. Gleich darauf stellte er mich einem seiner Tanzschüler vor und erteilte ihm den Auftrag, mich später nach Hause zu fahren.

Ich war sehr dankbar und fühlte mich sicher. In seinen himmlischen blauen Augen sah ich eine edle und gute Seele und wusste gleich, dass ich diesem Tanzschüler vertrauen konnte.

Wie schon seit langem nicht mehr, genoss ich diesen schönen Abend in karibischer Atmosphäre. Weitere Tanzabende folgten.

Mit meinem neuen Freund konnte ich endlich wieder so sein, wie ich wollte und auch früher war!

Ich spürte meine innere Freiheit zu lachen, zu tanzen, zu singen, zu reden, und vor allem merkte ich, dass er mir mit seinem Herzen zuhörte.

Dass er sich wirklich um mich sorgte und mit mir mitfühlte, mich umarmte und in traurigen Momenten bei Erinnerungen an meine verstorbene Mutter mich tröstete.

Seitdem fühle ich mich von ihm beschützt und geliebt. Die Leere in meinem Herzen und meiner Seele füllte sich mit seiner Liebe. Dank seines wunderbaren Wesens wurden meine Wunden langsam geheilt.

Heute sind wir glücklich verheiratet und tanzen immer noch mit viel Leidenschaft Salsa, so wie am ersten Tag.

Deshalb sage ich: Hör nie auf zu träumen und trau dich, den Tanz des Lebens zu erleben!

Jasmín, México

DARF ICH BITTE DURCH?

Por la ventana del Bus se podían ver los árboles de manzanas y cerezos vestidos de flores blancas y rosadas, el cielo azul matizado con algunas nubes dispersas resplandecía con el sol primaveral en un espectáculo nunca antes visto.

La naturaleza, luego del largo y frío invierno, se presentaba dadivosa en un mar de colores y motivos que hacían trasladarme a los paisajes de Monet, Renoir o de Joaquín Sorolla. Yo recordaba que en mi país de origen la naturaleza vive en permanente primavera, no hay invierno que la entristezca, ni otoño que la matice.

Mientras admiraba fascinada el esplendor de aquel paisaje que se presentaba ante mis ojos, no tomé nota cuando alguien se dirigió hacia mí;

-*Darf ich bitte durch?* dijo una voz algo áspera a mi lado.

En cuestión de segundos me pasaron rápidamente por la cabeza la gramática y las miles de palabras nuevas en alemán que yo había aprendido en los últimos dos meses en el instituto de idiomas.

"El alfabeto, la formación de oraciones simples, la posición del sujeto y del predicado cuando se utilizan verbos modales, la estructura de las oraciones al uso de palabras separables, las oraciones en voz pasiva, los números del uno al mil....etc."
Sin embargo, ¡Nada! yo no entendí lo que quería la voz a mi lado.

Darf ich bitte durch? se dirigió la voz nuevamente hacia mí. Una sensación alternada de frío y calor se movilizaba por mi cuerpo de pies a cabeza y viceversa, mi corazón palpitaba rápidamente.

A pesar de los intensivos cursos de alemán que recibía en un instituto privado, no acababa de entender qué diablos quería la voz a mi lado.
Con una sonrisa un poco vergonzosa me dirigí hacia la voz -algo áspera- a mi lado y sin temor a rencillas, dije:
_*Ich verstehe nicht!*

La voz era de una dama de unos sesenta y pico de años, con un sombrero un poco llamativo, vestido azul y zapatos de taco. Estaba sentada al lado de la ventana del bus, llevaba en sus manos una pequeño ramo de flores así como una cartera algo envejecida por el uso frecuente.
_*Ich möchte aussteigen!* dijo la dama devolviendo la sonrisa recibida con un gesto de manos que indicaba que deseaba salir del asiento donde estaba.

En aquel momento me percaté que estaba sentada en el asiento hacia el pasillo y que debía levantarme para dar paso a la dama que quería bajarse del bus.

_*Vielen Dank!* dijo la dama al despedirse con una sonrisa cómplice.
Sentándome nuevamente en mi asiento tomé mi maleta de estudios, saqué mi cuaderno de apuntes y escribí en letra de imprenta y con mayúsculas:

_*Darf Ich bitte durch, Ich möchte aussteigen* = con permiso, deseo bajar

A partir de aquel día, en todas las siguientes ocasiones en que yo debería tomar un bus de regreso a casa, trataría de sentarme en un asiento a la ventana y cuando me tocara bajarme, me complacería en repetir lo aprendido;

_*Darf ich bitte durch?*

Jeannette Hauser, Ecuador

DARF ICH BITTE DURCH?

Durch das Fenster des Busses konnte man die Apfel- und Kirschbäume sehen, die weiße und rosa Blüten trugen. Der blaue Himmel, der von ein paar vereinzelten Wolken durchzogen war, strahlte mit der Frühlingssonne um die Wette wie nie zuvor.

Die Natur war nach dem langen und kalten Winter großzügig zu einem Meer von Farben und Motiven geworden, die mich dazu brachten, mich wie in den Landschaften von Monet, Renoir oder Joaquín Sorolla zu fühlen. Ich erinnerte mich daran, dass in meinem Herkunftsland die Natur in permanentem Frühling lebt, es gibt weder einen Winter, der sie traurig macht, noch einen Herbst, der sie verblassen lässt.

Während ich fasziniert die Pracht der Landschaft bewunderte, die vor meinen Augen auftauchte, nahm ich keine Notiz davon, als jemand auf mich zukam:

- *Darf ich bitte durch?* sagte eine etwas raue Stimme neben mir.

In Sekundenschnelle kamen mir die Grammatik und die tausend neuen deutschen Wörter in den Sinn, die ich in den letzten zwei Monaten am Sprachinstitut gelernt hatte.

„Das Alphabet, die Bildung einfacher Sätze, die Stellung des Subjekts und des Prädikats bei Verwendung von Modalverben, die Struktur von Sätzen mit trennbaren Wörtern, Sätze im Passiv, die Zahlen von 1 bis tausend.... usw." Aber nichts, ich verstand nicht, was die Stimme neben mir wollte.

_ *Darf ich bitte durch?* wandte sich die Stimme erneut an mich. Ein abwechselndes Gefühl von Kälte und Hitze bewegte sich durch meinen Körper, von Kopf bis Fuß und zurück, mein Herz schlug schnell. Trotz der intensiven Deutschkurse, die ich in einem privaten Institut erhielt, verstand ich nicht ganz, was „zur Hölle" die Stimme wollte. Mit einem leicht verlegenen Lächeln wandte ich mich an die etwas schroffe Stimme neben mir und sagte ohne Angst vor Groll:
_ *Ich verstehe nicht!*

Die Stimme gehörte einer Dame in ihren 60ern, die einen leicht auffälligen Hut, ein blaues Kleid und High Heels trug. Sie saß neben dem Fenster des Busses und hielt in ihren Händen einen kleinen Blumenstrauß sowie eine Tasche, die durch häufigen Gebrauch einen etwas abgenutzten Eindruck machte.
_ *Ich möchte aussteigen*! sagte die Dame und erwiderte mein erhaltenes Lächeln mit einer Handbewegung, die anzeigte, dass sie Ihren Platz verlassen wollte.

In diesem Moment wurde mir klar, dass ich auf dem Sitz am Gang saß und daher aufstehen musste, um der Dame, die aus dem Bus aussteigen wollte, Platz zu machen.

_ *Vielen Dank!* sagte die Dame, während sie mit einem verständnisvollen Lächeln davonschwebte. Ich lehnte mich in meinen Sitz zurück, nahm meine Schultasche, holte ein Notizbuch heraus und schrieb in Druckbuchstaben:

_ *Darf ich bitte durch, Ich möchte aussteigen = con permiso, deseo bajar*

Von diesem Tag an versuchte ich bei allen kommenden Gelegenheiten, wenn ich mit dem Bus nach Hause fahren musste, auf einem Fensterplatz zu sitzen. Und, wenn ich auszusteigen wollte, wiederholte ich gerne, was ich gelernt hatte:

_ *Darf ich bitte durch?*

Jeannette Hauser, Ecuador

AGRADECIDA

Si alguien le preguntara cómo se siente en Alemania, ella respondería: agradecida.

Agradecida porque este hermoso país le ha ofrecido tantas oportunidades; por poder vivir sin miedo, sin violencia, totalmente libre.

Agradecida porque en estas tierras germanas encontró al amor de su vida y por la educación que recibió; porque se puede desenvolver profesionalmente ahora en el campo de trabajo que ama.

Pero sobre todo agradecida porque aquí aprendió a amarse y a creer en sí misma, se dio cuenta de que sus habilidades y competencias eran muy valiosas y que no podía seguir siendo una víctima de sus circunstancias.
Ella, solo ella, era responsable de su vida y nadie ni nada era "culpable" de lo que le estaba pasando.

Claro, no siempre fue así. Llegó a Alemania en un invierno frío y muy blanco. Sus pies congelados, pero su corazón contento porque por fin regresaría a estar con aquel muchacho que le aceleraba los latidos del corazón y porque podría continuar sus estudios. Pensaba que iba solamente por dos años a hacer una maestría, a aprender alemán y estar con su novio, poco presentía en ese momento que esta experiencia le cambiaría la vida por completo.

Con el tiempo la euforia del comienzo se apagó y desde ahí empezó todo cuesta arriba. Aprender una nueva lengua, familiarizarse con la cultura, aguantar el frío y la oscuridad en invierno, o las alergias en primavera. ¡No fue nada fácil! Todavía recuerda cómo todos los días rodaban lágrimas en su rostro por la frustración de pensar que nunca lograría aprender este idioma con pocas reglas, pero un mundo de excepciones, que nunca se acostumbraría a la mentalidad de los suabos, con su "Kehrwoche" y los vecinos controlando todo lo que haces, hasta qué tiras en tu bolsa de basura, ¿Y el frío y el polen? Ni para qué nombrarlos.

En su ciudad de origen no existían las estaciones, solo existía una primavera eterna, sin alergias.

En esta época tuvo mucho tiempo para pensar, para reflexionar y para madurar. Se dio cuenta de que no podía cambiar las circunstancias que le tocaba vivir, pero sí su reacción ante ellas. Poco a poco empezó a confiar en sí misma; empezó a sentir que valía mucho, que tenía una fuerza interna enorme y que tenía la capacidad para lograr todo lo que se propusiera.

Y así pasaron los meses y los años. A veces mira hacia atrás ese largo camino recorrido y no puede estar más orgullosa de lo lejos que ha llegado. Tiene una familia muy querida y luchadora, trabaja en un campo que le apasiona y en su tiempo libre participa activamente en una asociación para ayudar a niños con una enfermedad muscular grave.

¡Sin lugar a dudas, esta aventura llamada "Alemania" valió toda la pena, todas las lágrimas y todo el esfuerzo! Siempre estará profundamente agradecida por tanto recibido.

Jennifer Bilbao

DANKBAR

Wenn man sie fragen würde, wie sie sich in Deutschland fühle, würde sie antworten: dankbar.

Dankbar dafür, dass ihr dieses schöne Land so viele Möglichkeiten bietet, dass sie ohne Angst, ohne Gewalt, in Freiheit leben kann.

Dankbar dafür, dass sie in Deutschland die Liebe ihres Lebens gefunden hat, für die Ausbildung, die sie bekommen hat und dafür, dass sie jetzt in dem Bereich arbeiten kann, den sie liebt.

Vor allem aber ist sie dankbar, weil sie hier gelernt hat, sich selbst zu lieben und an sich zu glauben, weil sie erkannt hat, dass ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten sehr wertvoll sind und sie nicht länger ein Opfer ihrer Umstände sein muss. Sie, nur sie, war für ihr Leben verantwortlich und nichts und niemand war „schuld“ an dem, was ihr widerfahren war.

Natürlich war das nicht immer so. Sie kam in einem kalten und sehr weißen Winter nach Deutschland. Ihre Füße waren erfroren, aber ihr Herz war glücklich, weil sie endlich wieder mit dem Jungen zusammen sein würde, der ihr Herz höherschlagen ließ, und weil sie ihr Studium fortsetzen konnte. Sie dachte, sie würde nur zwei Jahre bleiben, um ihren Master zu machen, Deutsch zu lernen und mit ihrem Freund zusammen zu sein. Damals ahnte sie noch nicht, dass diese Erfahrung ihr Leben völlig verändern würde.

Irgendwann war die anfängliche Euphorie verflogen und von da an begann ein steiniger Weg. Eine neue Sprache zu lernen, sich mit der Kultur vertraut zu machen, die Kälte und Dunkelheit im Winter oder die Allergien im Frühling zu ertragen - das war nicht einfach! Sie erinnert sich noch gut daran, wie ihr jeden Tag die Tränen über das Gesicht liefen, weil sie dachte, dass sie es nie schaffen würde, diese Sprache zu lernen - mit ihren wenigen Regeln, aber einer Welt voller Ausnahmen -, dass sie sich nie an die schwäbische Mentalität gewöhnen würde - mit ihrer „Kehrwoche" und den Nachbarn, die alles kontrollieren, selbst das, was man in den Müllsack wirft. Ganz zu schweigen von der Kälte und den Pollen! In ihrer Heimatstadt gab es keine Jahreszeiten, nur einen ewigen Frühling, ohne Allergien.

In dieser Zeit hatte sie viel Zeit zum Nachdenken, zum Reflektieren, zum Reifen. Sie erkannte, dass sie ihre Lebensumstände nicht ändern konnte, wohl aber ihre Reaktion darauf. Allmählich fasste sie Vertrauen zu sich selbst, spürte, dass sie viel wert war, dass sie eine enorme innere Kraft besaß und dass sie alles erreichen konnte, was sie sich vorgenommen hatte.

So vergingen Monate und Jahre. Manchmal blickt sie auf den langen Weg zurück und könnte nicht stolzer sein, wie weit sie gekommen ist. Sie hat eine liebevolle und starke Familie, sie arbeitet in einem Bereich, der ihr am Herzen liegt, und in ihrer Freizeit engagiert sie sich in einem Verein, der Kindern hilft, die eine schweren Muskelerkrankung haben.

Dieses „Abenteuer Deutschland" war zweifellos alle Mühen, alle Tränen und alle Anstrengungen wert! Und deswegen ist sie für so vieles dankbar.

Jennifer Bilbao

¡NO LO DUDES, LÁNZATE!

En 2014 yo era una chica de 24 años, decepcionada porque mi primer trabajo no resultó como me lo había imaginado. Después de acabar mis estudios de ingeniería (doble diploma en ingeniería, seis años, en tres países) encontré un empleo en mi ciudad, Barcelona, lamentablemente muy mal pagado. A los pocos días me di cuenta de que no me gustaba, no obstante, seguí trabajando allí por no dejar un puesto sin tener otro. Pero desde el primer mes seguí buscando ofertas y haciendo entrevistas sin éxito.

Antes de empezar mi vida laboral había hecho mi segundo Erasmus en Lituania, donde hice mi proyecto final de carrera. Allí conocí a Frank, un chico alemán, con quien entablé una bonita relación, aunque sin grandes expectativas, ya que al final del Erasmus ambos volveríamos a nuestros países. Sin embargo, seguimos en contacto y empezamos a visitarnos frecuentemente, estrechándose cada vez más nuestra relación. Cada vez se me hacía más larga la espera entre viaje y viaje, y deseaba que nuestros encuentros duraran más.

Yo seguía sin encontrar una nueva oportunidad laboral y empecé a pensar en la idea de irme a Alemania. Tenía lógica, mi novio vivía allí y, además, como ingeniera, tendría acceso a mejores puestos de trabajo.

Los únicos inconvenientes eran que no sabía casi nada de alemán (aparte de los pocos ejercicios que había hecho en Duolingo y medio año en la escuela oficial de idiomas) y tampoco había podido ahorrar mucho. Aun así, la idea comenzó a germinar en mi cabeza, hasta que me decidí a probar suerte.

Mi novio aún era estudiante y acababa de empezar su máster en Braunschweig. Así que, antes de dimitir, planeé un fin de semana en Braunschweig para conocer la ciudad donde tenía pensado empezar una nueva vida.

Pero así es la vida de oportuna, que unos días antes de ese viaje, en mi empresa me ofrecieron un nuevo cargo con más responsabilidad y mucho más interesante para mi carrera. Esto me trastocó, yo ya había tomado una decisión, ahora debía replanteármela. Por un lado, tenía muchas ganas de irme a Alemania y seguir con mi plan, por otro lado, ésta era una muy buena oportunidad y siempre podía dejar Alemania para más tarde.

Además, la visita a Braunschweig en enero… no ayudó. A primera vista me pareció una ciudad no muy bonita, muy pequeña y sobre todo demasiado gris. Así que, a la vuelta me encontré con un dilema.

Siempre me ha costado tomar decisiones, supongo que por el miedo a perderme algo.

Pero finalmente la idea de emigrar había echado raíces y el afán de vivir esta aventura venció.

Ya estaba preparada para emigrar, había declinado la oferta y presentado mi renuncia informando que había decidido irme a vivir a Alemania por razones personales. Pero unos días más tarde, la empresa me ofreció conservar mi puesto como autónomo y así poder realizarlo desde Alemania.

Esta era una excelente oportunidad, ya que al menos al principio tendría financiamiento hasta que encontrara un empleo en Alemania. Además, como autónoma tenía mucha flexibilidad.

Empecé con una jornada laboral de sólo cuatro horas al día para poder tomar clases intensivas de alemán.

Ya hace seis años que llegué a Alemania y, aunque acabé encontrándole el encanto a Braunschweig, solo me quedé un año allí y desde entonces he vivido en Frankfurt, en Colonia y actualmente resido en Stuttgart.

Alguna vez me he preguntado qué habría pasado si hubiera aceptado el nuevo puesto en Barcelona, quizás ahora tendría un cargo con más responsabilidad, pero yéndome a Alemania gané en experiencia y vivencias, maduré, aprendí un nuevo idioma y conocí a gente maravillosa.

Suelo escuchar a las personas decir que solo se arrepienten de lo que no hicieron. Mi consejo para quienes estén dudando en iniciar una nueva aventura y dar un giro a su vida es que lo hagan.

Que se dejen llevar por su corazón y no duden.

Que salgan de su zona de confort y se sorprenderán de lo que son capaces.

Lidia, España

ZÖGERN SIE NICHT, MACHEN SIE ES!

Im Jahr 2014 war ich eine 24-jährige Frau, die mit ihrem ersten Job nach der Uni nicht zufrieden war. Nach dem Abschluss meines Ingenieurstudiums fand ich in meiner Heimatstadt Barcelona einen Job, leider mit sehr schlechten Arbeitsbedingungen. Nach ein paar Tagen wurde mir klar, dass er mir nicht gefiel. Ich arbeitete dort weiter, weil ich ohne eine neue Stelle diesen Job nicht aufgeben wollte. Vom ersten Monat an suchte ich ständig nach neuen Jobangeboten und führte Vorstellungsgespräche in Barcelona, leider ohne Erfolg.

Bevor ich mein Berufsleben begann, schrieb ich meine Abschlussarbeit in Litauen im Rahmen des Erasmus-Austauschprogramms. Dort traf ich Frank, einen Deutschen, mit dem ich eine Liebesbeziehung anfing, allerdings ohne große Erwartungen, da wir am Ende des Erasmus-Programms beide in unsere Heimat zurückkehren würden. Wir blieben jedoch in Kontakt und begannen, uns regelmäßig zu besuchen, wodurch wir einander immer näherkamen. Die Wartezeit zwischen den Reisen wurde gefühlt immer länger, und ich wünschte mir, dass unsere Treffen immer länger dauerten.

Ich konnte immer noch keine neue Arbeitsstelle finden und begann über die Idee nachzudenken, nach Deutschland zu gehen. Es machte Sinn, mein Freund lebte dort und außerdem hätte ich als Ingenieurin Zugang zu besseren Jobs.

Die einzigen Nachteile waren, dass ich fast kein Deutsch konnte (abgesehen von den wenigen Übungen, die ich auf Duolingo gemacht hatte und einem halben Jahr an einer Sprachschule) und ich hatte auch nicht viel Erspartes. Trotzdem begann die Idee in meinem Kopf zu reifen, bis ich beschloss, mein Glück zu versuchen.

Mein Freund war noch ein Student und hatte gerade sein Masterstudium in Braunschweig begonnen. Bevor ich kündigte, plante ich ein Wochenende in Braunschweig, um mir die Stadt anzusehen, in der ich ein neues Leben beginnen wollte.

Aber wie das Leben so spielt, wurde mir einige Tage vor dieser Reise in meinem Unternehmen eine neue Position mit mehr Verantwortung und neuen interessanteren Aufgaben für meine Karriere angeboten. Das hat mich neu zweifeln lassen, ich hatte bereits eine Entscheidung getroffen, aber jetzt musste ich noch einmal darüber nachdenken. Einerseits wollte ich unbedingt nach Deutschland gehen und meinen Plan durchziehen, andererseits war das eine sehr gute Gelegenheit und ich könnte auch später noch nach Deutschland gehen.

Auch der Besuch in Braunschweig im Januar hat nicht geholfen… Auf den ersten Blick schien es mir keine schöne Stadt zu sein, sehr klein und vor allem viel zu grau. Als ich zurückkam, befand ich mich in einem Dilemma.
Ich glaube, es fiel mir immer schwer, Entscheidungen zu treffen, vermutlich aus Angst, eventuell etwas zu verpassen.

Doch schließlich war der Gedanke auszuwandern schon so weit gereift sodass der Traum, dieses Abenteuer zu leben, siegte.

Ich hatte mich bereits auf das Auswandern vorbereitet, das Angebot schließlich abgelehnt und meine Kündigung mit der Begründung eingereicht, dass ich mich aus persönlichen Gründen entschieden hatte, nach Deutschland zu ziehen. Doch ein paar Tage später bot mir das Unternehmen an, meinen Job als Freelancer weiterführen, um die Arbeit von Deutschland aus erledigen zu können.

Das war eine hervorragende Gelegenheit, da ich mich dadurch finanziell besser über Wasser halten konnte, bis ich einen Job in Deutschland finden sollte. Außerdem hatte ich als Freiberuflerin deutlich mehr Flexibilität.

Ich begann mit einem Arbeitstag von nur vier Stunden pro Tag, um zusätzlich an einem intensiven Deutschunterricht teilnehmen zu können.

Es ist sechs Jahre her, seit ich in Deutschland angekommen bin, und obwohl ich Braunschweig am Ende charmant fand, blieb ich nur ein Jahr dort und lebte seitdem in Frankfurt, Köln. Zurzeit lebe ich in Stuttgart.

Ich habe mich schon gefragt, was passiert wäre, wenn ich die neue Position in Barcelona angenommen hätte. Vielleicht hätte ich jetzt eine Position mit mehr Verantwortung, aber durch die Reise nach Deutschland habe ich Erfahrungen gesammelt, und bin reifer geworden. Außerdem habe ich eine neue Sprache gelernt und wundervolle Menschen kennengelernt.

Man sagt, dass Menschen meist nur das bereuen, was sie nicht getan haben. Mein Rat an diejenigen, die zögern, ein neues Abenteuer zu beginnen und ihr Leben zu verändern, ist: Es zu tun!

Hören Sie auf Ihr Herz, lassen Sie sich mitreißen und zweifeln Sie nicht.

Verlassen Sie Ihre Komfortzone und Sie werden überrascht sein, wozu Sie fähig sind.

Lidia, Spanien

LOS TRES ALQUIMISTAS

En una madrugada cálida me encontraba en una amplia avenida de la ciudad de Nueva York en compañía de mi madre y mi abuela. Esperábamos abordar un autobús que nos llevaría a casa. Ya casi rompía la aurora y noté que había una línea de pasajeros abordando el mismo autobús. En ese momento recordé que mi abuela llevaba ya mucho tiempo muerta. Entonces tomé el comando de mi sueño en plena lucidez y, levitando con suavidad, comencé a volar por la ciudad.

Así me fui asomando por las ventanas de distintos apartamentos al azar, espiando las vidas de sus habitantes con poco interés, hasta llegar a una ventana que daba a un bien iluminado laboratorio alquímico pleno de objetos de aspecto misterioso. Ahí había tres alquimistas que al verme espiando dijeron que me habían estado esperando. Entré al espacio del laboratorio por la ventana y al momento empezaron a impartirme conocimientos que yo entendía a la perfección —dentro de la escena—, y me anunciaron que para tener éxito como alquimista, necesitaba primero pasar por un proceso de depuración...

Sin miedo alguno los seguí a una sala de cirugías limpia y luminosa donde perdí el conocimiento.

No sé cuánto estuve así, pero desperté en una habitación donde me comunicaron que un ente había sido extraído de mi cuerpo y me anunciaron que ya sin este obstáculo seguiría en calidad de aprendiz suyo.

Esta fue una experiencia onírica que tuve cuando llevaba ya una década viviendo en Stuttgart. Anterior a esto, me había radicado varios años en el noreste de Estados Unidos. Llegué a Stuttgart porque tenía una relación con un hombre suabo que insistía en que podría repetir la integración cultural —que había logrado con tanto éxito en el continente americano— una vez más en su país. Esto me convenció de quemar todas mis naves y venir a este lugar meses después de la caída del muro de Berlín. No era mi primera visita a Alemania y sabía —en cierto modo— lo que me esperaba, pero no creí que con el paso del tiempo sería tan complicado.

En Alemania, a diferencia de Estados Unidos, tenía que aprender el idioma y conseguir un empleo para facilitar mi integración, que por aquella época era difícil de lograr. El mercado laboral estaba sobreprotegido por el gobierno. Las oportunidades para inmigrantes eran pocas, a menos que fueran en trabajos de servicio, o que se llegara con un contrato establecido desde fuera del país trabajando para una corporación extranjera. Otra dificultad a la que me tuve que acostumbrar fue a vivir en soledad por largos períodos de tiempo, pues mi esposo salía en viajes frecuentes al extranjero por razones de trabajo. No tenía el apoyo de una comunidad de amigos o familia cerca, y todavía no existía Internet o las redes sociales.

Aparte de un par de contactos esporádicos con la familia alemana o una amiga, la soledad era para mí la única constante.

Por estas razones, la primera década de mi vida en Alemania como mexicana exiliada fue dura. En Estados Unidos, la integración había sido casi un juego. Haber llegado a radicarme en la ciudad de Boston, con un ambiente tan invitante a la educación y la cultura, multicultural y con una dinámica comunidad latina ya establecida me facilitaron el proceso. El conocimiento del idioma lo facilitó aún más. Me pude establecer casi desde el primer día. La juventud y las ganas de tomar riesgos lograron lo demás. Por ello me tomó por sorpresa el rigor y la aridez con las que tuve que enfrentarme a mi llegada a Alemania. Aquí el contraste no podía ser mayor.

Las circunstancias precipitaron en mí una depresión que, si bien no fue muy profunda en su inicio, desembocó en una enfermedad física seria. La aparición de un tumor benigno, como un ente ajeno en mi cuello que, si no trataba con cirugía, se convertiría en maligno. Así

me lo indicaron los médicos. Ese fue el grado en que mi alma estaba gritando y reclamando por qué la sometía a tal olvido. La ira atrapada en la garganta, la voz acallada a causa de la estúpida intención de no querer molestar a terceros, aunada a la soledad forzada y el resentimiento conmigo misma por haber tomado la decisión de emigrar, que afectaban también a mi marido sin quererlo, pues se había convertido en una víctima de mi incapacidad para expresar lo que sentía con sinceridad pues él ni podía entender ni enfrentar conmigo el grado del dolor y desolación por la que yo pasaba.

Si la depresión antes de mi operación era leve, la que siguió a la operación fue devastadora, pues mi sistema nervioso fue afectado enormemente por la cirugía, acarreando con esto muchos problemas de salud secundarios.

Esta década que describo estuvo llena de escapes emocionales. Me ocupé de llenar los vacíos alternadamente con adicciones, buscando alivio o entregándome obsesionadamente a una búsqueda espiritual que era sólo un intento de disipar el dolor físico y anímico que me corroía.

¿Recuerdas aquellos alquimistas del relato inicial? Pues resultaron ser una premonición. Tres médicos prácticos en la medicina alternativa que me condujeron poco a poco hacia la reintegración de mi salud, mi confianza y, con ello, a retomar las riendas de mi vida.

Con el paso del tiempo pude integrarme aprendiendo el idioma, conseguí un empleo fijo trabajando en una aerolínea que me daba flexibilidad de planear mi horario de trabajo y que, por lo general, me dio la posibilidad de llevar una vida normal en términos de adaptación que, si bien nunca hubiera escogido por voluntad, al menos me proporcionaba una forma de existencia reglamentada y una rutina.

Como inmigrantes, podemos crear circunstancias a base de perseverancia, trabajo y paciencia y utilizarlas para nuestro desarrollo personal moldeando así nuestra propia historia de integración, la cual, estoy convencida, debemos honrar.

Hoy me considero una inmigrante que se pudo al fin integrar y que, estando en este país, se vuelve más suaba que los mismos suabos.
Este ha sido el regalo de Alemania para mí.

Livia Kolb, México, Estados Unidos

DIE DREI ALCHEMISTEN

An einem frühen Sommermorgen befanden sich meine Mutter, meine Großmutter und ich in New York. Geduldig warteten wir mit mehreren anderen Passagieren in einer Schlange, um mit dem Ziel, nach Hause zu fahren, in einen Bus einzusteigen. Inmitten dieser Szene traf es mich wie ein Blitz aus heiterem Himmel, und ich erinnerte mich daran, dass meine Großmutter schon lange tot war. Da erkannte ich, dass es sich um einen Traum handelte. Ich übernahm klar die Kontrolle und begann, freischwebend durch die Stadt zu fliegen.

Gelangweilt flog ich so dahin, blickte in die Fenster verschiedener Wohnungen und beobachtete das Leben ihrer Bewohner, als ich plötzlich an ein Fenster kam, das meine Neugierde und mein Interesse weckte. Es war ein helles alchemistisches Labor, voller mysteriös aussehender Objekte. Drei Alchemisten standen darin, die mich, als sie mich beim Spionieren entdeckten, einluden und mir sagten, dass sie schon auf mich gewartet hätten. Ohne nachzudenken betrat ich durch das Fenster den Raum, und bald fingen sie an, mir ihr Wissen zu vermitteln, das ich anscheinend perfekt verstand, denn in dem Augenblick, machte auf einmal alles Sinn. Sie erklärten mir, dass es einen Reinigungsprozess brauche, dem ich mich unterziehen müsse, um als Alchemist Erfolg zu haben.

Als Nächstes folgte ich ihnen ohne jede Furcht in einen strahlend sauberen Operationssaal, wo ich schnell das Bewusstsein verlor.

Wie lange ich „weg“ war? Ich weiß es nicht! Als ich aber wieder erwachte, war ich in einem Zimmer, wo mir mitgeteilt wurde, dass eine Entität aus meinem Körper extrahiert worden sei und dass ich nun ohne dieses Hindernis als alchemistischer Lehrling weitermachen könne.
Dies war Teil einer meiner Träume, als ich schon 10 Jahre in Stuttgart gelebt hatte. In Mexiko geboren, hatte ich vor meiner Zeit in Stuttgart einige Jahre in den Vereinigten Staaten gelebt. Durch meine Beziehung zu einem schwäbischen Freund, der vorschlug, ihm nach Deutschland zu folgen, hatte ich angefangen, in meinem Kopf neue Pläne zu schmieden. Er versicherte mir, dass ich die Integration in seinem Land ebenso erfolgreich meistern könne, wie ich dies schon in den USA getan hatte. So brach ich alle meine Brücken ab und bin in Deutschland gelandet – genau zu dem Zeitpunkt, als die historische Wende stattfand Anfang der 90-er Jahre. Es war nicht mein erster Aufenthalt in Deutschland, und ich wusste mehr oder weniger, was mich erwartete. Was ich nicht wusste war, wie schwierig es werden würde.

In Deutschland musste ich eine neue Sprache lernen und auch einen Job finden, damit meine Integration besser gelingt. Aber damals war es ziemlich schwierig, etwas Passendes zu finden. Die Chancen für Immigranten wie mich waren gering und die Arbeitslosigkeit damals war deutlich höher als heute. Außerdem war es für mich unheimlich schwierig, die ständige Einsamkeit zu ertragen, weil mein Partner aufgrund seines Jobs sehr häufig ins Ausland reisen musste. Ich hatte weder viele Freunde oder Familie in der Nähe noch eine Gemeinschaft, auf die ich mich hätte verlassen können. Internet und soziale Netzwerke existierten noch nicht außer ein paar sporadischen Kontakten mit der liebevollen Familie meines Mannes oder ein paar Freunden. So war die Einsamkeit meine einzige Konstante und die ersten 10 Jahre in Deutschland aufgrund all dessen sehr schwierig.

In den Vereinigten Staaten war die Integration für mich ein Kinderspiel. Boston war eine so schöne Stadt, einladend, voller Kultur und damals Fremden gegenüber sehr offen. Anders war es auch mit der Sprache. Englisch beherrschte ich mehr oder weniger gut, und meine Jugend und die Bereitschaft, Risiken einzugehen, haben alles andere möglich gemacht. In Deutschland war der Kontrast riesig – die kulturellen Unterschiede mit allem, was ich bisher kannte, so gewaltig, dass ich bald krank geworden bin.

Die Umstände lösten in mir eine Depression aus, die anfangs nicht so tief war, später aber zu einer schweren Krankheit führte. Das Auftreten eines gutartigen Tumors im Hals, der, wenn ich nicht operiert würde, so sagten mir die Ärzte, zu einem Krebs werden würde. Ich fühlte, dass dies das Ausmaß war, in dem meine Seele schrie und sich beschwerte, als wollte sie zu mir sagen: „Warum hast du mich derart vergessen?“ Meine Wut im Hals gefangen, die zum Schweigen gebrachte Stimme – und alles wofür? Weil ich andere nicht mit meinen Problemen stören wollte. Gepaart mit der Einsamkeit und dem Groll gegen mich selbst, weil ich die Entscheidung auszuwandern getroffen hatte und die ungewollt auch meinen Mann betraf, der so ebenfalls zum Opfer wurde, war ich doch nicht in der Lage, das, was ich aufrichtig fühlte, wahrheitsgemäß auszudrücken. Gleichzeit dachte ich, er könnte mich nicht verstehen oder sich den Schmerz und die Trostlosigkeit vorstellen, die ich durchmachte.

War die Depression vor meiner Operation mild, wurde sie nach der OP verheerend. Mein Nervensystem konnte den Stress und die Nebenwirkungen, die sie mit sich brachten, nicht mehr ertragen.

Dieses Jahrzehnt, das ich hier beschreibe, trieb mich in viele emotionale Fluchten. Ich widmete meine ganze Zeit dem Füllen meiner emotionalen Lücken mit Obsessionen und vergeblichen Beschäftigungen und Süchten – alles vergebliche Versuche, den körperlichen und seelischen Schmerz, den ich empfand, zu überwinden.

Doch dann geschah ein Wunder in meinem Leben! Erinnerst du dich an die Alchemisten aus der Geschichte vom Anfang?

Mit der Zeit stellte sich heraus, dass es sich um eine Vorahnung von mir gehandelt hatte. Völlig verzweifelt suchte ich als letzte Chance drei praktische Ärzte auf, die mit alternativer Medizin behandelten und die mich nach und nach mit Geduld und Professionalität zur Wiedererlangung meiner Gesundheit führen konnten. Das hat allmählich mein Selbstvertrauen gestärkt, und schließlich konnte ich die Zügel meines Lebens wieder in die Hand nehmen. Dasselbe geschah auch im Hinblick auf Land und Leute. Ich konnte wieder vertrauen.

Ich ging zur Uni zurück, verbesserte endlich die deutsche Sprache und hatte auch einen festen Job, der, wenn er auch nicht ganz dem entsprach, was ich mir vorgestellt hatte, mir aber die Möglichkeit bot, ein normales Leben mit Regeln und Routine zu führen.

Als Einwander’innen können wir Umstände schaffen, die auf Ausdauer, Arbeit und Geduld basieren, um sie in unserer Entwicklung zu nutzen und unsere Integrationsgeschichte zu gestalten. Ich bin davon überzeugt, dass wir sie als Teil unserer Biographie und als etwas Kostbares ehren sollten.

Heute betrachte ich mich als eine Einwanderin, die endlich integriert werden konnte und sich hierzulande fast genauso wie ein Schwabe benimmt. Das war das Geschenk Deutschlands an mich.

Livia Kolb, México, USA

MIGRAR EN LOS AÑOS 70

Soy Lucía, 37 años, de la generación de hijos de los inmigrantes que vinieron a Alemania en los años de posguerra y de elevación industrial de Alemania.

Como nací y crecí en Alemania no soy ni española ni alemana, sino algo en medio de ambas cosas, que está en búsqueda permanente de una identidad y un por qué.

Mi historia de integración y migración es diferente a la de los que salen de su país en búsqueda de realizar sus sueños, pero creo que le ayudará a muchos de mi generación si nos confrontamos con las experiencias que vivieron nuestros padres al inmigrar a Alemania. Todos podemos aprender de sus experiencias, también en el año 2022. Hoy en día hay tantas ayudas que en aquel entonces no estaban disponibles y, no obstante, se puede esforzar uno para conseguir lo deseado.

¿Quién de vosotros conoce a alguien que migró a Alemania en los años 70? Piensa en la calle donde vives, piensa en el recinto por donde haces tus compras, en los restaurantes italianos, turcos, las tiendecitas… ¿Verdad que son muchas personas que vienen a tu mente? Pues dos de ellos son mis padres, Aida y Manuel.

Ambos se criaron en pueblitos gallegos, con poco futuro, a las afueras de Santiago de Compostela.

Cada familia tenía justo lo que necesitaba para vivir el día a día. No se podía ahorrar mucho ni hacer una formación con sello y estampa para hacer una carrera. La vida era muy dura. Por ello, mi madre Aida decidió seguir a sus hermanas a Alemania, que ya llevaban trabajando allí dos años.

Aida tenía solamente veinte años, con el dolor en el corazón de dejar a su padre y a su hermano pequeño en el pueblo, de dejar la casita tan amada llena de recuerdos de su difunta mamá. Pero saber que iba a estar junto a sus hermanas le quitaba el miedo. No sabía nada de Alemania, ni una palabra de alemán, estaba dispuesta a todo sin límites, deseando poder ganar dinero para su familia y su propio futuro. Por eso tampoco le chocó tanto que tuviera que vivir en una barraca con otras seis mujeres españolas con quienes compartía también una cocina y un cuarto de baño.

Ellas estaban dispuestas a contribuir en todo para tener una vida mejor, se hicieron muy amigas hasta el día de hoy. Cocinar juntas, compartir un buen estofado, jugar a las cartas, aprender el idioma tan extraño y tan difícil en compañía funcionaba mejor. Y qué alegría sintió Aida cuando recibió el primer salario en dinero efectivo, ¡Se sentó en su cama y selo tiró por encima de su cabeza como si los billetes fuesen estrellas en el cielo!

Mi padre, Manuel, vivía en aquel entonces ya en Barcelona, había dejado el pueblito gallego detrás de él, haciendo una vida mejor en una capital que en los años 60 ya tenía más posibilidades de trabajo. Con dieciocho años ya estaba trabajando de camarero y tenía una vida nueva, junto con su hermana y su madre que habían emigrado con él. Pero con lo bonito que era Barcelona, le faltaba una persona que no se le quitaba de la cabeza desde sus dieciséis: Aida. La había visto en una fiesta rural y se había enamorado de ella.

Ya estando en Alemania, Aida y Manuel se escribían cartas, nada de mensajitos por el móvil o de videollamadas, qué va, esperaban semana a semana que el cartero trajera una carta. Manuel, ciego de amor, decidió seguir a Aida a Alemania. Ella le ayudó a emigrar, le consiguió un contrato de trabajo, y pronto se encontró él atravesando en tren un paisaje de nieve, en un país del cual no sabía ni el idioma, ni la cultura. Sólo guiado por el deseo de ver a la chica de sus sueños.

La empresa alemana le dio la vivienda: una habitación a compartir entre seis. Parte del contrato era convivir con una persona más, así que Manuel aprendió a dejar claro sus límites: dos personas, dos camas. Le era importante ser fiel a sí mismo y ser respetuoso para ser tratado con respeto, algo que le granjeó el respeto de sus jefes y lo ayudó a que le confiaran responsabilidades, aunque éstas no se reflejaban en el salario como él hubiese esperado.

Viviendo a pocos pasos el uno del otro, Manuel y Aida se fueron conociendo mejor y enamorando más. Su mundo era pequeño, pero era perfecto. Con la mente abierta fueron aprendiendo la cultura alemana, los derechos y los deberes, y también sentían el deseo de enseñarles costumbres españolas a los alemanes.
¡Una tortilla abre puertas!

Claro que también se vieron confrontados con miradas críticas, con engaños y con comentarios racistas; su lema era y sigue siendo: mantener el respeto y perdonar.

Alemania no es una etapa de sus vidas, es su vida.

Ahora son jubilados y tienen la suerte de poder vivir tanto en España como en Alemania y adoran a los dos países. Tanto mis hermanos como yo tenemos la suerte de poder decir que somos españoles viviendo en Alemania y en España podemos decir que nuestro acento alemán es de nacimiento. ¡Hay que ver siempre el lado positivo! Poder entender y vivir dos culturas e integrarlas en el día a día es una riqueza impagable en lo personal y lo profesional. Abre mentes y abre puertas. ¡Gracias mamá y papá por esta oportunidad!

Lucía Fischer Guimil, España

WIE ES WAR, IN DEN 70ER JAHREN EINZUWANDERN

Darf ich mich vorstellen: Mein Name ist Lucia, 37 Jahre alt, Kind von spanischen Immigranten, die in der Nachkriegszeit und im wirtschaftlichen Aufschwung nach Deutschland eingewandert sind.

In Deutschland geboren und aufgewachsen, bin ich weder Deutsche noch Spanierin, sondern irgendwo dazwischen, auf unermüdlicher Suche nach Identität und Intention.

Meine Geschichte über Integration und Migration ist eine andere als die von denjenigen, die aktiv ihr eigenes Land verlassen, um Ihre Wünsche und Träume zu erfüllen, aber ich glaube, dass es vielen Einwanderkindern meiner Generation helfen kann, sich mit den Erlebnissen unserer Eltern zu befassen. Wir alle können von Ihren Erfahrungen lernen, auch im Jahr 2021. Heutzutage gibt es so viele Unterstützungsangebote und technische Errungenschaften, die es damals keineswegs gab, und dennoch konnte man immer sein Bestes geben, um seine Ziele zu erreichen.

Nun stell Dir folgende Frage: Kennst Du eigentlich jemanden, der in den 70er Jahren nach Deutschland eingewandert ist? Denk an die Nachbarn in Deiner Straße, an das Viertel, wo Du Deine Alltagseinkäufe tätigst, an die italienischen Restaurants, den Döner-Laden um die Ecke, den Tante-Emma-Laden… Kann es sein, dass es doch einige Personen sind, an die Du gerade denkst? Nun, zwei davon sind meine Eltern, Aida und Manuel.

Beide sind in kleinen, galizischen Dörfern geboren und aufgewachsen, am Rande von Santiago de Compostela im Norden Spaniens. Man lebte sehr bescheiden und hatte wenig Hoffnung auf eine gute Zukunft.

Die Familien hatten damals nur das Nötigste, um von Tag zu Tag zu leben. Man konnte wenig sparen und eine qualifizierte Ausbildung zu finden, war auf dem Land sehr schwierig. Das Leben war sehr hart. Deshalb beschloss meine Mutter Aida, ihren zwei älteren Schwestern zu folgen, die bereits als Gastarbeiter in Deutschland lebten.

Aida war zarte 20 Jahre alt, mit dem Schmerz in der Brust über den Abschied von ihrem Vater und ihrem kleinen Bruder, dem Abschied von ihrem geliebten kleinen Elternhaus, das voller Erinnerungen an ihre verstorbene Mutter war. Doch der Gedanke, dass sie mit ihren älteren Schwestern sein würde, nahm ihr völlig die Angst.
Sie wusste nichts über Deutschland, konnte nicht ein Wort Deutsch, und dennoch war sie bereit alles zu tun, ohne Limit, getrieben von dem Wunsch, endlich eigenes Geld für ihre Familie und auch für ihre eigene Zukunft zu verdienen. Ihre Entschlossenheit half ihr, über den Umstand hinwegzusehen, dass sie zunächst zusammen mit weiteren sechs spanischen Einwanderinnen in einer Baracke leben und mit ihnen Küche und Bad teilen musste.

Die Frauen waren bereit, alles zu geben, um ein besseres Leben zu führen, sie schlossen enge Freundschaften, die bis heute andauern. Zusammen kochen, einen leckeren Eintopf miteinander teilen, Karten spielen, diese seltsame und so schwierige Sprache lernen…. in Gemeinschaft ging es einfach besser. Und welch Freude spürte meine Mutter Aida, als sie ihren ersten Monatslohn in bar in den Händen hielt! Sie saß im Schneidersitz auf ihrem Bett, warf die Münzen und Scheine in die Höhe über ihren Kopf und fühlte sich, als ob das Geld die Sterne des Himmels wären!

Mein Vater Manuel war währenddessen bereits von Galizien nach Barcelona ausgewandert, wo man in den 60er Jahren bereits ein besseres Leben führen konnte als in den galizischen Dörfern. Mit 18 Jahren arbeitete er als Kellner, lebte gut und doch sparsam mit seiner Mutter und seiner Schwester, die mit ihm nach Barcelona gezogen waren. Doch egal, wie schön er es auch in Barcelona fand, er vermisste eine Person, die er seit seinem 16. Lebensjahr einfach nicht aus seinem Kopf kriegen konnte: Aida. Er hatte sie auf dem Dorffest kennengelernt und sich unsterblich verliebt.

Und so schrieben sich Aida und Manuel Briefe von Barcelona nach Deutschland und zurück, Briefe! – keine SMS, keine Handynachricht, kein Videocall, oh nein! Woche für Woche haben sie gehofft, dass der Briefträger endlich wieder einen Brief bringen würde. Manuel, blind vor Liebe, entschloss eines Tages, seiner Aida nach Deutschland zu folgen. Sie half ihm in den bürokratischen Dingen, um die Einreise als Gastarbeiter zu bekommen, organisierte ihm einen Arbeitsvertrag in ihrer Arbeitsstätte und plötzlich fand sich Manuel in einem Zug wieder, der ein unbekanntes, verschneites Land durchquerte. Ein Land, dessen Sprache und Kultur vollkommen fremd waren. Allein der Wunsch, seine Traumfrau zu sehen, wies ihm den Weg.

Manuel bekam vor Ort seine Unterkunft von der deutschen Firma zugeteilt: Ein Zimmer, das er plötzlich mit sechs weiteren Männern teilen sollte. Allerdings stand im Vertrag, dass er das Zimmer mit nur einer weiteren Person zu teilen habe. Und so lernte Manuel schnell, dass man immer für seine Ziele einstehen und klare Kante zeigen muss: Zwei Personen ergo Zwei Betten. Ihm war es immer wichtig, sich selbst treu zu bleiben, respektvoll zu sein aber auch mit Respekt behandelt zu werden – eine Einstellung, die ihm schnell gutes Ansehen bei seinen Vorgesetzten einbrachte. Sein Verantwortungsbereich wuchs stetig, was ihn zwar sehr freute, sich aber nicht unbedingt in dem Maße in den Gehaltsabrechnungen widerspiegelte.

Da Manuel und Aida nun wenige Schritte voneinander lebten, hatten sie die Chance, sich immer besser kennenzulernen und immer mehr ineinander zu verlieben. Ihre Welt war klein, aber sie war perfekt. Mit offenem Geist lernten sie die deutsche Kultur kennen, ihre Rechte und Pflichten, aber sie spürten auch den Wunsch, mit den deutschen Freunden spanische Gewohnheiten zu teilen: Eine frisch gemachte Tortilla öffnet Tür und Tor!

Natürlich wurden sie auch oft mit kritischen Blicken konfrontiert, wurden auch getäuscht und litten unter fremdenfeindlichen Kom-

mentaren, aber ihr Motto war und ist immer: Respekt wahren und verzeihen.

Deutschland ist kein Lebensabschnitt, es ist ihr Leben.

Nun genießen sie ihre Rente und haben das Glück, dass sie sowohl in Deutschland als auch in Spanien leben können. Sie lieben beide Länder. Und meine Brüder und ich haben das Glück, dass wir sagen dürfen, dass wir Spanier sind, die in Deutschland leben und in Spanien dürfen wir erklären, dass unser deutscher Akzent angeboren ist. Man muss doch einfach immer das Positive sehen! Beide Kulturen und Sprachen zu kennen und zu verstehen ist ein immenses Glück, ein unbezahlbares Gut sowohl für die persönliche Entwicklung als auch für berufliche Chancen. Es öffnet den Geist und öffnet Türen. Danke, Mama und Papa, für diese Chance!

Lucía Fischer Guimil, Spanien

AVENTURAS EN EL SUPERMERCADO

Cuando abres el refrigerador ves que no hay nada para el desayuno. ¡Qué desastre! Ni leche, ni huevos, ni fruta. Eso es necesario para hacer un buen desayuno de sábado, así que decides ir a comprar lo que hace falta. De pronto, te acuerdas de lo difícil que es para ti hacer las cosas más sencillas en este país, como ir de compras o adquirir un boleto de tren. El buen humor con el que empezaste el día ha desaparecido y lo sustituye una especie de ansiedad que te hace pensar que después de todo no tienes mucha hambre y puedes comer algo de lo que sobró el día anterior.

Ir de compras implica toda una serie de acciones que tuviste que ir aprendiendo poco a poco desde que llegaste y que, de sólo pensar en ellas, ya te has cansado. Primero tienes que insertar una moneda en un carrito de la fila para poder sacar uno y tienes que hacerlo lo más rápido que puedas porque siempre que vas hay alguien esperando con cara de ¡Ya apúrate, que no tengo tu tiempo!

La primera vez que lograste sacar un carrito de compras sentiste que habías superado una prueba muy difícil y merecías un premio. Pero sacar el carrito de compras es apenas el principio del proceso. La siguiente prueba, ya dentro del supermercado, es tratar de no hablar con nadie.

Ese sábado no preguntas dónde están los huevos, aunque tengas que recorrer todo el supermercado buscándolos.

Ya aprendiste que cuando llegas a la fila para pagar, de pronto muchos corren a otra caja. Ya no te quedas sorprendida pensando: «Bueno, y a éstos, ¿Qué les pasa?». Esas personas solo decidieron correr como desesperados porque abrieron otra caja y están tratando de lograr una pequeña victoria sobre los demás. Todo bien.

Pones tus cosas en la banda y ahí empiezas a sudar la gota gorda porque se acerca el momento de la verdad. Vas a estar frente a la cajera y es muy posible que te pregunte algo y espere que tú le respondas... ¡Auxilio! Bueno, la fila va avanzando y finalmente te encuentras frente a la temida situación. Aunque no entiendes nada de lo que ella dice, sabes que tienes que pagar y buscas disimuladamente dónde puedes ver la cantidad en números, cosa que, por fortuna, sí entiendes.

Apenas estás abriendo la billetera y todavía, por supuesto, ni siquiera has empezado a empacar tus cosas, pero sabes que se espera de ti que empaques y al mismo tiempo pagues. No está de más decir que no hay casi nada de espacio para tus cosas y solo ves como tus artículos se van amontonando y tienes que quitarlos de alguna manera.

Es como la dimensión desconocida, de verdad,
¿De qué se trata todo esto?
¿Cómo le hace la gente de por aquí?

Si ellos lo hacen, de alguna manera tú también tienes que poder. Logras pagar y avientas las cosas sin ningún orden dentro del carrito, sin bolsa ni nada.

La cajera se despide de ti por segunda vez como diciendo: ¡Ya compraste, ya pagaste, ya vete! O sea, ese concepto de primero una cosa y luego la otra aquí no aplica.

Todo se tiene que hacer rápido, rápido, rápido. Algunos locales, hasta los domingos, cuando salen de paseo caminan como si tuvieran prisa. En fin, tanto relajo para comprar unas cositas...

Tal vez empieces una dieta espartana donde solo puedas tomar agua y no tengas que ir seguido de compras. Ojalá que, con el tiempo, ya no tengas que preocuparte tanto cuando veas que no hay nada en el refrigerador y tengas que ir al supermercado.

Luz Vargas, México

ABENTEUER IM SUPERMARKT

Wenn du den Kühlschrank öffnest, stellst du fest, dass es nichts für das Frühstück gibt. Wie schrecklich! Weder Milch noch Eier noch Obst. Das ist notwendig, um ein gutes Samstagsfrühstück zuzubereiten, also beschließt du, einzukaufen, was fehlt. Plötzlich erinnerst du dich daran, wie schwierig es für dich ist, die einfachsten Dinge in diesem Land zu erledigen, wie Einkaufen oder ein Zugticket zu kaufen. Die gute Laune, mit der du den Tag begonnen hast, ist verschwunden und wird durch eine Art Angst ersetzt, die dich denken lässt, dass du nach all dem nicht wirklich hungrig bist und etwas von dem essen kannst, was vom Vortag übriggeblieben ist.

Einkaufen zu gehen bedeutet eine Reihe von Handlungen, die du nach deiner Ankunft nach und nach lernen musstest, und allein beim Gedanken daran bist du schon müde. Zuerst musst du eine Münze in einen Einkaufswagen stecken, um einen herauszunehmen, und du musst es so schnell wie möglich tun, denn jedes Mal, wenn du gehst, wartet jemand mit einem Gesichtsausdruck, der sagt: „Beeil dich, ich habe nicht den ganzen Tag Zeit!“

Als du zum ersten Mal einen Einkaufswagen herausbekommen hast, hast du dich gefühlt, als hättest du eine sehr schwierige Prüfung bestanden und einen Preis verdient. Aber an einen Einkaufswagen zu gelangen, ist nur der Anfang des Prozesses. Die nächste Prüfung im Supermarkt besteht darin, zu versuchen, mit niemandem zu sprechen.

An diesem Samstag fragst du nicht, wo die Eier sind, obwohl du den ganzen Supermarkt durchsuchen musst, um sie zu finden.

Du hast gelernt, dass viele Menschen in der Schlange zum Bezahlen plötzlich zu einer anderen Kasse rennen. Du bleibst nicht überrascht und denkst: „Nun, was ist mit denen los?“ Diese Menschen entscheiden sich einfach, verzweifelt zu rennen, weil eine andere Kasse geöffnet wurde, und versuchen, einen kleinen Sieg über die anderen zu erringen. Alles gut.

Du legst deine Sachen auf das Kassenband und beginnst zu schwitzen, denn der Moment der Wahrheit rückt näher. Du wirst vor der Kassiererin stehen, und es ist sehr wahrscheinlich, dass sie dich etwas fragt und erwartet, dass du antwortest… Hilfe! Die Schlange bewegt sich nun weiter und schließlich stehst du vor der gefürchteten Situation. Obwohl du nichts von dem begreifst, was sie sagt, weißt du, dass du bezahlen musst und suchst heimlich, wo du den Betrag in Zahlen sehen kannst, da du ihn nur so verstehst.

Du öffnest gerade dein Geldbeutel und hast natürlich noch nicht einmal angefangen, deine Sachen einzupacken, aber du weißt, dass von dir erwartet wird, dass du einpackst und gleichzeitig bezahlst. Es ist überflüssig zu sagen, dass es kaum Platz für deine Sachen gibt, und du siehst nur, wie deine Artikel sich türmen und du sie irgendwie wegräumen musst.

Es ist wie in einer anderen Welt – wirklich, worum geht es hier? Wie machen das die Leute hier?

Wenn sie es hinkriegen, musst du es irgendwie auch können. Du schaffst es zu bezahlen und schmeißt die Sachen ohne Ordnung in den Wagen, ohne Tüte oder irgendetwas.

Die Kassiererin verabschiedet sich von dir ein zweites Mal, als würde sie sagen: „Du hast eingekauft, du hast bezahlt, jetzt geh!“ Das heißt, das Konzept „erst das eine, dann das andere“ gilt hier nicht.

Alles muss schnell, schnell, schnell erledigt werden.. Sogar beim Sonntagsspaziergang laufen einige Leute, als hätten sie es eilig. Na ja, so viel Aufregung für ein paar Sachen…

Vielleicht fängst du eine spartanische Diät an, bei der du nur Wasser trinken darfst und nicht ständig einkau-

fen gehen musst. Hoffentlich musst du dir mit der Zeit keine Gedanken mehr darüber machen, wenn du siehst, dass nichts im Kühlschrank ist und du zum Supermarkt gehen musst.

Luz Vargas, México

LOS COLORES DE MI VIDA

Si me preguntaras qué colores tiene mi tierra te diría azul y amarillo: azul por el océano Pacífico y amarillo por sus infinitas playas. Esos son los colores que mi querido Chile grabó en mí. Crecí en la costa chilena, lo que no es extraño, ya que mi país es largo y su costa, amplia. La ciudad de mi infancia es Viña del Mar, una ciudad de jardines y canciones, pequeña y provinciana; pero para mí es gigante, ya que la dejé cuando apenas tenía catorce años.

El país de color verde –Alemania– me recibió con sus frondosos bosques, sus praderas y sus cultivos que amo, porque me encantan las plantas, me traen tranquilidad y su dulce energía me hace vibrar. Alemania es el país de mi padre, quien emigró a Latinoamérica joven para volver después con su familia. La cigüeña me trajo con ambas identidades, lo que ayudó con todas las formalidades, pero no con los sentimientos.

Mi realidad alemana fue impregnada de los recuerdos infantiles que con el tiempo bajaron a tierra.

Cuando llegué a Alemania siendo una adolescente, poco conocía de este país.

Mi biculturalidad en Chile fue algo natural, fácil de llevar, ya que nadie lo cuestionaba y nadie me cuestionaba.

Mi singularidad era debida a mi personalidad y no a mi origen. Mi relación con Alemania estaba estrechamente vinculada a mi familia paterna con los patrones femeninos que recibí de mi tía Anelis y de mi abuela Agathe. Ambas se han ido, pero antes de hacerlo dejaron profundas huellas en mí.

Recuerdo con mucho cariño a mi tía Anelis, la hermana de mi padre,

mujer de muchos sacrificios. Perdió a su marido cuando ella era joven, quedó sola con una niña enferma, y a pesar de todo, siempre buscó mi cercanía, aun cuando estábamos tan lejos. Recuerdo una anécdota con ella cuando yo tenía doce años. Me llevó a visitar a mi abuela Agathe, pero antes me vino a buscar y fuimos a su casa, allí me sirvió un café cargado, bebida que yo nunca antes había probado y que me produjo náuseas. Para subirme el ánimo me dijo que íbamos a preparar un *Kuchen*. Me alegré de aprender eso porque lo desconocía, no tenía incorporada la cultura del *Kaffee und Kuchen*. Cuando estábamos en ello, mi tía me pasó las azadas de la batidora llenas de la masa. Yo, ingenua, le pregunté: «¿Quieres que las lave?».

En el transcurso de mi vida en Alemania iba a tener muchas experiencias semejantes. En situaciones personales y laborales se me transmitió que no me sabía comportar o que yo no entendía las reglas. Hasta el día de hoy paso por estos momentos que me producen angustia porque me siento rechazada por ser como soy y no poder entender qué quieren de mí: «No eres alemana, si no sabrías cómo comportarte...».

Para mí es ese un instrumento disciplinario y me hace «salir la pluma», como diríamos en Chile. Siento que me quieren someter y me provoca más rebeldía, más autodefensa y actúo en forma muy propia, a veces tan diferente a la que en Alemania se hubiese esperado. Cuando esto ocurre pienso en mi querida tía Anelis con sus ansias de estar cerca de mí, aunque nos separaban mares. ¿Puede el amor saltar estos abismos?

Muy diferente fue mi abuela alemana Agathe, la recuerdo con mucha ternura, cuando la vi por primera vez me impactó, jamás había visto una mujer tan alta y fuerte. Ella tenía su propia opinión de la vida, hablaba un dialecto ininteligible; mandona, burda, defensora de sus derechos, generosa cocinera y panadera, cortadora de manzanas para los comensales, gran jardinera, capaz de trabajar sola en el campo, subir a viñas empinadas con su pico para trabajar la tierra, cortar leña con un hacha y andar, ya anciana, todavía en bicicleta. Para mí, la personificación del empoderamiento femenino.

Qué triste fue descubrir a lo largo de mi vida que ella fue una gran excepción, el rol de la mujer de la burguesía alemana nada tenía que ver con esta mujer campesina llena de energía, multifacética y autosuficiente que tanto me inspiró. Anhelo encontrarme y rodearme de Agathes, de ágatas, esas piedras semi- preciosas e imperfectas, que con sus coloridos reflejos brillen en mi vida.

¿Conocen la canción de los colores? De colores, de colores se visten los campos en la primavera... Así comienza una canción que a mis hijos les gusta repetir, riéndose, porque les recuerda cuando la cantaban juntos con su abuela chilena. Para ellos es una canción alegre, ligera y tierna, ya que les recuerda su infancia. Mi sueño es que mi vida pueda tener muchos colores, los que traje de niña y los que adquirí después convirtiéndome en adulta en Alemania; todos inmensamente valiosos para mí.

¿Sabes qué significa para mí la integración en Alemania? Poder ser parte de una pradera florida, donde cada una de nosotras tenga su espacio para ser una flor colorida y aromática, donde juntas formemos un verdadero espectáculo vivo.

María Cecilia Kaiser, Alemania/Chile

DIE FARBEN MEINES LEBENS

Wenn Du mich fragen würdest, welche Farben mein Land hat, würde ich blau und gelb sagen: blau wegen des Pazifischen Ozeans und gelb wegen der endlosen Strände. Das sind die Farben, die mein geliebtes Chile in mir eingeprägt hat. Ich bin an der chilenischen Küste aufgewachsen, was nicht verwunderlich ist, denn mein Land ist lang und seine Küste endlos. Die Stadt meiner Kindheit ist Viña del Mar, eine Stadt der Gärten und der Lieder, klein und provinziell; aber für mich ist sie gigantisch, denn ich habe sie verlassen, als ich erst vierzehn Jahre alt war.

Das grüne Land - Deutschland - empfing mich mit seinen üppigen Wäldern, Wiesen und Kräutern, die ich liebe, denn ich liebe Pflanzen, sie bringen mich zur Ruhe und ihre süße Energie lässt mich schwingen. Deutschland ist das Land meines Vaters, der in jungen Jahren nach Lateinamerika ausgewandert ist und später zu seiner Familie zurückkehrte. Der Storch hat mir beide Identitäten gegeben, was bei allen Formalitäten half, aber nicht immer bei den Gefühlen.

Meine deutsche Realität war durchdrungen von Kindheitserinnerungen, die schließlich auf den Boden der Tatsachen zurückgeholt wurden.

Als ich als Teenager in Deutschland ankam, wusste ich wenig über dieses Land.
Meine Bikulturalität in Chile war etwas Natürliches, leicht zu ertragen, weil niemand sie in Frage stellte und niemand mich in Frage stellte.

Meine Einzigartigkeit lag in meiner Persönlichkeit begründet und nicht in meiner Herkunft. Meine Beziehung zu Deutschland war eng mit meiner Familie väterlicherseits verbunden, mit den weiblichen Mustern, die ich von meiner Tante Anelis und meiner Großmutter Agathe erhielt. Beide sind nicht mehr da, aber bevor sie gingen, haben sie tiefe Spuren in mir hinterlassen.

Ich erinnere mich gern an meine Tante Anelis, die Schwester meines Vaters, eine Frau voller Entbehrungen. Sie verlor jung ihren Ehemann, war allein mit einem kranken Kind, und trotz allem suchte sie immer meine Nähe, auch wenn wir so weit voneinander entfernt waren. Ich erinnere mich an eine Anekdote mit ihr, als ich zwölf Jahre alt war. Sie nahm mich mit, um meine Großmutter Agathe zu besuchen, aber zuerst holte sie mich ab und wir gingen zu ihrem Haus, wo sie mir einen starken Kaffee servierte, ein Getränk, das ich noch nie zuvor gekostet hatte und das mir Übelkeit bereitete. Um mich aufzumuntern, erzählte sie mir, dass wir einen Kuchen backen würden. Ich war froh, das zu erfahren, denn ich hatte noch nie davon gehört, ich kannte die Kaffee- und Kuchen-Kultur nicht. Als wir gerade dabei waren, reichte mir meine Tante die Rührstäbe mit dem Teig. Ich fragte sie naiv: „Soll ich sie spülen?“

Im Laufe meines Lebens in Deutschland habe ich viele ähnliche Erfahrungen gemacht. In privaten und beruflichen Situationen wurde mir gesagt, dass ich nicht wüsste, wie ich mich verhalten sollte, oder dass ich die Regeln nicht verstünde. Bis heute erlebe ich diese Momente, die mir Bauchweh verursachen, weil ich mich abgelehnt fühle, weil ich so bin, wie ich bin, und nicht verstehen kann, was man von mir will: "Du bist keine Deutsche, sonst wüsstest du, wie man sich benimmt...".

Für mich ist es ein Sanktionsinstrument und es bringt mich dazu, "meine Feder zu zücken", wie wir in Chile sagen würden. Ich spüre, dass ich mich unterordnen soll, und das ruft mehr Widerstand hervor, mehr Selbstverteidigung, und ich verhalte mich auf meine eigene Weise, manchmal ganz anders, als man es in Deutschland erwartet hätte. Wenn das passiert, denke ich an meine liebe Tante Anelis und ihre Sehnsucht, mir nahe zu sein, obwohl wir durch das Meer getrennt waren. Kann die Liebe diese Gräben überwinden?

Ganz anders war meine deutsche Großmutter Agathe, ich erinnere

mich mit großer Zuneigung an sie. Als ich sie zum ersten Mal sah, war ich erstaunt, ich hatte nie eine so große und starke Frau gesehen, sie war für mich riesig. Meine Oma hatte ihre eigene Meinung vom Leben, sprach einen unverständlichen Dialekt, den ich mit ihr lernte; herrisch, grob, eine Verteidigerin ihrer Rechte, eine großzügige Köchin und Bäckerin, eine Apfelschneiderin für ihre Gäste, eine großartige Gärtnerin, fähig, bis ins hohe Alter allein auf dem Feld zu arbeiten, mit ihrer Spitzhacke steile Weinberge zu erklimmen, um das Erdreich zu bearbeiten, Holz mit einer Axt zu hacken und hochbetagt Fahrrad zu fahren. Für mich die Verkörperung weiblichen Empowerments.

Wie traurig war es im Laufe meines Lebens zu entdecken, dass sie eine große Ausnahme war, dass die Rolle der deutschen bürgerlichen Frau nichts mit dieser energiegeladenen, vielseitigen und autarken Bäuerin zu tun hatte, die mich so sehr inspirierte. Ich sehne mich danach, Agathes zu finden und mich mit ihnen zu umgeben. Das Wort Agathe bedeutet auf Spanisch „Agata“ und somit dasselbe wie die Halbedelsteine „Achate“, diese Ur-Edelsteine, die mit ihren farbigen Reflexen mein Leben beleuchten.

Kennst du das spanische Lied der Farben? Farblich kleiden sich die Felder im Frühling .... Das ist der Anfang eines Liedes, das meine Kinder gerne lachend wiederholen, weil es sie daran erinnert, wie sie es früher mit ihrer chilenischen Großmutter gesungen haben. Für sie ist es ein fröhliches, leichtes und zärtliches Lied, weil es sie an ihre Kindheit erinnert. Ich träume davon, dass mein Leben viele Farben haben kann: Die, die ich als Kind mitgebracht habe, und die, die ich später als Erwachsene in Deutschland erworben habe. Beide sind für mich sehr wertvoll.

Weißt du, was Integration in Deutschland für mich bedeutet? Teil einer blühenden Wiese zu sein, wo jeder von uns den Raum hat, eine bunte und duftende Blume zu sein und wo wir zusammen ein echtes lebendiges Kunstwerk bilden.

María Cecilia Kaiser, Deutschland/Chile

EL BRINDIS

Como todos los días, serví la comida puntualmente. Mi padre, con su habitual solemnidad y rectitud, entró en el comedor y empezó a comer. Yo no podía. De pronto no pude aguantar más y le dije:

- En unos meses me voy a trabajar a Stuttgart.
- ¿A Stuttgart? -Me miró atónito-. ¿Pero tú sabes dónde está Stuttgart?

Cogí aire y respondí:
_ Ahora sí.
_ ¿Y qué vas a hacer allí?
_ Voy a ser enfermera geriátrica. Iré con un proyecto que permite aprender la profesión y ejercerla a la vez.
_ La boca se le iba llenando a la par de garbanzos y de soberbia.
_ ¿Y qué pasa entonces con tu Licenciatura en Publicidad?
_ Papá, si estás esperando que te diga que llevabas razón, no voy a hacerlo. No me arrepiento de haber estudiado esa carrera, aunque luego no haya podido encontrar trabajo.
_ Pero para cuidar viejos, no necesitas abandonar España.
_ Te doy un mes para que vuelvas. Stuttgart es una ciudad industrial, el clima es frío. Llueve mucho y el carácter de los suabos es como el de su clima. Te va a faltar el aire sin tu Costa del Sol y tu Mediterráneo.

Recogí la mesa en silencio, me fui a mi dormitorio, cerré la puerta y lloré como en las canciones, con la cabeza hundida en la almohada. Ese día me prometí a mí misma: «Por muy difícil que pinte, voy a intentar encontrarme bien allí».

Seis años después, estoy en el balcón de mi casa con una copa de vino. Solo me alumbran la luna y los destellos de la Fernsehturm. Las vistas son sensacionales y respiro el aire fresco del verano continental.

Es el catorce de julio del 2020 y estoy brindando porque una noche como esta, hace seis años y sin tener idea de nada, un autobús me dejó en esta ciudad. Desde entonces he aprendido algo más que una profesión y un idioma.

Brindo porque he aprendido a superar mi timidez y mi miedo a equivocarme; porque ahora sé decir: "No"; por las agujetas que me salieron quitando nieve con la pala el primer invierno, por el trabajo que me costó entrar sin bikini a un sauna y por lo rico que me sale el *Kaiserschmarrn*.

Brindo por aquellas jornadas maratonianas de nueve horas de trabajo y cursos intensivos de alemán, en las que me afanaba por aprender el idioma de Goethe sentada entre un chino y una bielorrusa.

Brindo porque, solo gracias a esta experiencia, comprendí cómo se sienten los inmigrantes en mi país.

Y porque, con mis más y mi menos, aguanté bien ese remolino de emociones que te provoca ver fotografías y videos de tus amigos y familia festejando en los lugares en los que a ti te encantaría estar y que quedan a miles de kilómetros, casi en otra dimensión.
Brindo por lo que he conseguido ahorrar, que aunque no es mucho, es fruto de mi esfuerzo. Me siento orgullosa de eso y de no perderme ya en los metros y de ser capaz de entender cómo funciona aquí el reciclaje y el calendario de las basuras. También por mis amigos de aquí. Quizá por lo que costó encontrarlos, son un tesoro en mi vida.

Brindo por todos esos pacientes que me han dicho algo parecido a «Bendito el día en el que decidió usted mudarse a Alemania» y por todo el amor que les doy a los que están y que les di a los que ya se fueron.

Fue revelador, impresionante, conocer a la última generación que vivió la Segunda Guerra Mundial.
Y de tanto brindar, me voy poniendo muy contenta. He cumplido mi promesa: conseguí encontrarme bien aquí.
Y ¿La verdad…? No fue tan difícil.

María del Amor Márquez Romero, España

ICH STOßE AN

Wie jeden Tag servierte ich die Mahlzeit pünktlich. Mein Vater betrat mit seiner gewohnten Ernsthaftigkeit und Aufrichtigkeit den Speisesaal und begann zu essen. Ich konnte nicht essen. Plötzlich konnte ich es nicht mehr ertragen und sagte zu ihm:

- In ein paar Monaten werde ich in Stuttgart arbeiten.
- Stuttgart? -Er schaute mich erstaunt an-. Weißt du eigentlich, wo Stuttgart liegt?

Ich holte tief Luft und antwortete:
_ Jetzt weiß ich es.
_ Und was wirst du dort machen
_ Ich werde Altenpflegerin. Ich werde an einem Projekt teilnehmen, das es mir ermöglicht, den Beruf zu erlernen und ihn gleichzeitig auszuüben.
_ Nun... - sein Mund füllte sich mit Kichererbsen und Arroganz- Und was ist mit deinem Uni-Abschluss in Werbung?
_ Papa, wenn du darauf wartest, dass ich dir sage, dass du recht hattest… werde ich es nicht tun. Ich bereue es nicht, diesen Abschluss gemacht zu haben, auch wenn ich danach keinen Job gefunden habe.
_ Aber um alte Menschen zu pflegen, muss man Spanien nicht verlassen.

Ich habe nichts Weiteres gesagt. Wir aßen schweigend. Als ich meinen Löffel absetzte, sagte er:

_ Ich gebe dir einen Monat Zeit, um zurückzukehren. Stuttgart ist eine Industriestadt. Das Klima ist kalt. Es regnet viel, und der Charakter der Schwaben ist wie ihr Klima. Ohne deine Costa del Sol und dein Mittelmeer wirst du hoffnungslos sein.

Ich hob schweigend den Tisch auf, ging in mein Schlafzimmer, schloss die Tür und weinte, wie in den Liedern, mit dem Kopf im Kissen vergraben. An diesem Tag gab ich mir ein Versprechen: „So schwierig es auch sein mag, ich werde versuchen, mich dort wohlzufühlen.“

Sechs Jahre später stehe ich auf meinem Balkon und trinke ein Glas Wein. Nur der Mond und das Schimmern des Fernsehturms erhellen mich. Die Aussicht ist sensationell und ich atme die frische kontinentale Sommerluft ein.

Es ist der vierzehnte Juli 2020 und ich stoße darauf an, dass in einer Nacht wie dieser, vor sechs Jahren und ohne Ahnung, ich mit dem Bus in diese Stadt gekommen bin. Seitdem habe ich mehr gelernt als nur einen Beruf und eine Sprache.

Ich stoße an, weil ich gelernt habe, meine Schüchternheit und meine Angst vor Fehlern zu überwinden; weil ich jetzt in der Lage bin, Nein zu sagen; wegen der Steifheit, die ich mir beim Schneeschippen im ersten Winter geholt habe; wegen der Überwindung, die es mich gekostet hat, ohne Bikini in die Sauna zu gehen; Und wegen des leckeres Kaiserschmanns, den ich zubereiten kann.. Auf die neunstündigen Marathon-Arbeitstage und die Deutsch-Intensivkurse, in denen ich zwischen einem Chinesen und einer Weißrussin sitzend mühsam die Sprache Goethes lernte.

Ich stoße an, weil ich nur dank dieser Erfahrung verstanden habe, wie sich Einwanderer in meinem Land fühlen.

Weil ich - mal besser, mal schlechter - diese Mischung von Gefühlen gut ertragen habe, die sich einstellt, wenn man Fotos und Videos von Freunden und Familienmitgliedern sieht, die an den Orten feiern, an denen man gerne wäre und die Tausende von Kilometern entfernt sind, fast in einer anderen Dimension.

Ich stoße an, weil ich Geld sparen konnte. Auch wenn es nicht viel ist, so ist es doch die Frucht meiner Arbeit. Ich bin auch stolz darauf, dass ich mich nicht mehr in den U-Bahnen verirre und dass ich verstehe, wie das Recycling und der Müllkalender hier funktionieren. Ich bin auch stolz auf meine Freunde hier. Vielleicht weil es so schwer war, sie zu finden, sind sie ein Schatz in meinem Leben.

Auf all die Patienten und Bewohner, die zu mir gesagt haben: „Schön war der Tag, an dem du dich entschieden hast, nach Deutschland zu ziehen", und auf all die Liebe, die ich denen schenke, die hier sind, und denen, die gegangen sind. Es war aufschlussreich und beeindruckend, die letzte Generation zu treffen, die den Zweiten Weltkrieg überlebt hat.

Und nach einem so langen Trinkspruch auf mich selbst, bin ich sehr glücklich. Ich habe mein Versprechen gehalten: Ich habe es geschafft, mich hier wohlzufühlen. Und die Wahrheit...? Es war gar nicht so schwer.

María del Amor Márquez Romero, Spanien

DEL ANHELO A LA ACEPTACIÓN

Al llegar, su ilusión por integrarse era tan grande como inverosímil. Aunque sólo fuera por imitar hábitos, nacían de ella las ganas de madrugar los domingos para comprar el pan, de ir al mercado en bicicleta y de devolver el *Pfand*. Disfrutaba descubriendo esta nueva cultura de la mano de alemanes o de selectos inmigrantes. Solo aquellos a los que consideraba mejor integrados y que en su mayoría coincidían en ser ingenieros como ella. Ansiaba vivir en una sociedad que compartiera sus valores en relación con el respeto, la eficacia, la sostenibilidad y los derechos de los ciudadanos. Había salido espantada de España, su país natal, tras una larga temporada bajo el yugo de los chismes de barrio y de las pésimas condiciones laborales de la industria de pueblo. Ahora, ahondando en lo que le ofrecía esta nueva sociedad, se veía mejor ubicada, incluso cerca de experimentar la identificación sociocultural cuyo anhelo le hizo emigrar. El inicio de su búsqueda era acertado a pesar del torcido enfoque. Se hubiera ahorrado algunos estragos mirando hacia su interior, donde una voz sincera pero acallada esperaba ser atendida.

De su entusiasmo por encajar aunó la motivación necesaria para afrontar: un trabajo agobiante con exigentes clientes a los que convencer, reuniones subidas de tono y horarios de almuerzo demasiado flexibles; largos atascos de tráfico y recurrentes retrasos del *S-Bahn*; demandantes clases de alemán; duras rutinas en el gimnasio y aburridos planes de WG en un idioma que aún no comprendía. Si quedaban huecos en su apretada agenda, los rellenaba compartiendo cenas con meros conocidos, donde abundaban las cervezas y escaseaba la comida casera. Ensimismada entre tanta actividad, no pudo interpretar los avisos que comenzaba a manifestar su cuerpo. Tuvo que ser insoportable el dolor para que buscara remedio. Su mente racional se aferraba a la idea de que sus síntomas debían

de indicar un trastorno concreto y, por tanto, tener un tratamiento de cura específico. Sin embargo, los médicos no lo hallaban. Con el tiempo y animada por los distintos especialistas que visitó, logró advertir que sus dolencias coincidían con los momentos más desgastante de su rutina y que se calmaban cuando conseguía apaciguar su mente. Al entender que la diversidad del ser humano imposibilita la existencia de un manual genérico de instrucciones, comenzó a practicar la autoescucha, que resultó ser su mejor antídoto. De este modo, cambió las miras de su búsqueda y redirigió el enfoque hacia dentro: ¿Qué me hace sentir bien?, ¿Cómo quiero invertir mi tiempo?, ¿Qué admiro de mí misma y de mi cultura materna que no esté dispuesta a dejar atrás?

A través de dar respuesta a esas preguntas su entusiasmo por encajar se desvaneció y al fin le dejó cabida a la aceptación.

A partir de entonces, ella conocía y respetaba sus límites, pues no quería volver a enfermar. Participaba de planes enriquecedores y sus amistades eran de personalidades y culturas muy diversas. Advirtió que se sentía atraída por la multiculturalidad. La admiración de las diferencias era lo que le incitaba a cuestionarse, a desaprender y a reconstruirse. Al descubrir que la riqueza surgía del compartir, de las sinergias y fusiones, se desplomó su interés por identificarse con una única cultura. El despojo de ese gran lastre le permitió continuar su camino de integración con frescura y confianza, sintiéndose completa y libre.

Marina Godoy Godoy, España

VON DER SEHNSUCHT ZUR AKZEPTANZ

Als sie ankam, war ihr Wunsch, sich zu integrieren, ebenso groß wie unrealistisch. Obwohl sie zunächst nur die Gewohnheiten imitierte, wuchs schon bald in ihr der Drang, sonntags früh aufzustehen, um Brot zu kaufen, mit dem Fahrrad zum Markt zu fahren und Pfandflaschen zurückzugeben. Sie genoss es, diese neue Kultur zu entdecken, sei es mit Deutschen oder sorgsam ausgewählten Einwanderern, die sie für besser integriert hielt und die größtenteils, wie sie selbst, Ingenieure waren. Sie sehnte sich danach, in einer Gesellschaft zu leben, die ihre Werte in Bezug auf Respekt, Effizienz, Nachhaltigkeit und Bürgerrechte teilte. Spanien, ihr Geburtsland, hatte sie nach langer Zeit unter der Last von zu viel Klatsch und Tratsch und schlechten Arbeitsbedingungen in der Provinz verlassen.
Nun, vertieft in das, was ihr diese neue Gesellschaft bot, fühlte sie sich besser aufgehoben und stand kurz davor, die soziokulturelle Identifikation zu erleben, nach der sie sich sehnte. Der Beginn ihrer Suche war vielversprechend, obwohl der Ansatz fehlerhaft war. Sie hätte sich einige Schwierigkeiten ersparen können, wenn sie nach innen geschaut hätte, wo eine ehrliche, aber unterdrückte Stimme auf ihre Beachtung wartete.

Aus ihrem Enthusiasmus, sich anzupassen, schöpfte sie die notwendige Motivation, um mit den Herausforderungen umzugehen: einem anstrengenden Job mit anspruchsvollen Kunden, hitzigen Meetings und allzu flexiblen Mittagspausen; langen Staus und häufigen Verspätungen der S-Bahn; anstrengenden Deutschkursen; harten Trainingsroutinen im Fitnessstudio und langweiligen WG-Plänen in einer Sprache, die sie noch nicht verstand. Wenn in ihrem vollen Zeitplan noch Platz war, füllte sie ihn mit Abendessen mit flüchtigen Bekannten, an denen Bier reichlich und hausgemachtes Essen knapp war.
Eingenommen von all diesen Aktivitäten, konnte sie die Warnsignale

ihres Körpers nicht wahrnehmen. Der Schmerz musste unerträglich werden, damit sie nach Hilfe suchte. Ihr rationaler Verstand klammerte sich an die Idee, dass ihre Symptome auf eine konkrete Störung hinwiesen und somit eine spezifische Behandlung haben müssten. Doch die Ärzte fanden nichts. Mit der Zeit und ermutigt durch die verschiedenen Spezialisten, die sie konsultierte, erkannte sie, dass ihre Beschwerden mit den anstrengendsten Momenten ihrer Routine zusammenfielen und sich besserten, wenn sie es schaffte, ihren Geist zu beruhigen. Als sie verstand, dass die Vielfalt des menschlichen Wesens die Existenz eines generischen Bedienungshandbuchs unmöglich macht, begann sie, sich selbst zuzuhören, was sich als ihr bestes Heilmittel herausstellte.
So änderte sie den Fokus ihrer Suche und richtete ihn nach innen: Was tut mir gut? Wie möchte ich meine Zeit investieren? Was bewundere ich an mir selbst und meiner Kultur, dass ich nicht aufgeben möchte?

Indem sie diese Fragen beantwortete, verschwand ihr Drang, sich anpassen zu wollen, und machte Platz für Akzeptanz.

Von da an kannte und respektierte sie ihre Grenzen, denn sie wollte nicht wieder krank werden. Sie nahm an bereichernden Aktivitäten teil, und ihre Freundschaften bestanden aus Persönlichkeiten und Kulturen, die sehr unterschiedlich waren. Sie stellte fest, dass sie sich von der Multikulturalität angezogen fühlte. Die Bewunderung der Unterschiede brachte sie dazu, sich zu hinterfragen, zu verlernen und sich neu zu erfinden. Als sie erkannte, dass der Reichtum in Teilen, in Synergien und Fusionen lag, verlor sie das Interesse daran, sich mit einer einzigen Kultur zu identifizieren. Der Verzicht auf dieses große Gewicht ermöglichte es ihr, ihren Integrationsweg mit Frische und Vertrauen fortzusetzen und sich vollständig und frei zu fühlen.

Marina Godoy Godoy, Spanien

AGRIDULCE MELANCOLÍA

Si pudiera sentirte y vivirte en persona...

Recuerdo que, a la edad de catorce años, poco antes de partir hacia un nuevo destino en Europa, solía pasarme que en el corazón de la noche me despertaban la incertidumbre y la nostalgia. En esos momentos el insomnio me hacía levantar, abría la ventana de mi dormitorio y, apenas sentía el aire fresco sobre mi rostro acariciándome suavemente, respiraba lenta y profundamente en el intento de integrar esos momentos, para atesorarlos dentro de mí y llevarlos muy lejos conmigo.

Ahí estaba yo, a pie descalzo, en silencio, escuchando la noche mientras observaba esas casas donde familiares, amigos y vecinos descansaban ajenos a mi desvelo; contemplaba con agridulce melancolía ese paisaje que sabía pronto tendría que abandonar.

¡Ah...! En esos momentos las lágrimas mojaban mis mejillas y lloraba hasta que no podía más, entonces una voz susurraba firme desde mi interior:

«Mira, escucha, siente, para que nunca te olvides de esta tierra bendita; este rincón de América que, con su gente, tanto gozo te ha brindado».

Hoy, después de más de dos décadas y media viviendo en el extranjero, lejos del lugar que me vio nacer, aún me transporto a esos momentos que guardo vivos en mi corazón: veo a mi gente vagando entre las casas, voy al parque donde solía jugar, compro al ambulante en la esquina... Es un cálido atardecer y mis ojos se pierden a lo lejos entre las colinas cubiertas de café, mientras mastico con deleite mi apenas comprado mango viche con sal y limón, agridulce melancolía.

El recuerdo del perfume de mi abuelita Ana y su cálida presencia aún me tranquilizan.

Pero cuando abro los ojos, vivo otra realidad también hermosa, una realidad donde soy madre y que hoy me pertenece con la misma intensidad.

Refresco mi memoria volviendo a esos instantes de primera juventud, que representan parte de mi herencia familiar y raíces que tanto amo.

Hoy la vida está aquí con la familia que junto a mi compañero he construido, esta nueva yo se transforma constantemente aceptando su nueva identidad.

Soy extranjera, vivo como extracomunitaria en Europa y me siento feliz así y aquí.

Maritza Castelli Cano, Colombia

BITTERSÜßE MELANCHOLIE

Wenn ich Dich spüren und persönlich erleben könnte...

Ich erinnere mich, dass es mir im Alter von vierzehn Jahren, kurz vor der Abreise zu einem neuen Ziel in Europa, immer wieder passierte, dass ich mitten in der Nacht von Ungewissheit und Nostalgie geweckt wurde. In diesen Momenten wachte ich aus der Schlaflosigkeit auf, öffnete das Fenster meines Schlafzimmers, und sobald ich die frische Luft auf meinem Gesicht spürte, die mich sanft streichelte, atmete ich langsam tief ein und versuchte, diese Momente zu integrieren, sie in mir zu bewahren und sie weit weg zu tragen.

Da stand ich nun, barfuß, in der Stille, lauschte der Nacht, ich beobachtete die Häuser, in denen Familie, Freunde und Nachbarn sich ausruhten und betrachtete mit bittersüßer Melancholie… diese Landschaft, von der ich wusste, dass ich sie bald verlassen musste.

Ach...! In diesen Momenten benetzten Tränen meine Wangen und ich weinte, bis ich nicht mehr weinen konnte, dann flüsterte eine Stimme fest aus meinem Inneren:

„Sieh, höre, fühle, damit Du dieses gesegnete Land nie vergisst, dieser Winkel Amerikas, der dir mit seinen Menschen so viel Freude bereitet hat“.

Heute, nach mehr als zweieinhalb Jahrzehnten, in denen ich weit weg von meinem Geburtsort im Ausland lebe, fühle ich mich in diese Momente zurückversetzt, die ich in meinem Herzen lebendig halte: Ich sehe meine Leute zwischen den Häusern umherwandern, ich gehe in den Park, in dem ich früher gespielt habe, ich kaufe beim Straßenhändler an der Ecke: Es ist ein warmer Sonnenuntergang und mein Blick verliert sich in der Ferne zwischen den kaffeebe-

deckten Hügeln, während ich Mango-Viche mit Salz und Zitrone kaufe, bittersüße Melancholie.

Die Erinnerung an das Parfüm meiner Großmutter Ana und ihre warme Gegenwart beruhigen mich immer noch, aber wenn ich die Augen öffne, erlebe ich eine andere Realität, die auch schön ist, eine Realität, in der ich Mutter bin und die heute mit der gleichen Intensität zu mir gehört.

Ich frische mein Gedächtnis auf, indem ich zu den Momenten meiner frühen Jugend zurückkehre, die einen Teil meines Familienerbes und meiner Wurzeln darstellen, die ich so sehr liebe; heute ist das Leben hier mit der Familie, die ich zusammen mit meinem Partner aufgebaut habe, dieses neue Ich verwandelt sich ständig, indem es seine neue Identität annimmt.

Maritza Castelli Cano, Kolumbien

¡NO TE RINDAS, TIENES MUCHO VALOR...!

Mi nombre es Maritza José Duarte Alonso. La historia de mi vida comienza con mi nacimiento el 17 de noviembre de 1978 en la ciudad de Córdoba, Veracruz, en México. Provengo de una familia donde el papel de las mujeres, tanto en el ámbito familiar, social, laboral como autoridad moral ha sido muy importante. De mis padres aprendí que la familia y Dios son los pilares más importantes de nuestra vida. Mis papás nos mimaron y se encargaron de que nunca nos faltara absolutamente nada, de hecho, para mí, mi infancia ha sido uno de los mejores momentos de mi vida. Fui en verdad muy feliz y la viví plenamente.

Desde pequeña siempre me sentí atraída por la medicina, la cultura e historia de otros países y las artes. Al terminar la preparatoria decidí estudiar Medicina y hacer de las artes mi hobby. Y durante los estudios me enamoré de mi carrera y ahora mi profesión. Mi papá ha sido siempre mi modelo a seguir y fue uno de los médicos que más admiré por su entrega a la profesión y lo humanitario que era. A los diecinueve años me mudé yo sola a la ciudad de Puebla para estudiar la carrera de Medicina, donde gracias a las buenas y notan buenas experiencias que implica el vivir como estudiante, me convertí en una chica más segura de mí misma y con mayor autodeterminación.

A partir de ese momento comenzó una nueva etapa de mi vida. Después de ocho meses de noviazgo decidimos casarnos y, aunque todo estaba planeado para quedarnos a vivir en México, por azares de la vida terminamos en Alemania. Y de pronto, hace casi quince años, me encontré en Stuttgart con el amor de mi vida, sin mi familia, ni mis amigos, ni siquiera mi perro Uci, recién casada, sin hablar el alemán y con miles de planes y sueños postergados...

Solo con la esperanza y la palabra de mi esposo de que él iba a ayudarme para que ejerciera la medicina.

Entendí que era apremiante aprender el alemán y más importante aún: tenía que «desempacar la maleta», que es un término que implicaba hacerme a la idea de que por un buen tiempo Alemania sería mi hogar. Me inscribí a un curso intensivo que me llevó todas las mañanas de un año. Y por las tardes realizaba las tareas domésticas y me actualizaba en medicina. En el curso de alemán conocí a personas maravillosas con las que viví experiencias increíbles, como perdernos muchas veces por la ciudad por tomar el lado equivocado del *U-Bahn*, por no entender bien las señales o ir a la panadería y pedir una *Scheide Brot* en lugar de *Scheibe*. Y lo mejores que aún sigo en contacto con algunos de ellos.

Con respecto a la medicina, no voy a mentir, muchas veces cuando estaba sola lloraba y pensaba qué iba a hacer en caso de que no reconocieran mi título como médico general. Llegué incluso a informarme sobre otros *Ausbildungen* o pensaba en qué otra cosa me gustaría trabajar o dedicarme, pero siempre venía a mi cabeza la medicina. Así que decidí no darme por vencida y, aunque el proceso de reconocimiento de mi título y mis estudios fue muy largo y complicado (cerca de cuatro años), yo seguía buscando opciones junto con mi esposo e incluso llegué a pensar en matricularse y estudiar de nuevo la carrera aquí.

Ahora que miro hacia atrás puedo decir que yo efectivamente cambié mucho después de venir a Alemania. De México, mi país y mi familia aprendí mis valores, tradiciones, cultura, idioma, creencias, mis principios y sobre todo a valorar a mi familia y mis amigos. Tuve la suerte de crecer segura, protegida y querida. Siempre tuve el apoyo de mis padres y por ello voy a estar agradecida toda mi vida. Pero en Alemania me convertí en mujer, crecí y maduré, al principio sin darme cuenta. Me volví más fuerte, aprendí a perderle el miedo a los cambios, poco a poco iba aceptando los retos y de alguna u otra forma también iba saliendo adelante. Aprendí a organizarme, a tomar muchas decisiones por mí misma, aprendí a valorar todo lo que tuve en México y dejé tanto lo bueno como lo malo, aprendí a valorar a los amigos, me convertí en esposa, amiga, amante y también me estrené como mamá, que ha sido la mejor experiencia de mi vida. Al nacer mi hija me di cuenta de que México siempre será el país que me vio nacer y donde crecí, y Alemania es el país que yo adopté y donde me he desarrollado tanto en lo profesional como en lo personal y familiar.

Dejé de comparar a ambos países y decidí disfrutar de lo mejor de cada uno de ellos,
ya que gracias a Dios tengo la oportunidad de ser embajadora de mi país en mi círculo de amistades, en mi trabajo y en la escuela de mi hija. Me fascina mostrar mi cultura y sobre todo mostrarle a la gente lo grandioso que somos como personas y lo capaces que somos también para ir cambiando los estereotipos que existen.

Otra de las cosas que aprendí aquí fue a ser profesional. Porque en México estudié la carrera, pero realmente fue aquí en Alemania donde comencé a trabajar como médico y a desarrollarme como tal. El hecho de trabajar en otro país, en otro idioma y en un área de salud de mucha responsabilidad me hizo una mujer más segura de mí misma y me ayudó a darme cuenta de todo lo que puedo lograr y de que no importa de qué país provengas.

Y, por último, otra de las cosas que también le debo a Alemania es que pude darme cuenta de lo importante que es perseguir nuestras propias metas, no rendirnos cuando estamos persiguiendo un sueño, que por mucho que todo el mundo te diga que va a ser muy difícil, que tal vez debes de dejarlo ir en vez de seguir insistiendo y perdiendo el tiempo... Yo sólo te puedo decir: escucha a tu corazón, sigue a tus instintos, no te rindas… Porque si la montaña que subes parece cada vez más imponente… ¡Es porque estás cada vez más cerca de la cima!

Maritza J. Duarte Alonso, México

GIB NICHT AUF! DU HAST EINE MENGE MUT

Mein Name ist Maritza Jose Duarte Alonso. Meine Lebensgeschichte beginnt mit meiner Geburt am 17. November 1978 in der Stadt Cordoba, Veracruz, Mexiko. Ich stamme aus einer Familie, in der die Rolle der Frau in der Familie, in der Gesellschaft, bei der Arbeit und als moralische Autorität sehr wichtig war. Von meinen Eltern habe ich gelernt, dass die Familie und Gott die wichtigsten Säulen unseres Lebens sind. Meine Eltern verwöhnten uns und sorgten dafür, dass es uns an nichts fehlte. Für mich war meine Kindheit eine der schönsten Zeiten meines Lebens. Ich war glücklich und habe sie in vollen Zügen genossen.

Schon als Kind interessierte ich mich für Medizin, die Kultur und Geschichte anderer Länder und die Kunst. Nach dem Abitur beschloss ich, Medizin zu studieren und die Künste zu meinem Hobby zu machen. Und während des Studiums verliebte ich mich in meinen Werdegang und jetzt in meinen Beruf. Mein Vater war immer mein Vorbild, und er war ein Arzt, den ich sehr für seine Hingabe an seinen Beruf und seine Humanität bewunderte. Mit neunzehn Jahren zog ich allein in die Stadt Puebla, um Medizin zu studieren. Dank der guten und weniger guten Erfahrungen, die ich während meines Studiums machte, wurde ich zu einer selbstbewussten und selbstbestimmten jungen Frau.

Von diesem Moment an begann ein neuer Lebensabschnitt für mich. Nach acht Monaten Beziehung beschlossen wir zu heiraten, und obwohl alles in Mexiko geplant war, landeten wir durch die Launen des Lebens in Deutschland. Und so, vor fast fünfzehn Jahren, fand ich mich mit der Liebe meines Lebens in Stuttgart wieder, ohne meine Familie, ohne meine Freunde, sogar ohne meinen Hund Uci, frisch verheiratet, ohne Deutschkenntnisse und mit Tausenden von aufgeschobenen Plänen und Träumen...

Nur mit der Hoffnung und dem Versprechen meines Mannes, dass er mir helfen würde, Medizin zu praktizieren.

Ich begriff, dass ich dringend Deutsch lernen musste, und noch wichtiger: Ich musste meinen Koffer auspacken, was die Vorstellung implizierte, dass Deutschland für lange Zeit mein Zuhause sein würde. Ich meldete mich zu einem Intensivkurs an, der mich ein Jahr lang jeden Morgen in Anspruch nahm. Und an den Nachmittagen erledigte ich die Hausarbeit und bildete mich in Medizin weiter. Während des Deutschkurses habe ich wunderbare Menschen kennengelernt, mit denen ich unglaubliche Erfahrungen gemacht habe, wie zum Beispiel, dass wir uns mehrmals in der Stadt verlaufen haben, weil wir die falsche Seite der U-Bahn genommen haben, die Schilder nicht verstanden haben oder in der Bäckerei nach einem Scheide Brot statt einer Scheibe gefragt haben. Und das Beste daran ist, dass ich mit einigen von ihnen immer noch in Kontakt bin.

Was die Medizin angeht, möchte ich nicht verschweigen, dass ich oft weinte, wenn ich allein war und darüber nachdachte, was ich tun würde, wenn sie meinen Titel als Allgemeinmedizinerin nicht anerkennen würden. Ich habe mir sogar andere Ausbildungen angesehen oder überlegt, was ich sonst noch arbeiten oder machen möchte, aber Medizin kam mir immer wieder in den Sinn. Also beschloss ich, nicht aufzugeben, und obwohl das Verfahren zur Anerkennung meines Abschlusses und meines Studiums sehr langwierig und kompliziert war (etwa vier Jahre), suchte ich zusammen mit meinem Mann weiter nach Möglichkeiten und dachte sogar darüber nach, mich hier erneut einzuschreiben und zu studieren.

Jetzt, da ich zurückblicke, kann ich sagen, dass ich mich in der Tat sehr verändert habe, als ich nach Deutschland kam. Von Mexiko, meinem Land und meiner Familie habe ich meine Werte, Traditionen, Kultur, Sprache, meinen Glauben, meine Prinzipien und vor allem die Wertschätzung meiner Familie und Freunde gelernt. Ich hatte das Glück, sicher, beschützt und geliebt aufzuwachsen. Ich hatte immer die Unterstützung meiner Eltern und dafür werde ich mein

ganzes Leben lang dankbar sein. Aber in Deutschland wurde ich zur Frau, ich wurde erwachsen und reifte, zunächst ohne es zu merken. Ich wurde stärker, ich lernte, meine Angst vor Veränderungen zu verlieren, ich nahm allmählich die Herausforderungen an, und auf die eine oder andere Weise kam ich voran. Ich lernte, mich selbst zu organisieren, viele Entscheidungen selbst zu treffen, ich lernte, alles zu schätzen, was ich in Mexiko und im Ausland hatte, sowohl das Gute als auch das Schlechte, ich lernte, Freunde zu schätzen, ich wurde eine Ehefrau, eine Freundin, eine Geliebte und ich wurde auch Mutter, was die beste Erfahrung in meinem Leben war. Als meine Tochter geboren wurde, wurde mir klar, dass Mexiko immer das Land sein wird, in dem ich geboren und aufgewachsen bin, und dass Deutschland das Land ist, das ich adoptiert habe und in dem ich mich beruflich, persönlich und als Familie entwickelt habe.

Ich habe aufgehört, die beiden Länder zu vergleichen und beschlossen, das Beste von beiden zu genießen,

denn Gott sei Dank habe ich die Möglichkeit, in meinem Freundeskreis, bei meiner Arbeit und in der Schule meiner Tochter eine Botschafterin meines Landes zu sein. Es fasziniert mich, anderen Leuten Einblicke in meine Kultur zu geben und vor allem den Menschen zu zeigen, wie großartig wir Menschen aus Lateinamerika sind und wie wenig wir zu bestehenden Stereotypen passen.

Eine andere Sache, die ich hier gelernt habe, ist, meine Rolle im Beruf gut auszufüllen. Denn ich habe zwar in Mexiko studiert, aber erst hier in Deutschland habe ich wirklich angefangen, als Ärztin zu arbeiten und mich als Ärztin weiterzuentwickeln. Die Tatsache, in einem anderen Land, in einer anderen Sprache und in einem sehr verantwortungsvollen Bereich des Gesundheitswesens zu arbeiten, machte mich zu einer selbstbewussteren Frau und half mir zu erkennen, wie viel ich erreichen kann und dass es keine Rolle spielt, aus welchem Land man kommt.

Und schließlich habe ich Deutschland auch zu verdanken, dass ich erkannt habe, wie wichtig es ist, die eigenen Ziele zu verfolgen, nicht aufzugeben, wenn man seinen Traum verfolgt, und dass man, egal wie sehr einem alle sagen, dass es sehr schwierig sein wird, und man es vielleicht lieber sein lassen sollte, anstatt weiter darauf zu beharren und seine Zeit zu verschwenden.... Ich kann nur sagen: Hör auf dein Herz, folge deinen Instinkten und Träume, gib nicht auf! Denn wenn der Berg, den du erklimmst, immer imposanter erscheint. .. dann liegt das daran, dass du dem Gipfel immer näherkommst!

Maritza J. Duarte Alonso, México

LAS LLAVES DE LA REALIDAD

Lo primero que pensé cuando me planteé venir a vivir a Alemania solo fue que debería lidiar con otro idioma para integrarme aquí. Nada más y… nada menos. Nunca fui consciente de lo que me esperaba. Ni siquiera los primeros años me daba cuenta: pensaba únicamente en el cambio de escenario, pero se trataba además de cambio de un tipo de vida a otro. Algo no funcionaba, pero yo no encontraba la razón.

Una ciudad grande, una vida urbanita, todo rápido, todo ya, eso es lo que yo conocía y de repente el choque frontal con una ciudad de mediano tamaño, tranquila, rodeada de bosque, en el que además de estar allí, se puede pasear. ¡Menuda sorpresa! Las relaciones sociales, puede que a veces superficiales, el contacto con gente, el entrar y salir de casa, el pararse con cualquiera, saludar al vecino, al compañero de trabajo, al desconocido en la calle, en una palabra "la vida hacia fuera" se transformó de repente en un comportamiento recogido y "una vida hacia el interior", recluida y para mí, sí, solitaria y a veces triste.

De una dinámica independiente en todos los sentidos: trabajo, casa, familia y amigos pasé a tener… única y exclusivamente un marido y además, extranjero. Que no es poco, pero no te garantiza la integración en el país.

Esto no es sólo una integración en un país distinto, es una integración en otra "realidad paralela". Me pregunto si la edad no me habrá jugado una mala pasada, ¿quién sabe, si lo hubiera hecho antes, hubiera sido diferente? Yo llegué a este país cuando ya había conseguido y dado por sentadas algunas cosas en mi situación de entonces, lo que con casi cuarenta años no deja de ser normal.

Pero de repente me encontré que aquí no solo utilizaban ese otro idioma, sino que también tenían otros temas de conversación, que yo no conocía y hasta se comunicaban de otra manera muy diferente… Todo es parecido y al mismo tiempo… diferente, y por ello hay que estar muy atento para poder apreciar esas sutiles diferencias y adaptarse a ellas. Los alemanes cumplen años igual que los españoles, los colombianos o los peruanos, pero ellos le dan otro valor a ese mismo cumpleaños, desde las celebraciones hasta los textos de las tarjetas de felicitación. En las reuniones con amigos hay que conocer los temas tabú, que no siempre coinciden con los nuestros, y en las familiares hay que saber hasta qué grado de parentesco vas a ser admitido. Hasta los colores de la ropa tienen aquí su propia realidad. ¡Bueno, solo hay que descubrir esa otra "realidad"!

El siguiente de mis problemas fue darme cuenta repentinamente que mi voz había bajado varios tonos, de la alta, rápida y bien modulada entonación que siempre había tenido solo me quedaba un tono grave y lento, que a veces hasta resultaba monótono. Ya no se me oía, ¿Así cómo iba a integrarme? Tenía que encontrar una solución. ¡Y pronto!

Supongo que fue la suma de muchos factores: no tenía un trabajo que además de darme una independencia económica también me diera una identidad al margen de mi marido, porque me preguntaba "¿Quién soy además de estar casada?". No tenía amigos, ni de aquí ni tampoco conocía a nadie de allí. La parte positiva es que los amigos acaban apareciendo. Siempre. No tenía a mi familia. ¿Por qué no había sido capaz de valorarla hasta ahora? Hasta que WhatsApp llegó a nuestras vidas, claro. ¡Ni siquiera tenía hobbies! ¡En el manual de integración no me habían dicho cómo se sustituían las clases de natación de allí por los cursos de la VHS de aquí! Las *Verein* donde puedes participar en un coro, apuntarte a hacer senderismo o aprender en Navidad a preparar *Plätzchen* no las encontré el primer día. Tampoco el segundo, si soy sincera, pero tengo que reconocer que sí, al final aparecieron. ¡Y puedes hacer casi de todo!

Lo que sí tenía, pero no me atrevía a utilizar, era mi carnet de conducir. Y es que, ¿Quién no ha oído hablar entre aterrorizado, admirado y expectante que en las carreteras alemanas no hay límite de velocidad? Pues debo reconocer que una vez que me senté al volante, fue todo mucho más fácil de lo que pensaba. Volví a utilizar mi carnet de conducir y desde entonces no he dejado de hacerlo. Lo he hecho yo y puede lograrlo cualquiera que se lo proponga.

Cuando hace unos años empezaba ya a darme por vencida, decidí apostar por un último recurso para hacerme entender y entender a este país, que es ahora también mi país: probar con una sonrisa, pero no una cualquiera, una sonrisa desde el corazón.

¿No entiendo lo que me dicen? Sonrisa… tímida. Desarma al que la recibe que intenta explicártelo de otra manera.
¿Entiendo la mitad? Sonrisa… más abierta, que vea por lo menos que me estoy esforzando.
Lo entiendo, esas palabras las conozco, pero… ¿qué me estará queriendo decir? Sonrisa de medio lado, hasta que me explican lo que quieren.

Entiendo lo que me dicen, pero en mi país no funciona así. Sonrisa… con ironía. Sí, sí, ya sé lo que me dices, pero me permito no estar de acuerdo. ¡Cuánto he tardado en atreverme a sentir eso! Entiendo toooodo: lo que dicen, lo que quieren decir y además
¡Yo también estoy de acuerdo! Sonrisa enorme, de las que abren todas las puertas, deshacen todas las barreras y bueno si se dejan, ¡Hasta a lo mejor un abrazo!

Han sido años que, si no duros, sí, al menos exigentes; de pelea con el idioma, la burocracia, de esfuerzos por comprender el país y su funcionamiento, pero también de satisfacciones, de reconocimiento y de reunir esa fuerza que no sabes que tienes dentro y que saca lo mejor de ti mismo: tengo un buen trabajo, amigos de aquí y de allí. Paseo feliz en el bosque como cualquier alemana y en Navidad me encanta comer *Plätzchen*. Hornearlas será el próximo paso.

Solo me queda decir que por fin entiendo este idioma, también me hago entender y mi tono de voz hoy en día se puede definir como "alto contorno variado tempo rápido", que es el que se utiliza para describir la emoción de la alegría.

Marta Marina Tarancón, España

DIE SCHLÜSSEL ZUR REALITÄT

Das Erste, was ich dachte, als ich überlegte, nach Deutschland zu kommen und hier zu leben, war, dass ich mich mit einer „anderen Sprache" auseinandersetzen müsste, um mich hier zu integrieren. Nicht mehr und nicht weniger. Ich war mir nie bewusst, was mich erwartete. Selbst in den ersten Jahren habe ich es nicht bemerkt: Ich dachte es sei lediglich der Wechsel in eine andere Umgebung, aber es war auch ein Wechsel von einer Art von Leben zu einer anderen. Irgendetwas funktionierte nicht, aber ich wusste nicht, woran es lag.

Eine Großstadt, ein urbanes Leben, alles schnell, alles sofort verfügbar; das kannte ich, und plötzlich der Frontalzusammenstoß mit einer mittelgroßen Stadt, ruhig, von Wald umgeben, wo man auch spazieren gehen kann. Was für eine Überraschung! Die sozialen Beziehungen, vielleicht manchmal oberflächlich, der Kontakt mit den Menschen, das Rein- und Rausgehen aus dem Haus, das Anhalten zum kurzen Gespräch, das Grüßen des Nachbarn, des Kollegen, des Fremden auf der Straße, mit einem Wort, das „nach außen gerichtete Leben" verwandelte sich plötzlich in ein zurückgezogenes Verhalten und ein „nach innen gerichtetes Leben", zurückgezogen und für mich, ja, einsam und manchmal traurig.

Aus einer unabhängigen Dynamik in jeder Hinsicht: Arbeit, Haus, Familie und Freunde, wurde ein Leben mit... nur und ausschließlich einem Ehemann, und noch dazu einem ausländischen. Das ist nicht wenig, aber es ist keine Garantie für die Integration in diesem Land.

Dies ist nicht nur eine Integration in ein anderes Land, es ist eine Integration in eine andere „parallele" Wirklichkeit. Ich frage mich, ob das Alter mir nicht einen Streich gespielt hat - wer weiß, wenn ich es früher getan hätte, wäre es vielleicht anders gewesen? Ich kam in dieses Land, als ich in meiner damaligen Situation schon einiges erreicht hatte und als selbstverständlich ansah, was mit fast vierzig Jahren normal ist.

Aber plötzlich stellte ich fest, dass man hier nicht nur diese "andere Sprache" benutzte, sondern auch andere Gesprächsthemen hatte, die ich nicht kannte, und dass man sogar auf eine ganz andere Art und Weise kommunizierte... Alles ist ähnlich und gleichzeitig... anders, und deshalb muss man sehr aufmerksam sein, um diese feinen Unterschiede zu erkennen und Lernen, mit ihnen umzugehen. Deutsche feiern genauso ihren Geburtstag wie Spanier, Kolumbianer oder Peruaner, aber sie geben der Feier des Geburtstags einen anderen Stellenwert, von den Feierlichkeiten bis zu den Texten auf den Glückwunschkarten. Bei Treffen mit Freunden muss man die Tabuthemen kennen, die nicht immer mit den unseren übereinstimmen, und bei Familientreffen muss man wissen, bis zu welchem Verwandtschaftsgrad man eingeladen ist. Sogar die Farben der Kleidung haben hier ihre eigene Wirklichkeit - nun, man muss diese andere „Wirklichkeit" nur entdecken!

Das nächste Problem war, dass ich plötzlich feststellte, dass meine Stimme um mehrere Töne gesunken war. Aus der hohen, schnellen, gut modulierten Intonation, die ich immer hatte, wurde eine tiefere, langsamere Stimme, manchmal sogar monoton. Ich war nicht mehr hörbar, wie sollte ich mich also integrieren? Ich musste eine Lösung finden - und zwar schnell!

Ich vermute, es war die Summe vieler Faktoren: Ich hatte keine Arbeit, die mir nicht nur wirtschaftliche Unabhängigkeit, sondern auch eine Identität neben meinem Mann geben würde, denn ich fragte mich: „Wer bin ich, außer verheiratet zu sein?" Ich hatte keine Freunde, weder hier noch von dort kannte ich jemanden. Das Positive ist, dass sich irgendwann Freunde finden. Das tun sie immer. Meine Familie war nicht bei mir. „Warum habe ich sie bis jetzt nicht zu schätzen gewusst?" Bis WhatsApp in unser Leben getreten ist, klar.

Ich hatte nicht einmal Hobbys! Im Integrationshandbuch stand nicht geschrieben, dass die Schwimmkurse dort in Spanien durch die VHS-Kurse hier ersetzt wurden! Den Verein, in dem man einem Chor beitreten, sich zum Wandern anmelden oder lernen kann, wie man Weihnachtsplätzchen backt, habe ich am ersten Tag nicht gleich gefunden.
Am zweiten Tag auch nicht, wenn ich ehrlich bin, aber ich muss zugeben, dass ich sie am Ende doch alle gefunden habe. Und man kann fast alles dort machen!

Was ich zwar hatte, was ich aber nicht zu benutzen wagte, war mein Führerschein. Wer hat nicht schon einmal mit einem Gefühl zwischen Schrecken, Bewunderung und bestimmten Erwartungen davon gehört, dass es auf deutschen Straßen keine Geschwindigkeitsbegrenzung gibt? Nun, ich muss zugeben, dass es viel einfacher war, als ich dachte, als ich mich dann einmal hinter das Steuer gesetzt hatte. Seitdem benutze ich meinen Führerschein wieder und fahre Auto. Ich habe es geschafft und jeder andere, der es möchte, schafft es auch.

Als ich vor einigen Jahren schon aufgeben wollte, beschloss ich, einen letzten Versuch zu unternehmen, um dieses Land, das jetzt auch mein Land ist, zu verstehen: Mit einem Lächeln, aber nicht irgendeinem, sondern einem Lächeln von Herzen.

Ich verstehe nicht, was Sie sagen? Lächeln... schüchtern. Es entwaffnet den, der es empfängt und er versucht, es auf andere Weise zu erklären.
Ich verstehe nur die Hälfte? Lächeln... offener, damit er wenigstens sieht, dass ich mir Mühe gebe.
Ich verstehe, ich kenne diese Worte, aber... was wollen Sie mir sagen? Ein fragendes Lächeln, bis man mir erklärt, was man mir sagen will.

Ich verstehe, was Sie sagen, aber in meinem Land funktioniert das nicht so. Lächeln... mit Ironie. Ja, ja, ich weiß, was Sie sagen, aber ich erlaube mir, anderer Meinung zu sein. Es hat lange gedauert, bis ich mich getraut habe, so zu denken!
Ich verstehe alles: was sie sagen, was sie meinen und ich stimme ihnen auch zu! Ein breites Lächeln, das alle Türen öffnet, alle Schranken niederreißt und, wenn man es zulässt, vielleicht sogar eine Umarmung!
Es waren Jahre, die, wenn schon nicht hart, so doch zumindest anspruchsvoll waren; Jahre des Kampfes mit der Sprache, der Bürokratie, des Bemühens, das Land zu verstehen und wie hier alles funktioniert. Aber auch Jahre der Zufriedenheit, der Anerkennung und des Sammelns jener Kraft, von der man nicht wusste, dass man sie in sich trägt und die das Beste in einem zum Vorschein bringt: Ich habe einen guten Job, Freunde von hier und von dort. Ich gehe gerne im Wald spazieren, wie jeder andere Deutsche auch, und zu Weihnachten esse ich gerne Plätzchen. Sie zu backen wird der nächste Schritt sein.

Es bleibt mir nur noch zu sagen, dass ich diese Sprache endlich verstehe, ich mache mich auch verständlich und mein Tonfall kann heute als „hohe Kontur, abwechslungsreiches, schnelles Tempo“ definiert werden, der das Gefühl der Freude beschreibt.

Marta Marina Tarancón, España

RELIGIÓN O FILOSOFÍA DE VIDA

La experiencia de sentirte extranjera aún estando en tu propia tierra es algo que llevo desde mi más tierna infancia, cuando en Barrranquilla, mi tierra natal, me llamaban “cachaca” por tener padres del interior de Colombia, al poco tiempo nos trasladamos a vivir en Cali y una vez allí y por mi acento costeño me llamaban la “Corroncha” de cariño, decidí ir a estudiar a España donde una vez más los calificativos no se hicieron esperar, “bueno no es fácil”, dije, pero es lo que me ha tocado vivir, llevo repitiendo este patrón ya tres veces, así que podré superarlo.

Cuando por fin creí que ya no tendría más cambios en mi vida, Alemania se vislumbraba como el siguiente destino.

Abrumada por el miedo, el terror de las anteriores experiencias vividas entré en estado de negación, la sola idea de empezar de nuevo me aterraba y lo peor, un nuevo idioma que afrontar como si la gastronomía, climatología e idiosincrasia de dicho país no fueran suficiente reto, solo Dios sabe cómo me sentí con este nuevo cambio.

Al final aterricé en suelo alemán como “ternero al matadero”, el caso es que todo me parecía mal, la nueva vivienda, el nuevo barrio, los vecinos, el idioma, mis compañeros y los profesores de clase de idioma.

Día a día era una amargura constante, despertaba cada mañana en la misma posición mirando al techo, renegando que hoy viviría un día horrible, igual que el anterior. En clase de alemán mis lágrimas rodaban por mis mejillas sin poder evitarlo, no necesitaba mover ni un músculo de mi cara, simplemente mis ojos se encharcaban y mis lágrimas comenzaban a brotar sin importar en qué lugar me encontraba, esto ocurría casi a diario: en el transporte público, caminando por la calle, en el supermercado, de paseo con mis hijos, finalmente, entendí que estaba pasando por una fuerte depresión que nadie a mi alrededor pudo apreciar.

Pasaron dos años hasta que mi cuerpo enfermó, me extirparon el útero y terminé sintiéndome media mujer, todo eso por falta de ayuda y asesoramiento psicológico. Llegué hasta a pensar en acabar con mi vida. Y aunque durante el postoperatorio en el hospital recibí ayuda psicológica, yo necesitaba un médico del alma, y esos no los paga el seguro. Decido enfocarme en mis hijos, en que estén bien, que se sintieran acogidos, me preocupaba que sufrieran *bullyng* como lo sufrí yo. Pero pronto me di cuenta de que “El pez sabe distinto cocinado en diferente sartén”, ya que mis hijos estaban viviendo la experiencia de una manera más positiva, les encantaban la casa, el colegio y su nuevo entorno. Se habían adaptado en seis meses. Cada nuevo día lo afrontaban con ilusión, al igual que su padre.

Decidí que tendría que ocuparme de mí misma, así que puse manos a la obra: busqué en internet libros de autoayuda, espirituales y hasta de ciencia.
Probé varias opciones: la iglesia católica de los latinos en Stuttgart, el Gospel (iglesia cristiana de Stuttgart), investigué sobre el Ho’oponopono (filosofía basada en lo espiritual), Metafísica, Budismo, mientras tanto el tiempo pasaba y seguía con la misma sensación de que cada día era igual que el anterior.

Sentía que dependía económicamente, antes había tenido un cargo bien pagado y de responsabilidad, e incluso para tareas tan básicas como pedir una cita médica, sentía que aquí mi vida estaba en manos de terceras personas, mi negación era tal que yo decía: “Quien quiera comunicarse conmigo tiene que aprender español”.

Probé integrarme en distintos grupos dibujando en mi cara mi mejor sonrisa, pero no me sentía valorada ni respetada como en el lugar

de donde venía, sabía que: necesitaba leer, entretener mi mente con algo que me sacara de tanta negatividad, entonces descubrí dos libros de Florence Scovel Shinn: “El Poder de la Palabra Hablada” y “La Palabra es tu Varita Mágica”, que enseñan a utilizar las palabras en positivo al igual que cualquier libro de metafísica, como los de Conny Mendez, que recuerdan una frase del maestro Jesús que decía: “No es lo que por la boca entra si no lo que de la misma sale lo que contamina al ser”, o “Los Cuatro Acuerdos” del Dr. Miguel Ruiz, donde dice: “Que la palabra une o divide y que la boca es un reflejo de nosotros mismos”. También leí algunos libros budistas, como por ejemplo en las “Enseñanzas de Buda” dice: “Hay que pronunciar palabras que inspiren auto confianza, alegría y esperanza”, una filosofía hawaiana llamada Ho‘oponopono enseña a utilizar estas cuatro palabras: Lo siento, perdóname, te amo y gracias. En fin, buscando el conocimiento, pasando por distintas religiones y filosofías llegué a la conclusión de que todas siguen un patrón: usan el poder de la palabra hablada positiva, constructiva y edificante tanto en primera persona como en armonía para con todo el mundo. Libros de John Gray, de Wayne Dyer y Jorge Adoum me ayudaron a salir de ese abismo y la necesidad de ser financieramente libre empezó a pasar a un segundo plano. Empecé a concentrarme en la ayuda al prójimo. Como profesional de la comunicación decidí fundar la primera radio online en español en Alemania con 24 horas de programación latina donde ayudamos a las personas a encontrar empleo a través de un espacio titulado “bolsa de empleo”, entrevistamos también a artistas para dar a conocer sus talentos y a personas que tienen algo interesante que compartir a la comunidad, desde el espacio “Mi Voz Vibra”. También hemos creado grupos de deportes, de baile y encuentros para hacer nuestra vida más llevadera en estas tierras germanas.

Me inspiré en la frase de Confucio: “Trabaja en lo que te gusta y no tendrás que trabajar ni un día de tu vida”, referida a las maravillas de la autorrealización a través del trabajo. Por ello aposté a hacer lo que me gusta creando mi propia radio y sirviendo a mi comunidad. Entonces nació “www.caribefm.de”, y al día de hoy no sé cómo va a salir esta apuesta, solo que estoy siguiendo los latidos de mi corazón, confiando en que será lo más indicado.

Ya no me considero de ninguna religión, no practico una filosofía en particular, me dedico a hacer el bien a mí misma y al prójimo, a dar lo mejor de mí en cada momento. Cierro la boca cuando lo que voy a decir no es más bonito que el silencio, sabiendo que aún hay mucho camino por delante, procuro, como en la filosofía budista, enfocarme en el aquí y ahora, y mirando hacia atrás solo con gratitud y con la certeza del deber cumplido.

Dedico estas frases a mis hijos y a esas mujeres que están en busca de un lugar en sus vidas.

May García, Colombia

RELIGION ODER PHILOSOPHIE DES LEBENS

Die Erfahrung, sich fremd zu fühlen, obwohl man in seiner eigenen Heimat ist, ist etwas, dass ich seit meiner frühesten Kindheit mit mir trage. Als wir in Barranquilla, meiner Heimatstadt, lebten, nannten sie mich „cachaca", weil meine Eltern aus dem Landesinneren Kolumbiens stammten. Kurz darauf zogen wir nach Cali, und dort nannten sie mich aufgrund meines Küstenakzents liebevoll „Corroncha". Ich entschied mich, nach Spanien zu gehen, und auch dort ließen die Bezeichnungen nicht lange auf sich warten. „Nun ja, es ist nicht einfach", dachte ich, „aber das ist das Leben, das mir bestimmt ist." Diesen Zyklus habe ich bereits dreimal durchlebt, also werde ich es auch diesmal überstehen.

Als ich schließlich glaubte, dass es keine weiteren Veränderungen mehr in meinem Leben geben würde, zeichnete sich Deutschland als nächstes Ziel ab.

Überwältigt von Angst und Schrecken vor den vorherigen Erfahrungen, verfiel ich in eine Phase der Verleugnung. Allein der Gedanke, von vorne anfangen zu müssen, erschreckte mich zutiefst, und die Vorstellung, eine neue Sprache lernen zu müssen, als ob die Gastronomie, das Klima und die Eigenheiten dieses Landes nicht schon genug Herausforderung wären, ließ mich erzittern. Nur Gott weiß, wie ich mich bei diesem neuen Wechsel gefühlt habe.

Letztendlich landete ich wie ein Kalb im Schlachthof auf deutschem Boden. Alles schien falsch zu sein, das neue Zuhause, die neue Nachbarschaft, die Nachbarn, die Sprache, meine Mitschüler und die Sprachlehrer. Jeder Tag war eine ständige Bitterkeit, ich wachte jeden Morgen in derselben Position auf, starrte an die Decke und fluchte, dass heute wieder ein schrecklicher Tag kommen würde, genau wie gestern. In der Deutschklasse flossen Tränen über meine Wangen, ohne dass ich es verhindern konnte. Ich brauchte keinen einzigen Gesichtsmuskel zu bewegen, meine Augen füllten sich einfach mit Tränen und sie flossen unweigerlich, egal wo ich war - ob in öffentlichen Verkehrsmitteln, auf der Straße, im Supermarkt oder beim Spazierengehen mit meinen Kindern. Schließlich erkannte ich, dass dies eine schwere Depression war, die niemand in meiner Umgebung bemerkt hatte.

Zwei Jahre vergingen, bis mein Körper erkrankte, mir wurde die Gebärmutter entfernt und ich fühlte mich halb als Frau. All das aufgrund mangelnder Unterstützung und psychologischer Beratung. Ich dachte sogar daran, mein Leben zu beenden. Obwohl ich während der postoperativen Phase im Krankenhaus psychologische Hilfe erhielt, brauchte ich einen Arzt für die Seele, und solche Ärzte werden nicht von der Versicherung bezahlt. Ich beschloss, mich auf meine Kinder zu konzentrieren, darauf, dass es ihnen gut geht und dass sie sich willkommen fühlen. Ich sorgte mich darum, dass sie nicht gemobbt werden würden, so wie ich es war wurde. Aber bald erkannte ich, dass "der Fisch anders schmeckt, je nachdem, wie man ihn brät", denn meine Kinder erlebten die Situation viel positiver. Sie liebten das Haus, die Schule und ihre neue Umgebung. Sie hatten sich innerhalb von sechs Monaten angepasst. Jeden neuen Tag gingen sie voller Vorfreude an, genauso wie ihr Vater.

Ich erkannte, dass ich mich um mich selbst kümmern musste, also nahm ich mein Schicksal in die Hand. Ich suchte im Internet nach Selbsthilfebüchern, spirituellen Büchern und sogar nach wissenschaftlichen Büchern.

Ich probierte verschiedene Optionen aus: die katholische Kirche der Lateinamerikaner in Stuttgart, das Gospell (in der christlichen Gemeinde in Stuttgart), ich erforschte Ho'oponopono (eine auf spirituellen Prinzipien basierende Philosophie), Metaphysik, Buddhismus. Währenddessen verging die Zeit, aber das Gefühl blieb, dass jeder Tag dem vorherigen glich.

Ich fühlte mich finanziell abhängig - früher hatte ich einen gut bezahlten und verantwortungsvollen Job, und selbst für einfache Aufgaben wie die Vereinbarung eines Arzttermins hatte ich das Gefühl, dass mein Leben hier in den Händen anderer lag. Meine Verleugnung war so stark, dass ich sagte: "Wer mit mir kommunizieren will, muss Spanisch lernen."

Ich versuchte, mich in verschiedenen Gruppen zu integrieren, indem ich mein schönstes Lächeln aufsetzte, aber ich fühlte mich nicht geschätzt oder respektiert wie an dem Ort, von dem ich kam. Ich wusste, dass ich lesen musste, meinen Geist mit etwas unterhalten musste, das mich aus all dieser Negativität herausholte. So entdeckte ich zwei Bücher von Florence Scovel Shinn: „The Power of the Spoken Word" und „The Word is Your Magic Wand", die lehrten, Worte positiv zu nutzen, genauso wie jedes Metaphysikbuch, wie die von Conny Méndez, die an einen Satz von Jesus erinnern: „Nicht das, was in den Mund hineingeht, verunreinigt den Menschen, sondern was aus dem Mund herauskommt." Oder die vier Abmachungen von Dr. Miguel Ruiz, in denen es heißt: „Dass das Wort verbindet oder trennt und dass der Mund ein Spiegelbild von uns selbst ist."

Ich las auch einige buddhistische Bücher, wie zum Beispiel in den Lehren Buddhas heißt es: „Man sollte Worte aussprechen, die Selbstvertrauen, Freude und Hoffnung inspirieren", eine hawaiianische Philosophie namens Ho'oponopono lehrt die Verwendung dieser vier Wörter: Entschuldigung, Verzeihung, Liebe und Dankbarkeit. Kurz gesagt, auf der Suche nach Wissen, durch verschiedene Religionen und Philosophien, kam ich zu dem Schluss, dass sie alle ein Muster folgen: Sie verwenden die Kraft des positiven, konstruktiven und aufbauenden gesprochenen Wortes sowohl in der ersten Person als auch im Einklang mit der Welt. Bücher von John Gray, Wayne Dyer und Jorge Adoum halfen mir aus diesem Abgrund herauszukommen, und das Bedürfnis, finanziell frei zu sein, rückte in den Hintergrund. Ich begann mich auf die Hilfe für andere zu konzentrieren.

Als Kommunikationsfachfrau beschloss ich, das erste spanischsprachige Online-Radio in Deutschland mit 24 Stunden lateinamerikanischem Programm zu gründen, in dem wir Menschen helfen, Arbeit zu finden, durch eine Sendung namens „Jobbörse", wir interviewten auch Künstler, um ihre Talente bekannt zu machen, und Menschen, die etwas Interessantes mit der Gemeinschaft teilen wollten, in der Sendung „Meine Stimme schwingt“. Wir haben auch Sportgruppen, Tanzgruppen und Treffen geschaffen, um unser Leben in Deutschland angenehmer zu gestalten.

Ich ließ mich von dem Spruch von Konfuzius inspirieren: „Arbeite in dem, was du liebst, und du wirst keinen Tag in deinem Leben arbeiten müssen", der sich auf die Wunder der Selbstverwirklichung durch Arbeit bezieht. Deshalb entschied ich mich, das zu tun, was ich liebe, indem ich mein eigenes Radio gründete und meiner Gemeinschaft diente. So entstand www.caribefm.de. Ich weiß nicht, wie dieses Vorhaben ausgehen wird, aber ich folge meinem Herzen, in der Zuversicht, dass es das Richtige ist.

Ich betrachte mich nicht mehr einer Religion zugehörig, ich praktiziere keine bestimmte Philosophie. Ich widme mich dem Wohlergehen meiner selbst und anderer, und gebe in jedem Moment mein Bestes. Ich halte meinen Mund, wenn das, was ich sagen werde, nicht schöner ist als das Schweigen. Ich weiß, dass noch ein langer Weg vor mir liegt, und ich bemühe mich, wie in der buddhistischen Philosophie, mich auf das Hier und Jetzt zu konzentrieren, und ich schaue zurück nur mit Dankbarkeit und der Gewissheit, meine Pflicht erfüllt zu haben.

Diese Worte widme ich meinen Kindern und all den Frauen, die auf der Suche nach ihrem Platz im Leben sind.

May García, Kolumbien

UN SUEÑO LLAMADO ALEMANIA

Un sueño que comenzó desde mi infancia, cuando a los ocho años dibujé un mapamundi y tracé con flechas mis destinos deseados: Brasil y Alemania. Dibujo del que olvidé su existencia, pero que mis padres guardaron celosamente y que me lo mostraron muchos años más tarde cuando mis deseos ya se habían realizado.

Brasil era ese país tan acogedor, generoso y cálido que recibió de brazos abiertos a mi familia cuando tuvimos que abandonar el Perú, nuestro país natal.

Habiendo transcurrido mi juventud en el primer destino soñado, todavía quedaba por concretarse el segundo: Alemania, ese país con un idioma que sonaba misterioso a mis oídos, trayéndome imágenes de casas típicas y castillos medievales.

Sin embargo, los caminos de la vida son a veces tortuosos e imprevisibles, y es así que en lugar de Alemania, las circunstancias me llevaron a Francia, donde llegué como estudiante de doctorado. Y en ese ambiente estudiantil internacional es que conocí a mi actual esposo: un muchacho alemán de Stuttgart.

Habiendo vivido muchos años en Francia, donde había realizado mis sueños de fundar una familia y concretar mi profesión, hace ocho años tuve que tomar una gran decisión que cambiaría nuevamente el rumbo de mi vida: emigrar, esta vez a Alemania. Esto significaba romper con la rutina establecida: el trabajo, los niños, la casa, las vacaciones, las amistades; en pos de una mejor posibilidad laboral para mi esposo y para la vida de la familia.

A muchas mujeres nos llega un momento en la vida en que tenemos que dejar de lado nuestra vida profesional para poder encargarnos de nuestra familia. Si bien es cierto que con la revolución industrial a finales del siglo XVIII las mujeres pudieron tener acceso a la vida laboral, las condiciones y los derechos la- borales no eran iguales para hombres y mujeres. Y aunque esto ha mejorado muchísimo con el tiempo, principalmente gracias a los movimientos feministas, la conjunción trabajo y familia sigue siendo un desafío muy difícil para muchas mujeres en la sociedad.

Venir a Alemania significaba para mí hacer realidad ese gran sueño de infancia, pero también abandonar mi carrera, aunque solo fuera temporalmente y dedicarme a mi familia para apoyar a mi esposo en su evolución profesional. Hoy, ocho años después, veo las consecuencias positivas y negativas de mi decisión. Soy muy feliz de haber tenido la oportunidad de vivir la maternidad plenamente, de acompañar todos los hitos del crecimiento de mis hijos a lo largo de la niñez y la adolescencia.

Mi esposo pudo crecer profesionalmente, con la tranquilidad de quien sabe que tiene un apoyo incondicional a su lado. Mi familia tenía el equilibrio necesario, hasta puedo decir que son innegables los efectos positivos de este modelo de familia tradicional, sin embargo, mi carrera tan brillante hasta ese momento se vio completamente estancada.

La pausa laboral por maternidad en Alemania es bastante común y existen reglas que protegen a las madres contra el despido y les permiten volver al trabajo una vez acabado el tiempo de *Elternzeit*. Esta puede ser una excelente oportunidad para reinventarse profesionalmente y realizar algo nuevo. Yo decidí hacerme autónoma, realizando un trabajo completamente diferente al de mi profesión y con horarios determinados por mí. Además de ayudarme con el aprendizaje del idioma y de otra área de conocimiento, el reinventarme profesionalmente me permitió conocer a muchas personas y adquirir nuevas experiencias.

Ahora comienza una nueva fase en mi vida, para la cual me siento lista: el retorno a mi profesión. Y contrariamente a mis temores originales de no ser aceptada luego de una larga pausa laboral, no encuentro prejuicios ni barreras. Viviendo en el sur de Alemania, donde la economía es muy activa y floreciente, veo que hay muchas oportunidades de empleo, solo hay que saber buscarlas. Lo importante es no temer y no menospreciar lo mucho que nosotros, siendo inmigrantes, podemos aportar a este país, además de nuestras habilidades y talentos. No olvidemos que como latinos traemos con nosotros la alegría de vivir, el calor humano, la espontaneidad, el coraje, la fe y mucho más.

Alemania fue el sueño dorado de mi infancia que se hizo realidad. Fue y continúa siendo una aventura llena de alegrías y sinsabores, satisfacciones y desilusiones, pero puedo decir que es una aventura de emigración muy enriquecedora y que vale la pena ser vivida.

“El mundo necesita soñadores y el mundo necesita hacedores. Pero sobre todo, el mundo necesita soñadores que hacen”. Sarah Ban Breathnach.

Michelle Arcos de Hagen, Perú

EIN TRAUM NAMENS DEUTSCHLAND

Ein Traum, der in meiner Kindheit begann, als ich im Alter von 8 Jahren eine Weltkarte zeichnete und mit Pfeilen meine Wunschziele einzeichnete: Brasilien und Deutschland. Ich vergaß, dass die Karte existierte, aber meine Eltern hüteten sie sorgfältig und zeigten sie mir viele Jahre später, als meine Wünsche bereits in Erfüllung gegangen waren.

Brasilien war das gastfreundliche, großzügige und warme Land, das meine Familie mit offenen Armen empfing, als wir unsere Heimat Peru verlassen mussten.

Nachdem ich meine Jugend im ersten Traumziel verbracht hatte, sollte das zweite noch in Erfüllung gehen: Deutschland, dieses Land mit einer Sprache, die in meinen Ohren geheimnisvoll klang und mir Bilder von typischen Häusern und mittelalterlichen Schlössern bescherte.

Doch die Wege des Lebens sind manchmal verschlungen und unvorhersehbar, und so führten mich die Umstände statt nach Deutschland nach Frankreich, wo ich als Doktorandin ankam. Und in diesem internationalen Studentenmilieu lernte ich meinen jetzigen Mann kennen: einen deutschen jungen Mann aus Stuttgart.

Nachdem ich viele Jahre in Frankreich gelebt hatte, wo ich meine Träume von der Gründung einer Familie und meiner Karriere verwirklicht hatte, musste ich vor zehn Jahren eine große Entscheidung treffen, die mein Leben erneut verändern sollte: Ich musste auswandern, diesmal nach Deutschland. Das bedeutete, die gewohnte Routine zu durchbrechen: Arbeit, Kinder, Haus, Urlaub, Freundschaften, um meinem Mann eine bessere berufliche Chance zu geben und

das Leben der Familie zu sichern.

Für viele von uns Frauen kommt eine Zeit in unserem Leben, in der wir unser Berufsleben zurückstellen müssen, um uns um unsere Familien zu kümmern. Zwar konnten Frauen mit der industriellen Revolution Ende des 18. Jahrhunderts in den Arbeitsmarkt eintreten, doch waren die Arbeitsbedingungen und Rechte für Männer und Frauen nicht gleich. Und obwohl sich dies im Laufe der Zeit, vor allem dank der feministischen Bewegungen, stark verbessert hat, ist die Vereinbarkeit von Beruf und Familie für viele Frauen in der Gesellschaft immer noch eine sehr schwierige Herausforderung.

Nach Deutschland zu kommen, bedeutete für mich, meinen Kindheitstraum zu verwirklichen, aber auch, meine Karriere aufzugeben, wenn auch nur vorübergehend, und mich meiner Familie zu widmen, um meinen Mann in seiner beruflichen Entwicklung zu unterstützen. Heute, 10 Jahre später, kann ich die positiven und negativen Folgen meiner Entscheidung erkennen. Ich bin sehr glücklich, dass ich die Gelegenheit hatte, die Mutterschaft in vollen Zügen zu leben und alle Meilensteine des Wachstums meiner Kinder während ihrer Kindheit und Jugend zu begleiten.

Mein Mann konnte sich beruflich weiterentwickeln und hatte dabei die Gewissheit, dass er bedingungslose Unterstützung an seiner Seite hat. Meine Familie hatte das nötige Gleichgewicht, ich kann sogar sagen, dass die positiven Auswirkungen dieses traditionellen Familienmodells unbestreitbar sind, aber meine Karriere, die bis dahin so glänzend verlaufen war, kam völlig zum Stillstand.

Mutterschaftsurlaub ist in Deutschland weit verbreitet, und es gibt Vorschriften, die Mütter vor Entlassung schützen und es ihnen ermöglichen, nach Ablauf der Elternzeit an ihren Arbeitsplatz zurückzukehren. Dies kann eine hervorragende Gelegenheit sein, sich beruflich neu zu erfinden und etwas Neues zu tun. Ich beschloss, mich selbständig zu machen und eine völlig andere Tätigkeit als meinen ursprünglichen Beruf auszuüben, mit einem eigenen Zeitplan. Abgesehen davon, dass ich die Sprache und ein weiteres Wissensgebiet erlernen konnte, ermöglichte mir die berufliche Neuorientierung, viele Menschen zu treffen und neue Erfahrungen zu sammeln.

Nun beginnt eine neue Phase in meinem Leben, für die ich mich bereit fühle: die Rückkehr in meinen Beruf. Und im Gegensatz zu meinen ursprünglichen Befürchtungen, nach einer langen Berufspause nicht akzeptiert zu werden, stoße ich auf keinerlei Vorurteile oder Barrieren. Da ich in Süddeutschland lebe, wo die Wirtschaft sehr aktiv ist und floriert, sehe ich, dass es viele Beschäftigungsmöglichkeiten gibt, man muss nur wissen, wie man sie sucht. Das Wichtigste ist, keine Angst zu haben und nicht zu unterschätzen, wie viel wir als Einwanderer zusätzlich zu unseren Fähigkeiten und Talenten zu diesem Land beitragen können. Vergessen wir nicht, dass wir als Latinos Lebensfreude, menschliche Wärme, Spontaneität, Mut, Glauben und vieles mehr mitbringen.

Deutschland war der goldene Traum meiner Kindheit, der in Erfüllung ging. Es war und ist ein Abenteuer voller Freuden und Sorgen, Befriedigungen und Enttäuschungen, aber ich kann sagen, dass es ein bereicherndes und lebenswertes Auswanderungsabenteuer ist.

„Die Welt braucht Träumer und die Welt braucht Macher. Aber vor allem braucht die Welt Träumer, die etwas tun.“ Sarah Ban Breathnach

Michelle Arcos de Hagen, Perú

ELIGE BIEN LO QUE DESEAS

Me gustaba fantasear con la idea de que algún día viviría en el extranjero, concretamente en Alemania, que era culturalmente el "antagónico" español con el que yo tanto me identificaba. Me gustaba imaginarme lejos de mis raíces, pero por rebeldía a mi mayor miedo: no estar cerca de mi gente.

Aquella idea que balbuceaba en mi mente en bucle llegó a ensordecerme al terminar los estudios de arquitectura. Todo apuntaba en una dirección y esa dirección tenía nombre y apellidos: Stuttgart, Alemania.

Mi contrato con la universidad y con un estudio de arquitectura llegó a su fin un 31 de julio del año 2012. Ya no había marcha atrás y ese mismo día me encontraba volando a lo desconocido. Con billete de ida y sin billete de vuelta.

Al llegar a Stuttgart una serie de casualidades hicieron que, en menos de un mes, ya tuviese trabajo como arquitecta: dejaba de ser estudiante para entrar en el mercado laboral del motor europeo. Mis ratos libres los dedicaba a estudiar alemán y empecé a salir con el que se convertiría en mi marido, por supuesto, un alemán. Suena bien, pero… ¿a quién quiero engañar?

Vivir en Stuttgart se me hizo bola por muchas razones. Aquel año fue el más oscuro de los últimos sesenta años. Bandadas de chorlitos y grullas que migran en el inicio de la primavera al norte de Europa, al llegar a Alemania desde el sur, decidieron dar la vuelta a causa del frío y la falta de alimento por tanta nieve. Si las aves estaban así, ¿Cómo iba a estar yo, acostumbrada al sol valenciano?

El idioma no era nada sencillo y los habitantes de Stuttgart tampoco me lo ponían fácil. El concepto que tenía de mí misma se evaporó como por arte de magia. Yo ya no era alguien puntual, ni era organizada, ni perfeccionista, ni mucho menos era eficiente. Los alemanes tenían otra vara de medir. Mi capacidad de ahorro se acercaba peligrosamente a cero y mis días de vacaciones estaban lejos de lo que en ese momento mi cuerpo y mi mente necesitaban. El balance era bastante deprimente. ¡Ni siquiera el amor podía compensar todo aquel desastre!

Pero no iba a tirar la toalla de buenas a primeras, eso no entraba en mis planes y debía seguir dando lo mejor de mí, apretando la boca si en la panadería me contestaban en inglés o tragando saliva si llegaba el domingo y toda mi familia comía paella en casa de mi tía, mientras me preguntaba qué narices hacía yo en Stuttgart. La respuesta tardó unos años en llegar.

Ahora queda un profundo orgullo por cada pasito que di porque Alemania tiene mucho que ofrecer, y yo he recogido mis frutos con creces.

La versión de mí que soy hoy, es una versión mucho mejor de la que hubiese sido si me hubiese quedado en España, de eso estoy convencida.

Las razones: la vara de medir alemana y mis ganas de superación a todos los niveles. Esta experiencia te fortalece mucho emocionalmente.

Nuestra cultura también aporta espontaneidad a los locales, que cada vez son más abiertos y están más relajados. También hay mucha diversidad cultural y aquí he encontrado amistades para siempre y a mi compañero de vida.

Sentada frente al Feuersee en Stuttgart-West me siento afortunada de formar parte de la sociedad alemana siendo española, porque, aunque mi corazón anhele el agua salada y la arena, también vibra cuando la Alemania de hoy hace las cosas bien y es un ejemplo para Europa. Me siento agradecida por todo lo que he aprendido

aquí y el camino que este país me ha permitido recorrer.

Elige bien lo que deseas, porque se hace realidad.

Paz Gandía Jordá, España

WÄHLE WEISE, WAS DU DIR WÜNSCHST

Ich spielte oft mit dem Gedanken, eines Tages im Ausland zu leben, speziell in Deutschland, das kulturell das komplette Gegenteil zu dem Spanien war, mit dem ich mich so sehr identifizierte. Ich liebte es, mir vorzustellen, weit weg von meinen Wurzeln zu leben. Gegen meine größte Angst, nicht in der Nähe meiner Familie und Freunde zu sein, musste ich rebellieren.

Diese Idee, die in meinem Kopf schlummerte, wurde immer konkreter, als ich mein Architekturstudium abschloss. Alles deutete in eine Richtung, und diese Richtung hatte einen Namen: Stuttgart, Deutschland.

Mein Vertrag mit der Universität und einem Architekturbüro endete am 31. Juli 2012. Es gab kein Zurück mehr, und so flog ich an diesem Tag mit einem One-Way-Ticket ins Unbekannte.

Als sich in Stuttgart ankam, sorgte eine Reihe von Zufällen dafür, dass ich innerhalb eines Monats bereits als Architektin arbeiten konnte: ich beendete mein Studentendasein, um in den deutschen Arbeitsmarkt einzusteigen. Meine freie Zeit verbrachte ich damit, Deutsch zu lernen, und ich begann, mit dem Mann auszugehen, der mein Ehemann werden würde- natürlich ein Deutscher. Das alles klingt gut, aber ... was soll ich sagen?

Das Jahr 2013 war eine der härtesten Zeiten meines Lebens. Das Leben in Stuttgart wurde für mich aus vielen Gründen schwer. Dieser Winter in Deutschland war der dunkelste der letzten 60 Jahre und sollte es auch für mich werden. Schwärme von Vögeln, die im Frühling aus dem Süden in Richtung Norden ziehen, entschieden sich bei ihrer Ankunft in Deutschland aufgrund der Kälte und des Mangels an Nahrung, der durch den vielen Schnee entstand, umzu-

kehren. Wenn es den Vögeln so ging, wie sollte ich mich, als valencianische Frau, dann an das deutsche Klima gewöhnen?
Die Sprache war nicht einfach und die Einwohner Stuttgarts machten es mir auch nicht leicht. Mein Selbstbild begann zu bröckeln. Ich war plötzlich nicht mehr pünktlich, nicht mehr organisiert, nicht mehr perfektionistisch, und schon gar nicht mehr effizient. Hier in Deutschland hatte man ein anderes Maß: das ‚deutsche Maß'. Meine Ersparnisse näherten sich gefährlich der Null und meine Urlaubstage waren weit entfernt von dem, was mein Körper und mein Geist in dieser Zeit brauchten. Die Bilanz war ziemlich deprimierend. Selbst die Liebe konnte all dieses Chaos nicht ausgleichen!

Aber ich wollte nicht einfach so aufgeben, das passte nicht in meine Pläne, und ich musste weiterhin mein Bestes geben, indem ich den Mund hielt, wenn mir in der Bäckerei auf Englisch geantwortetwurde, oder den Kloß im Hals hinunterschluckte, wenn Sonntag war und meineganze Familie bei meiner Tante Paella aß und mich fragte, was ich verdammt nochmal in Stuttgart machte. Die Antwort zu finden dauerte einige Jahre. Jetzt bin ich aus tiefem Herzen stolz auf jeden einzelnen Schritt, den ich gemacht habe. Denn Deutschland hat viel zu bieten, und ich habe meine Früchte reichlich geerntet.

Die Version von mir, die ich heute bin, ist eine viel bessere Version als die, die ich gewesen wäre, wenn ich in Spanien geblieben wäre- davon bin ich überzeugt.

Die Gründe: das ‚deutsche Maß' und mein Wunsch, mich auf allen Ebenen weiterzuentwickeln. Diese Erfahrung stärkt jeden emotional sehr.

Meine spanische Kultur, die unter anderem durch Spontaneität, Empathie und Flexibilität gekennzeichnet ist, bereichert die deutsche Disziplin und Gründlichkeit. Es gibt in Stuttgart auch viel kulturelle Vielfalt, hier habe ich Freundschaften fürs Leben gewonnen und meinen Lebenspartner gefunden.
Wenn ich am Feuersee in Stuttgart-West sitze, fühle ich mich glücklich, als Spanierin Teil der deutschen Gesellschaft zu sein, denn obwohl mein Herz das Salzwasser und den Sand vermisst, schlägt es auch, wenn das Deutschland, wie ich es heute kenne, die Dinge richtig macht und ein Vorbild für Europa ist. Ich bin dankbar für all das, was ich hier gelernt habe, und für den Weg, den mir dieses Land ermöglicht hat.

Wähle gut, was du dir wünschst, denn es wird wahr.

Paz Gandía Jordá, Spanien

LAS VICISITUDES DE UN DESTINO MIGRATORIO

¿Se puede vivir sin dulce de leche? ¿Y sin mate? Esas son preguntas que un argentino no se hace a la hora de tomar el avión, cuando está ocupado con cuestiones menos prosaicas y más trascendentales como planear una nueva existencia en un destino promisorio.

Las preguntas sobre las pequeñeces vienen después; cuando uno intenta explicarse ese sentimiento de nostalgia sin objeto aparente, esa borrosa sensación de soledad y la certeza de que todo lo que podría aliviarnos queda a más de 10.000 kilómetros.

Así es como uno comienza a agudizar su ingenio y genera subterfugios para mitigar la añoranza y sentir que de alguna manera la distancia se acorta. Por ejemplo: uno aprende a hacerse su propio dulce de leche. Así fue como una tarde, en la minúscula cocina de mi departamento de Atenas, puse cuatro latas de leche condensada a baño María y me entretuve haciendo otras cosas.

Tanto me distraje que me olvidé de controlar que la olla tuviese suficiente agua. La explosión me avisó.

Las latas reventaron al unísono bañando de leche amarronada y grumos de azúcar todas las superficies y resquicios de la cocina (los conocidos y los que fui descubriendo en las semanas subsiguientes), dibujando flores semidoradas en el techo de la cocina y dejando el piso más resbaloso que si estuviera enjabonado, lo que convirtió al momento de la limpieza en una escena digna de los tres chiflados. Por medio de anécdotas como ésta y otras vivencias, afortunadamente menos bochornosas, uno va generando nuevas memorias que colorean la existencia en el terruño adoptivo y hacen que uno se vaya, como decimos en Argentina, «aquerenciando».

Resueltos los asuntos esenciales, como el dulce de leche y la yerba, la vida en el nuevo hogar se vuelve acogedora. En Grecia, por ejemplo, el clima era perfecto, el mar tibio y transparente, los griegos expansivos y ruidosos. Era fácil adaptarse a semejante paraíso, más aún, impulsada por la omnipotencia propia de los veintipocos.
Sin embargo, más de una década después de haberme afincado en Grecia decidimos, esta vez con mi esposo griego y una pancita de cinco meses, poner rumbo norte: Alemania. Primero emigramos a un pequeño pueblito cerca de la frontera con Holanda y más tardea Stuttgart.

Lo que me sucedió al llegar es que casi muero de hambre, porque en aquel pueblo luego de las 18:00 horas no se podía conseguir ni siquiera un bizcocho, ya que todo estaba cerrado. Hecho que, estando embarazada, puso en juego toda mi resiliencia
para sobrevivir sin comida hasta el día siguiente. ¡Nunca se me ocurrió que amaría tanto a Swissair por regalar chocolatitos en sus vuelos!

De ahí la conclusión de que es esencial para todo migrante conocer las reglas y costumbres del lugar para evitar malos entendidos e incomodidades. Eso en Alemania es importantísimo, porque las reglas son muchas y complejas, particularmente las gramaticales, que suelen ser intrincadas y engañosas. Por ejemplo, lo que podría parecer una nimiedad irrelevante de la ortografía, si va primero la «e» y después la «i», o viceversa, puede convertirse en una verdadera catástrofe semántica en casos como el verbo «schießen».
Queda claro que la migración presupone un gran esfuerzo con el fin de lograr la integración: de uno en ese nuevo mundo, y de sí mismo en el ser renovado que se construye en contacto con ese medio ambiente diferente. Es como descubrir, en una suerte de Matrushka, otros posibles «yos», hasta entonces desconocidos. Hay algunos particularmente dolorosos de encontrar:

El que se silencia y se reprime porque se siente torpe, no logra expresarse y se aísla porque no conoce las reglas del juego y evita avergonzarse.

El otro «yo» que duele es el que no alcanza los estándares esperados, aunque se esfuerza, es muy extranjero, demasiado caótico, incompetente; el que no encaja, no se asimila, el que siempre sobra. Pero también está ese otro «yo» que antes era pequeñito, pero que crece porque aquí no tiene los constreñimientos del lugar de origen, acá puede arriesgarse a todo, porque ya no tiene nada que perder, y puede adquirir las dimensiones, colores y sabores que se le antojen.

Así puede uno elegir ser siempre una versión superadora de sí mismo, con cada migración o cada cambio trascendental.
Pero la adrenalina que genera la transformación permanente no debería convertirse en una adicción, ya que podría redundar en un verdadero agobio, no sólo para uno mismo sino también para los que nos rodean. Obsérvese que cuando dejé Argentina
en el 2000, un año después devino una de las peores crisis económicas de la historia del país. Y once años después, cuando emigré a Alemania, solo un año más tarde se sucedió una catástrofe financiera que aún aqueja a Grecia. Es de esperar, sobre todo si se da crédito a la regla que afirma que «No hay dos sin tres», que nada provoque mi necesidad de una nueva mudanza internacional, ya que eso podría poner en riesgo la economía de todo el país.
Migrar es para valientes. Para quienes se animan a cambiar su vida de una vez y para siempre; para aquellos que ansían una existencia múltiple, enriquecida y nuevos horizontes para el desarrollo personal.

Vale la pena… solo hay que atreverse a soñar.

Romina Tumini, Argentina

DIE WECHSELFÄLLE EINES MIGRATIONSSCHICKSALS

Kann man ohne *Dulce de Leche* leben? Und ohne *Mate*?

Das sind Fragen, die sich ein Argentinier nicht stellt, wenn er ins Flugzeug steigt – da ist er mit weniger prosaischen, aber viel weitreichenderen Themen beschäftigt: dem Planen eines neuen Lebens an einem verheißungsvollen Ort.

Die Fragen nach den Kleinigkeiten kommen erst später – wenn man versucht, sich dieses Gefühl von grundloser Sehnsucht zu erklären, dieses diffuse Empfinden von Einsamkeit, im Wissen, dass alles, was einen trösten könnte, mehr als 10.000 Kilometer entfernt ist.

So beginnt man, seinen Einfallsreichtum zu schärfen und sich kleine Tricks auszudenken, um das Heimweh zu mildern und die Entfernung irgendwie kleiner erscheinen zu lassen. Zum Beispiel: lernen, wie man sein eigenes Dulce de Leche herstellt. So kam es, dass ich eines Nachmittags in der winzigen Küche meiner Athener Wohnung vier Dosen gezuckerter Kondensmilch im Wasserbad erhitzte und mich mit anderen Dingen beschäftigte.

So sehr, dass ich vergaß, zu kontrollieren, ob noch genügend Wasser im Topf war. Die Explosion hat es mich dann wissen lassen.

Die Dosen platzten gleichzeitig und spritzten bräunliche Milch und Zuckerstückchen auf alle Oberflächen und in sämtliche Ritzen der Küche – sowohl die bekannten als auch jene, die ich erst in den folgenden Wochen entdeckte. An der Küchendecke entstanden dabei halbgoldene Blumenmuster, und der Boden wurde so rutschig, als wäre er eingeseift – die anschließende Reinigungsaktion hätte gut in

einen Slapstickfilm gepasst.

Durch Anekdoten wie diese – und hoffentlich weniger peinliche – entstehen neue Erinnerungen, die das Leben in der Wahlheimat bereichern. So beginnt man sich, wie wir in Argentinien sagen, „einzuheimischen".

Sind die grundlegenden Dinge – wie Dulce de Leche und Mate – gesichert, wird das Leben im neuen Zuhause gemütlich. In Griechenland zum Beispiel war das Klima perfekt, das Meer warm und klar, und die Griechen offenherzig und laut. Es war leicht, sich an dieses Paradies zu gewöhnen – noch dazu im Überschwang der gefühlten Allmacht Anfang Zwanzig.

Doch mehr als ein Jahrzehnt, nachdem ich mich in Griechenland niedergelassen hatte, beschlossen mein griechischer Mann und ich – mit fünfmonatigem Babybauch – Richtung Norden zu ziehen: nach Deutschland. Zuerst zogen wir in ein kleines Dorf nahe der niederländischen Grenze, später nach Stuttgart.
Was mir bei der Ankunft dort widerfuhr, war, dass ich beinahe verhungert wäre – denn nach 18 Uhr war dieses Dorf verlassener als ein Western-Städtchen, und nicht einmal ein Keks war aufzutreiben. Für eine Schwangere eine echte Belastungsprobe der Resilienz, ohne Essen bis zum nächsten Tag durchzuhalten. Nie hätte ich gedacht, dass ich Swissair einmal so sehr für die kleinen Schokoläd-chen auf jedem Flug lieben würde!

Daraus ergibt sich eine wichtige Lektion: Für jeden Migranten ist es essenziell, die Regeln und Gepflogenheiten des neuen Landes zu kennen, um Missverständnisse und Unannehmlichkeiten zu vermeiden. In Deutschland ist das besonders wichtig – die Regeln sind zahlreich und komplex, insbesondere die grammatikalischen, die oft verworren und tückisch sind. Was wie ein unbedeutendes Detail der Rechtschreibung erscheint – etwa, ob zuerst „e“ oder „i“ kommt – kann im Fall von Verben wie „schießen“ zur echten semantischen Katastrophe werden.

Es ist klar: Migration erfordert große Anstrengung, um die ersehnte Integration zu erreichen – sowohl die in die neue Welt als auch in das Selbst, das sich im Kontakt mit dieser neuen Umgebung herausbildet. Es ist, als würde man – wie bei einer Matrjoschka – andere mögliche Ichs entdecken, die man bis dahin nicht kannte. Manche davon sind besonders schmerzhaft: **jenes Ich, das verstummt und sich zurückzieht, weil es sich unbeholfen fühlt, sich nicht ausdrücken kann, sich isoliert – weil es die Spielregeln nicht kennt.**

Ein weiteres schmerzhaftes Ich ist jenes, das trotz aller Bemühungen die erwarteten Standards nicht erfüllt, zu fremd ist, zu chaotisch, nicht passt, sich nicht eingliedert – jenes Ich, das immer „zu viel“ ist.

Aber dann ist da auch noch dieses andere Ich, das früher ganz klein war, nun aber wächst – weil es hier nicht den Beschränkungen des Herkunftslandes unterliegt, sich hier alles trauen darf, weil es nichts zu verlieren hat, und sich in beliebige Farben, Formen und Geschmacksrichtungen verwandeln kann.

So kann man bei jedem Umzug, bei jedem einschneidenden Wandel, wählen, eine bessere Version seiner selbst zu sein. Migration ist etwas für Mutige. Für Menschen, die bereit sind, ihr Leben auf einen Schlag und für immer zu verändern; für diejenigen, die sich nach einer vielfältigen, bereichernden Existenz und nach neuen Horizonten für ihre persönliche Entwicklung sehnen.

Es lohnt sich… man muss sich nur trauen, zu träumen.

Romina Tumini, Argentinien

LA LLAVE MAESTRA

Me apresuro y entre lágrimas pido disculpas por mi caminar atropellado. Ya voy tarde para la puerta de embarque. Pongo mi PC, abrigo y maleta de mano en las bandas del control de seguridad, llevo mucho más conmigo, pero el escáner no puede detectar el material del que están hechos los abrazos, los sueños, los miedos... Yo sí los detecto, pero no puedo concentrarme en ellos ahora, la misión más inmediata es no perder el vuelo. Corro con la maleta entreabierta y soy la penúltima en abordar. Me ajusto el cinturón de seguridad con la adrenalina a tope y me esfuerzo por respirar profundo. Me recuerdo a mí misma que todo lo amado siempre va con nosotros a todas partes, mientras veo cómo las luces de Bogotá se van haciendo pequeñitas durante el ascenso. Me parece que forman un cielo a la inversa.

Después de largas horas de sueño intermitente me encuentro otra vez haciendo malabares con el equipaje. Ya falta poco para comenzar esta aventura, solo hace falta decirlo en voz alta:

- ¿Motivo de viaje?
- Vengo a estudiar una maestría en lingüística computacional.
- ¿Habla alemán?
- No (el encargado levanta una ceja), - es una maestría en i Inglés, (sonrío).
- ¿Medios de sostenimiento?
- Tengo una beca Colfuturo-DAAD
- ¿Tiene vivienda?
- Sí, tengo una habitación en los dormitorios de la universidad.

No sé cuántas preguntas más y luego algo sobre no olvidar el *Anmeldung* y *viel Erfolg*, o algo así. Comienzo a practicar la cara de certeza de quien ha comprendido todo, sin enterarse ni de la mitad.

Una vez en el campus, busco al *Hausmeister* para obtener mis llaves. - *ich spreche kein Deutsch, könnten wir auf Englisch reden?* Él sigue verificando mis datos en el contrato y continúa dándome instrucciones en alemán a toda velocidad, luego hace una pausa, me extiende una llave con un número cinco, me muestra mi nueva casa a la distancia y llama al siguiente en la fila. Yo de nuevo pongo cara de certeza y me despido con mi mejor D*ankeschön*.

El buzón frente a la casa ya tiene mi nombre. Como solo tengo una llave, intento abrir la puerta principal y funciona. *Hallo! Hello?* No hay nadie en casa y las puertas no están enumeradas, ¿cuál de las seis puertas será la número cinco? ¡Toc toc! Nada, intento abrir una de las puertas al azar y no funciona, la siguiente... nada. Al tercer intento, una de las puertas se abre y asumo que ese cuarto inhabitado dotado de cama, escritorio y armario es mi nuevo hogar. Sigo sorprendida por tener una única llave para las dos puertas y eso que todavía no descubro que también abre el sótano.

De ahí en adelante las sorpresas no pararon. En la maestría descubrí que las palabras también pueden ser vectores numéricos y que la lingüística computacional tiene mucho de computacional y poco de lingüística. Malas noticias si eres una lingüista que jamás ha programado ni una fórmula en Excel y si además, ignorando todas las recomendaciones, te registras al semestre de verano en una maestría que ofrece los cursos introductorios en invierno. Las buenas noticias: muchas heladerías buscan personal en verano y no son muy exigentes con el nivel de alemán, así que ese primer semestre, la divertida experiencia de vender helados contrarrestó mi pánico académico. Las actividades de integración del IZ fueron también mi salvavidas para enfrentar las oleadas de frustración que venían con cada proyecto, con cada *deadline*.

Odiaba la idea de depender de mis compañeros para entender hasta el más elemental de los ejercicios, pero poco a poco comprendí que la cooperación es el valor número uno del desarrollo tecnológico, así que me hice fan del código abierto y me dispuse a aprender a pedir ayuda. Hacia el final del segundo semestre logré empezar a

desterrar el miedo a todo lo que no sabía, y llené ese espacio con objetivos y redes de apoyo.

Luego, conseguí un trabajo de estudiante en Sony y allí mismo me ofrecieron una práctica que coincidió con el inicio de la pandemia. Malas noticias para todos, especialmente para quienes estábamos tan lejos de casa. Las buenas noticias: ser la nueva integrante de una WG frente a los viñedos de Untertürkheim. Allí, el temido confinamiento fue más llevadero y de pronto me vi, por fin, hablando alemán; enseñándole a mis *roomies* a hacer arepas y aprendiendo a preparar *Spätzle*. La actividad física se redujo al *Kehrwoche* y la vida social se fusionó con la laboral en una interminable videollamada de Zoom. Ese periodo de aislamiento trajo mucha calma y reflexión a mi vida, la mejor parte fue darme el tiempo para descubrir en un gran amigo a mi compañero de vida. Una vida maravillosa en la que ahora somos tres.

Cinco años después sigo abriendo puertas que no tenía idea que existían y tengo la sensación de que la llave de la migración abre una puerta-tunel que nos permite vivir en paralelo. No creo que dejemos de ser quienes éramos antes de migrar, creo que somos el doble porque contamos con un nuevo idioma para resonar en el mundo, ganamos en fuerza, valentía y recursividad. Nos convertimos en la llave maestra de nuestro segundo hogar.

María Camila Buitrago Cabrera, Colombia

DER HAUPTSCHLÜSSEL

Unter Tränen entschuldige ich mich für meinen überstürzten Gang und beeile mich dennoch. Ich bin spät dran für den Einsteigen. Meinen PC, meinen Mantel und mein Handgepäck lege ich hastig aufs Band für die Sicherheitskontrolle. Ich trage noch viel mehr mit mir, aber der Scanner kann das Material, aus dem Umarmungen, Träume und Ängste sind, nicht erkennen... Ich schon, aber ich kann mich im Moment nicht darauf konzentrieren. Die wichtigste Aufgabe ist, den Flug nicht zu verpassen. Ich renne mit halb geöffnetem Koffer zum Gate und steige als Vorletzter ein. Geschafft! Während mein Adrenalinspiegel steigt, schnalle ich mich an und versuche tief durchzuatmen. Ich erinnere mich daran, dass alles, was wir lieben, uns immer und überall begleitet. Das tröstet mich. Während wir Höhe gewinnen beobachte ich, wie die Lichter von Bogotá immer kleiner werden. Dies erscheint mir, als stünde der Himmel Kopf.

Nach langen Stunden unterbrochenen Schlafs jongliere ich wieder einmal mit meinem Gepäck. Es ist nicht mehr lange hin, bis dieses Abenteuer beginnt, ich muss es nur noch laut sagen:

- Grund für die Reise?
- Ich komme zum Masterstudium in Computerlinguistik.
- Sprechen Sie Deutsch? - Nein, (der Bundespolizist zieht eine Augenbraue hoch), es ist ein Master auf Englisch (ich lächle).
- Ihre Mittel zur Finanzierung ihres Studiums?
- Ich habe ein Colfuturo-DAAD-Stipendium.
- Haben Sie eine Wohnung?
- Ja, ich habe ein Zimmer in einem Studentenwohnheim.

Ich achte nicht mehr darauf, wie viele Fragen noch kommen, aber dann höre ich etwas über *Anmeldung* nicht vergessen und *Viel Erfolg* oder sowas. Ich nehme einen Gesichtsausdruck der Gewissheit

an, wie jemand, der alles verstanden hat, aber ich bin eigentlich total ahnungslos.
Auf dem Campus angekommen, versuche ich bei dem Hausmeister meine Schlüssel zu bekommen. - *Ich spreche kein Deutsch, könnten wir auf Englisch reden?* Er überprüft währenddessen meine Angaben im Vertrag und gibt mir dann in vollem Tempo Anweisungen auf Deutsch. Dann hält er inne, überreicht mir einen Schlüssel mit einer Nummer 5, zeigt mir in der Ferne mein neues Haus und ruft den Nächsten in der Reihe. Nur ein Schlüssel? (Ich setze wieder ein Gesicht der Gewissheit auf und verabschiede mich mit meinem besten Dankeschön).

Auf dem Briefkasten vor dem Haus steht bereits mein Name. Da ich nur einen Schlüssel habe, versuche ich, die Haustür zu öffnen, und es klappt. *Hallo! Hello?* Es ist niemand zu Hause und die Türen sind nicht nummeriert. Welche dieser 6 Türen ist die Nummer 5? Klopf, klopf? Nichts. Ich versuche, eine der Türen zu öffnen und es klappt nicht. Die Nächste vielleicht… nichts. Beim dritten Versuch öffnet sich vor mir die Tür und ich nehme an, dass dieses unbewohnte Zimmer, ausgestattet mit Bett, Schreibtisch und Kleiderschrank mein neues Zuhause ist. Ich bin immer noch überrascht, einen einzigen Schlüssel für Haustür und Zimmertür, zu haben, und da wusste ich noch nicht, dass der Schlüssel auch den Keller öffnet.

Von da an hören die Überraschungen nicht mehr auf. Im Masterstudium entdecke ich, dass Wörter auch numerische Vektoren sein können und dass die Computerlinguistik viel mit Computern und wenig mit Linguistik zu tun hat. Schlechte Nachrichten, wenn man eine Linguistin ist, die noch nie eine einzige Formel in Excel programmiert hat, und besonders wenn man sich entgegen aller Empfehlungen für das Sommersemester in einen Masterstudiengang einschreibt, der Einführungskurse im Winter anbietet. Die gute Nachricht: Viele Eisdielen suchen im Sommer Personal und stellen keine hohen Anforderungen an die Deutschkenntnisse, sodass in diesem ersten Semester, die Freude am Eisverkauf meine akademische Panik kompensiert. Die IZ-Integrationsaktivitäten sind auch mein Rettungsanker, um mit den Wellen der Frustration umzugehen, die mit jedem Projekt und jeder Deadline einhergehen.

Ich hasse die Vorstellung, von meinen Kommilitonen abhängig zu sein, um selbst die elementarsten Übungen zu verstehen, aber nach und nach begreife ich, dass Zusammenarbeit der Schlüsselfaktor der technologischen Entwicklung ist. Also werde ich ein Fan von Open Source und mache mich daran zu lernen, wie man um Hilfe bittet. Gegen Ende des zweiten Semesters gelingt es mir, die Angst vor allem, was ich nicht kenne und weiß, wegzuschieben und diesen Raum mit Zielen und Unterstützungsnetzwerken zu füllen…

Dann bekomme ich eine Stelle als Werkstudentin bei Sony und mir wurde direkt dort ein Praktikum angeboten, das mit dem Beginn der Pandemie zusammenfällt. Schlechte Nachrichten für alle, insbesondere für diejenigen von uns, die so weit weg von zu Hause sind. Die gute Nachricht: Ich bin das neue Mitglied einer WG vor den Weinbergen von Untertürkheim. Dort ist die gefürchtete Enge des Lockdowns erträglicher, und auf einmal kann ich meinen Alltag sogar auf Deutsch bewältigen. Meine Mitbewohner lernen, wie man *Arepas* macht, und bringen mir bei Spätzle zu kochen. Die körperliche Aktivität wird auf die Kehrwoche reduziert und ein endloser Zoom-Anruf macht soziales und berufliches Leben ununterscheidbar. Diese Zeit der Isolation bring viel Ruhe und Besinnung in mein Leben. Das Beste ist, dass ich mir die Zeit nehme, um zu entdecken, dass ein großartiger Freund mein Lebenspartner werden kann. Ein wunderbares Leben, in dem wir inzwischen zu dritt sind.

Fünf Jahre später öffne ich weiterhin Türen, von denen ich nicht wusste, dass es sie gibt, und ich habe das Gefühl, dass der Migrationsschlüssel eine Tunneltür öffnet, die es uns ermöglicht, parallel zu leben. Ich glaube nicht, dass wir einen Teil von uns selbst zurücklassen, wenn wir auswandern. Ich glaube, dass sich dieser Teil vervielfacht, weil wir eine neue Sprache gewinnen, um

in der Welt zu wirken aber auch anzuklagen, wir verdoppeln unsere Kraft, unseren Mut und unsere Findigkeit. Wir werden nach und nach zum Hauptschlüssel unseres zweiten Zuhauses.

María Camila Buitrago Cabrera, Colombia

IDENTIDAD EN TRÁNSITO

Mi entidad migratoria tiene una existencia dual. Por un lado, tuve que aprender a reconocerme en un nuevo entorno, en el que no siempre pude expresarme de manera clara, donde no tenía conexiones y donde estaba consciente de mis limitaciones.
Por otro lado, en el fondo seguía siendo yo, aunque despojada de todas mis corazas, más vulnerable. Sin embargo, la misma mujer, con toda la sabiduría acumulada, la mente abierta y las mismas ganas y fuerzas de seguir descubriendo cosas y vivir nuevas experiencias.

El ser humano es de ciclos lentos y yo de a poco fui conciliando el ser y sentirme "extranjera" con un sentido de pertenencia al país que elegí para vivir.

Hace nueve años Alemania empezó a cobrar cada vez más protagonismo en mis posibilidades y planes para el futuro. La primera conexión fue con el idioma que me atrajo por su orden (algo extraño) y por su lógica. Simplemente tenía sentido y las palabras fluían, una buena señal.

Cuando llegué a Alemania esa fue mi única arma. Aunque mi corazón latía fuerte cada vez que tenía que hablar. Después de un tiempo comencé a sentirme extraña cuando regresaba a Chile.

A veces me faltaban las palabras, era raro, mi memoria estaba en viaje constante. No me sentía igual que antes, pero tampoco tan diferente. Era una Silvia en tránsito entre un lugar y otro, entre una manera de pensar y otra.

Aunque en esencia seguía siendo yo, me daba cuenta que estaba dividida, quería tener ambas cosas: el clima del valle del Elqui con sol 360 días al año y vivir en una ciudad segura y de cuentos como

Heidelberg; el sabor de mis frutas y verduras favoritas y los supermercados bio y alternativos de Alemania; mi familia y esa vida plácida, silenciosa e independiente que se lleva aquí.

Tuve días muy frustrantes. Lloré mucho, pero también tuve logros de integración: estudiar y graduarme en la uni, vivir con una familia alemana, y encontrar un trabajo donde me siento muy acogida.

Sigo viviendo esa existencia dual, pero ya como parte de mí. Un mismo yo que consta de dos mundos, entrelazados y disfrutando del sol y la comida de ambos lugares según la época. Lo mejor es poder tener dos veranos y escapar un poco del invierno; ver a mi familia allá y formar la familia que yo elija aquí. No necesariamente en el sentido tradicional, familia también es una red de apoyo: amigos, colegas, la comunidad latina, un grupo de yoga, meditación, escritura creativa, todos forman parte de mi nueva casa.

Es una dualidad que ya no me divide, sino que me completa y me ofrece otro punto de vista, desde donde puedo apreciar mi origen y desde ahí extenderme del extremo sur al extremo norte.

Silvia Pérez, Chile

IDENTITÄT IM WANDEL

Meine Migrationsidentität hat eine doppelte Dimension. Einerseits musste ich lernen, mich in einer neuen Umgebung wiederzuerkennen, in der ich mich nicht immer klar ausdrücken konnte, in der ich keine Beziehungen hatte und mir meiner Grenzen bewusst war. Andererseits war ich im Grunde immer noch ich, wenn auch ohne jeglichen Schutz, viel verletzlicher. Dennoch war ich dieselbe Frau, mit all dem angesammelten Wissen, einem offenen Geist und demselben Wunsch und derselben Kraft, weiterhin Dinge zu entdecken und neue Erfahrungen zu machen.

Der Mensch hat einen langsamen Rhythmus, und allmählich begann ich, das Anderssein und das Gefühl, "fremd" zu sein, mit dem Gefühl der Zugehörigkeit zu dem Land, das ich gewählt habe, in Einklang zu bringen.

Vor neun Jahren begann Deutschland eine immer wichtigere Rolle in meinen Vorstellungen und Plänen für die Zukunft zu spielen. Die erste Verbindung bestand in der Sprache, die mich durch ihre (etwas seltsame) Ordnung und Logik ansprach. Sie ergab einfach Sinn und die Worte flossen - ein gutes Zeichen.

Als ich in Deutschland ankam war das meine einzige Waffe, auch wenn mein Herz jedes Mal klopfte, wenn ich sprechen musste. Nach einer Weile fühlte ich mich seltsam, wenn ich nach Chile zurückkehrte.

Manchmal fehlten mir die Worte, mein Gedächtnis war immerzu auf Reisen. Ich fühlte mich nicht mehr so wie früher, aber auch nicht mehr so anders. Ich war eine Silvia im Übergang zwischen einem Ort und einem anderen, zwischen einer Denkweise und einer anderen.

Obwohl mein Wesen immer noch da war, merkte ich, dass ich ge-

spalten war, ich wollte beides haben: das Klima des Elqui-Tals mit 360 Sonnentagen im Jahr und das Leben in einer sicheren und märchenhaften Stadt wie Heidelberg; den Geschmack meines Lieblingsobstes und -gemüses und die Bio- und alternativen Supermärkte in Deutschland; meine Familie und das friedliche, ruhige und unabhängige Leben hier.

Ich hatte sehr frustrierende Tage. Ich habe viel geweint, aber ich hatte auch Integrationserfolge: Ich konnte studieren und meinen Abschluss machen, ich habe die Erfahrung gemacht, bei einer deutschen Familie zu leben, und ich habe eine Arbeit gefunden, bei der ich mich sehr wohl fühle.

Ich lebe immer noch diese Doppelexistenz, aber jetzt als ein Teil von mir selbst. Ein Ich, das aus zwei Welten besteht, die miteinander verflochten sind, so dass ich je nach Jahreszeit die Sonne und das Essen an beiden Orten genießen kann. Das Beste ist, zwei Sommer zu haben und dem Winter ein wenig zu entkommen; meine Familie dort zu sehen und hier die Familie meiner Wahl zu gründen. Nicht unbedingt im traditionellen Sinne, Familie bedeutet für mich auch ein Unterstützungsnetzwerk: Freunde, Kollegen, die Latino-Community, eine Yoga-, Meditations- und kreative Schreibgruppe. Alle gehören zu meinem neuen Zuhause.

Es ist eine Dualität, die mich nicht mehr auseinanderreißt, sondern mich ergänzt. Sie schenkt mir einen anderen Blickwinkel, von dem aus ich meine Herkunft wertschätzen darf und mich vom tiefen Süden bis zum hohen Norden erstrecken kann.

Silvia Pérez, Chile

EPÍLOGO

¿Qué puede ser más satisfactorio que llegar al final de un proceso colectivo de creación tan emotivo y profundo?

Tuve el placer y el honor de acompañar a las escritoras en este proceso creativo, desde la búsqueda de inspiración, pasando por las decisiones sobre qué contar y cómo, hasta el momento de profundizar con contenidos emocionales, reflexiones y conclusiones. Las apoyé compartiéndoles técnicas narrativas, realizando ejercicios, reflexionando con ellas sobre lo que cada una quería transmitir, para lograr la intensidad y profundidad deseadas.

Por ello asistí como invitada de honor al momento en que nuestras mujeres hicieron ese alto en el camino para observar lo que habían recorrido. Y muchas se maravillaron, otras lloraron, hubo aquellas que se emocionaron y las que se sorprendieron de lo que allí encontraron. La migración resultó ser en cada una, una ocasión especial y distinta, porque nuestras escritoras constituyen un abanico de edades, procedencias, experiencias de vida, culturas, que aseguró la pluralidad y variedad en los resultados logrados. Sin embargo, quien lea puede apreciar cómo hay aspectos que se repiten en los relatos de todas o al menos de mu chas. Quien ha migrado, lo sabe: algo siempre queda atrás, algo se marchita, algo cambia, algo renace.

He asistido a la maravilla de generar narrativas emocionantes, cargadas de calidez humana, de sensibilidad, de deseo de superación y desarrollo personal. Me siento agradecida con todas aquellas quienes me permitieron introducirme en su mundo subjetivo, íntimo, propio, para acompañarlas en el proceso de génesis de esas narrativas auténticas, generosas y emocionantes.

Porque tienen el objetivo de ponerse al servicio de quien necesite sentir que no está solo en esto de migrar, que no es el único que atraviesa dificultades, que son habituales los momentos de desasosiego o desánimo, pero que éstos pasan, no durarán para siempre y uno recuperará la alegría, el entusiasmo y podrá sentirse aún más fuerte, más exitoso, más grande.

Mi agradecimiento al altruismo y la dedicación de quienes soñaron y lograron concretar este hermoso proyecto, y más aún a todas las escritoras que abrieron sus corazones para que sea posible. Quede como instrumento de guía, apoyo o acompañamiento para las personas migrantes por venir.

Romina Tumini
Edición y corrección del libro en español

EPILOG

Was könnte befriedigender sein, als das Ende eines so emotionalen und tiefgründigen kollektiven Schöpfungsprozesses zu erreichen?
Es war mir eine Freude und Ehre, die Schriftstellerinnen in diesem kreativen Prozess zu begleiten – von der Suche nach Inspiration über die Entscheidungen, was und wie erzählt werden sollte, bis hin zu dem Moment, in dem wir tief in emotionale Inhalte, Reflexionen und Schlussfolgerungen eintauchten. Ich unterstützte sie, indem ich narrative Techniken teilte, Übungen durchführte und mit ihnen darüber nachdachte, was jede von ihnen vermitteln wollte, um die gewünschte Intensität und Tiefe zu erreichen.

Deshalb nahm ich als Ehrengast teil, als unsere Frauen diesen Halt auf dem Weg machten, um zu betrachten, welche Strecken sie zurückgelegt hatten. Viele waren erstaunt, andere weinten, einige waren gerührt und wieder andere überrascht von dem, was sie dort fanden. Die Migration erwies sich als besondere und individuelle Chance für jede von ihnen, denn unsere Schriftstellerinnen repräsentieren ein breites Spektrum an Altersgruppen, Herkunft, Lebenserfahrungen und Kulturen, was die Pluralität und Vielfalt der erzielten Ergebnisse sicherstellte. Doch wer liest, kann erkennen, dass es Aspekte gibt, die sich in den Erzählungen aller oder zumindest vieler wiederholen. Wer migriert ist, ist sich dessen bewusst: Etwas bleibt immer zurück, etwas verwelkt, etwas verändert sich, etwas wird neu geboren.

Ich habe das Wunder erlebt, spannende Narrative zu schaffen, die voller menschlicher Wärme, Sensibilität, des Wunsches nach Überwindung und persönlicher Entwicklung sind. Ich bin allen dankbar, die mir erlaubt haben, in ihre subjektiven, intimen, eigenen Welten einzutauchen, um sie im Prozess der Entstehung dieser authentischen und bewegenden Narrativen zu begleiten.
Denn sie haben das Ziel, denjenigen zu dienen, die sich nicht allein in der Migration fühlen wollen, die nicht die einzigen sind, die

Schwierigkeiten durchleben, die wissen, dass Momente der Unruhe oder Entmutigung üblich sind, aber dass diese nicht ewig dauern, vorbeigehen werden und dass man die Freude, die Begeisterung zurückgewinnen und sich noch stärker, erfolgreicher und größer fühlen wird.
Mein Dank geht an den Altruismus und die Hingabe derjenigen, die dieses schöne Projekt geträumt und verwirklicht haben, und noch mehr an alle Schriftstellerinnen, die ihre Herzen geöffnet haben, um dies möglich zu machen. Möge es als Instrument der Führung, Unterstützung oder Begleitung für zukünftige Migrantinnen und Migranten dienen.

Romina Tumini
Ausgabe und Korrektur der spanischen Fassung des Buches

SOBRE LA ASOCIACIÓN

Nuestra historia

La iniciativa Mujeres Hispanohablantes en Baden-Württemberg fue fundada en 2018 por la colombiana Maritza Castelli Cano, quien, movida por su espíritu emprendedor y altruista, identificó la necesidad de crear una red local de mujeres hispanohablantes fundada en principios, con los siguientes objetivos: reconectar con su cultura, promover el networking, apoyar a las personas en su proceso de integración en la región y crear una plataforma virtual de intercambio.

Tras un período de intenso trabajo y excelentes resultados reconocidos por nuestras mujeres, la comunidad y sumado al creciente apoyo de las instituciones, gracias al valioso aporte de las socias fundadoras: **Nicia Gonzaga, Marina Godoy, Jen Bilbao, Lidia Cabanillas, Clara Petit, Michelle Arcos, Jasmin Zinssmeister y Cecilia Campos** nace la asociación. Esto significa nuevos objetivos, proyectos de mayor impacto y ya no basados en la iniciativa solo de Maritza, sino también en un grupo de mujeres muy competentes y motivadas.

Ahora como asociación seguimos apoyando la integración de los hispanohablantes en Alemania y trabajamos activamente para promover la cooperación al desarrollo en América Latina y España.

NUESTRO SIMBOLO



Simbolización del ovillo de lana

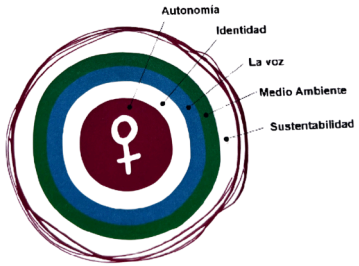
Conexión entre mujeres que se reúnen con el objetivo de “tejer” juntas proyectos de profundidad y gran valor social.

Gestación de la idea

Actividad para conocerse realizada por Marina Godoy en un encuentro de mujeres. La lana se distribuye aleatoriamente entre las participantes creando una tela de araña que representa físicamente la conexión que se genera en el grupo. Gracias a la cual, las ideas fluyen, se multiplican y crecen por las sinergias que suceden.

Evocación del color rojo

Amor, corazón, vida. Pasión, fuerza, decisión. Felicidad, prosperidad, autoconfianza. Verdad, pureza, sangre de vida.



Nuestra visión

Nuestra visión es promover el desarrollo sostenible, la autorrealización e integración del individuo.

Los propósitos de la asociación son:

a) La promoción del espíritu internacional, de la tolerancia en todos los ámbitos de la cultura y de la comprensión entre la población en relación con la integración en Alemania de los hispanohablantes.

b) La promoción de la igualdad de derechos de hombres y mujeres hispanohablantes en Alemania.

c) La promoción del arte y la cultura de los hispanohablantes en Alemania

d) La promoción de la cooperación para el desarrollo en América Latina y España

A pesar de que muchos de los comentarios en este libro se ubican a finales del año 2021 como la fecha de culminación de este trabajo conjunto con la esperanza de publicarlo en esa fecha, al ser un trabajo voluntario, el proceso de su creación siguió definiendo su propio tiempo de realización. Es por eso que en este momento, estamos concluyendo el trabajo iniciado exactamente hace dos años en diciembre del 2020 en el Frauenkulturzentrum Sarah e.V. de Stuttgart.

IMPORTANTE

Siguiendo nuestros objetivos de actuar bajo los principios de sustentabilidad, respeto por el trabajo de las personas y amor por el planeta, hemos decidido hacer una publicación la cual, aunque más costosa, nos asegura cumplir con este propósito.

ÜBER DEN VEREIN

Unsere Geschichte

Die Initiative Spanischsprechende Frauen in Baden-Württemberg wurde 2018 von der Kolumbianerin Maritza Castelli Cano gegründet. Motiviert von ihrem unternehmerischen und altruistischen Geist erkannte sie die Notwendigkeit, ein lokales Netzwerk von spanischsprachigen Frauen zu schaffen, basierend auf folgenden Zielen: Wiederverbindung mit der eigenen Kultur, Förderung des Networkings, Unterstützung der Menschen in ihrem Integrationsprozess in der Region und Schaffung einer virtuellen Plattform für den Austausch.

Nach einer Phase intensiver Arbeit und beeindruckender Ergebnisse, die von unseren Frauen, der Gemeinschaft und dem wachsenden Support der Institutionen anerkannt wurden, entstand der Verein dank des wertvollen Beitrags der Gründungsmitglieder: **Nicia Gonzaga, Marina Godoy, Jen Bilbao, Lidia Cabanillas, Clara Petit, Michelle Arcos, Jasmin Zinssmeister und Cecilia Campos.** Dies bedeutet neue Ziele, Projekte von größerer Wirkung, die nicht mehr nur auf der Initiative von Maritza basieren, sondern auch auf einer Gruppe sehr kompetenter und motivierter Frauen.

Als Verein unterstützen wir nun weiterhin die Integration der spanischsprachigen Menschen in Deutschland und arbeiten aktiv an der Förderung der Entwicklungszusammenarbeit in Lateinamerika und Spanien.

UNSER SYMBOL



Bedeutung des Wollknäuels

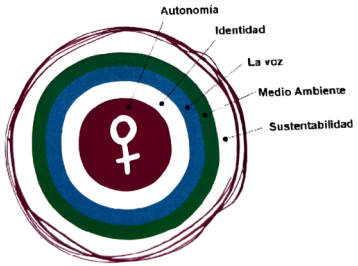
Verbindung zwischen Frauen, die sich mit dem Ziel treffen, gemeinsam Projekte von tiefer Bedeutung und großem sozialen Wert zu „weben“.

Entstehung der Idee

Eine Aktivität zum Kennenlernen, durchgeführt von Marina Godoy bei einem Frauen-Treffen. Die Wolle wird zufällig unter den Teilnehmerinnen verteilt und bildet ein Netz, das physisch die Verbindung darstellt, die in der Gruppe entsteht. Dadurch fließen Ideen, vervielfachen sich und wachsen durch die Synergien, die entstehen.

Der Beweggrund für die Farbe Rot

Liebe, Herz, Leben. Leidenschaft, Kraft, Entschlossenheit. Glück, Wohlstand, Selbstvertrauen. Wahrheit, Reinheit, Lebensblut.



Unsere Vision

Unsere Vision ist es, die nachhaltige Entwicklung, die Selbstverwirklichung und die Integration des Individuums zu fördern.

Die Ziele des Vereins sind:

a) Förderung des internationalen Geistes, der Toleranz in allen kulturellen Bereichen und des Verständnisses unter der Bevölkerung im Zusammenhang mit der Integration von spanischsprachigen Menschen in Deutschland.

b) Förderung der Gleichberechtigung von spanischsprachigen Männern und Frauen in Deutschland.

c) Förderung von Kunst und Kultur spanischsprachiger Menschen in Deutschland.

d) Förderung der Entwicklungszusammenarbeit in Lateinamerika und Spanien.

Trotz der Tatsache, dass viele Kommentare in diesem Buch das Ende des Jahres 2021 als Fertigstellungsdatum dieser gemeinsamen Arbeit angeben, in der Hoffnung, sie zu diesem Zeitpunkt zu veröffentlichen, handelt es sich um eine freiwillige Arbeit, deren Schaffensprozess seine eigene Realisierungszeit weiter definiert hat. Deshalb schließen wir gerade die Arbeit ab, die genau vor zwei Jahren im Dezember 2020 im Frauenkulturzentrum Sarah e. V. in Stuttgart begonnen wurde.

WICHTIG

In Übereinstimmung mit unseren Werten und nach den Prinzipien der Nachhaltigkeit, des Respekts vor der Arbeit der Menschen und der Liebe zum Planeten, haben wir uns für eine Publikation entschieden, die zwar kostspieliger ist, aber im Einklang mit unseren Zielen und Werten steht.

KONTAKT

Spanischsprechende Frauen in Baden-Württemberg e. V.
Johannesstraße 13
70176, Stuttgart

Instagram: @mujereshispanohablantesbw

Facebook-Gruppe: Mujeres Hispanohablantes en Baden-Württemberg e. V.

www.spspfrauen.org

Vielen Dank für Ihre Unterstützung:
Spanischsprechende Frauen in Baden-Württemberg e. V.
GLS Bank
IBAN: DE36 4306 0967 1227 2820 00
BIC: GENODEM1GLS

CONTACTO

Spanischsprechende Frauen in Baden-Württemberg e. V.
Johannesstrasse 13
70176, Stuttgart

Instagram: @mujereshispanohablantesbw

Grupo de Facebook: Mujeres Hispanohablantes en Baden-Württemberg e. V.

www.spspfrauen.org

Gracias por tu apoyo:
Spanischsprechende Frauen in Baden-Württemberg e. V.
GLS Bank
IBAN: DE36 4306 0967 1227 2820 00
BIC: GENODEM1GLS

ZUSAMMEN WACHSEN

Dieses Buch enthält die Erzählungen einiger Frauen, die ihre Erfahrungen der Anpassung an das Leben hier in Deutschland teilen. Einige dieser Erzählungen sind beeindruckend, andere sehr berührend und wieder andere so lustig, dass sie dich zum Lächeln bringen werden, wenn du siehst, wie die Frauen ihre Herausforderungen gemeistert haben.

DIE ERZÄHLERINNEN

Es sind Frauen mit einer großen Lebensenergie.
Entdecke sie durch ihre Geschichten!

Projekt durchgeführt von der gemeinnützigen Organisation
Spanischsprechende Frauen in Baden-Württemberg e.V.
Rechtlich eingetragen in Deutschland
www.spspfrauen.org

CRECIENDO JUNTAS

Este libro contiene las narraciones de algunas mujeres, que cuentan sus experiencias de adaptación a la vida aquí en Alemania. Algunas de ellas son impactantes, otras muy sentidas y otras tan graciosas que te harán sonreír al darte cuenta de la forma como ellas han enfrentado sus retos.

LAS NARRADORAS

Son mujeres con una gran fuerza de vida.
¡Descúbrelas a través de sus historias!

Proyecto realizado por la Asociación sin fines de lucro
Spanischprechende Frauen in Baden- Württemberg e.V.
Legalmente registrada en Alemania
www.spspfrauen.org

