



**TESTIMONIO: LA MEMORIA COMO HERRAMIENTA  
PARA CONSTRUIR UN MOVIMIENTO**

# Foro de la libertad 2023



Presentado por:

*Herstory*  
WRITERS NETWORK

El Instituto de Humanidades  
en Stony Brook University,  
ERASE Racism,  
Adelphi Escuela  
de Trabajo Social  
y Babylon Citizens Council  
on the Arts.

**Extendiendo nuestras  
manos a través  
la comunidad para levantar  
nuestra voces juntas por la  
justicia una historia a la vez.**



# La era de la legalidad

Kris Janvier

Escuela Secundaria de Hempstead, Clase del 2013

Todavía estoy psicológicamente infectado este semestre. ¿Por qué? Porque me despierto cada mañana sintiéndome preparado y tranquilo, mantengo higiene personal para estar limpio, uso ropa arrugada, miro de un lado al otro a el reloj digital de la caja de Cablevisión solo para planear el tiempo para desayunar. Bueno, son las 11:50 a.m. Tengo que salir de aquí. Tengo que irme, me dije a mi mismo. Estoy maltratando mi conciencia para seguir convencido. Mi mente me esta engañando. Finalmente, salgo del dormitorio.

– Buen día. – Bonjour, petit moi–. Mi tía y yo nos saludamos pasivamente. Su asistente de atención la acompaña. Ambas están en su dormitorio haciendo política todas las mañanas.

Después, corrí abajo por las escaleras. –¡Mami, me voy–! Grito con mi voz profunda de la mañana. Mamá esta acostada en la cama de su dormitorio con la puerta cerrada. Sin perillas, solo un ojo de cerradura. –Oh. ¿Te vas, cariño–? ella respondió con la ronquera que sólo ocurre por la mañana.

–Sí–. –¿Ou pren bagay pou maje–? –No. Comeré en el campus–. –¿Tienes dinero en tu tarjeta–?

–Sí–. ¿Cuánto cuesta–? Un dólar–Ven a mi habitación y llévame mi bolsa de trabajo–. Rápidamente saqué la bolsa de uno de los contenedores grandes frente a su cama. –Saca mi billetera. Y en esa billetera hay veinte dólares. Tómalo–, dijo. De mala gana tomé el dinero, la besé en la mejilla y salí corriendo por la puerta trasera de cristal de diamante de la cocina mal ventilada.

Ahora tengo que correr por Main Street para llegar a la terminal. La tarifa del autobús de la MTA aumentó 25 centavos. Supongo que ahora los conductores de autobús están en lo cierto. Solían llegar tarde a propósito. Me arden las piernas de tanto correr. Deshidratación. Hambre. No hay dinero para comprar comida y bebida, pero la tarjeta ha sido recargada. Lo encuentro difícil pedirle dinero a la gente. Y no estoy tratando de pensar en un trabajo porque no quiero que se convierta en una carga para mi educación universitaria. Angustia, te lo digo. Angustia.

Una diapositiva por \$2,75 después de sobrevivir a una larga lista de desesperanza, opresión, falta de vivienda y hambre. Hempstead, te veré más tarde con la esperanza de que trates mejor a la gente y le des algo de dinero al hombre en silla de ruedas para que se recupere bien. Lo necesitará. Atentamente, Kris. --¿Tienes algo de dinero para un café–? preguntó el hombre en silla de ruedas con un suave tono moribundo. Lo miré mirándome por las numerosas veces que... no sé cuántos

meses lo he visto, ha pasado un tiempo. Por enésima vez le dije: –No, no llevo dinero encima–. Soy como él, desearía poder decírselo, pero estaba nervioso. Nervioso porque iba a hacerme algo a nivel de delito grave. Confusión de mi parte. Parece que ha subido al autobús (ha pagado la tarifa), pero está dialogando con el hombre en silla de ruedas, quien me imagino que no está en el autobús.

La puerta del autobús se abrió y giré la cabeza hacia el autobús de Long Island. La fila avanzaba lentamente. Los nervios se transformaron en ansiedad. Pasajeros lentos. Todavía puedo ver al hombre en silla de ruedas por el raballo del ojo. Ahora estaba mirando a los otros camareros del autobús. Incluso ellos se negaron a servirle. No estaba preocupado por los otros vagabundos que hablaban entre ellos. Historias vagas, estoy escuchando. Francamente, estoy interesado en ellos. Pero simplemente no por la mañana. Finalmente, soy el siguiente. Rápidamente me metí dentro del autobús e inserté la tarjeta Metro en la ranura para escanearla. Dos segundos después, apareció la tarjeta y miré la pequeña pantalla roja: 18 y tantos dólares. Eso era todo lo que le quedaba. Estaba buscando un asiento, pero estos zombies ocupaban todos. Aunque había asientos abiertos al lado de las ventanas, no te dejaban pasar. Odio cuando hacen eso. Quiero decir, ¿por qué te cuesta tanto sentarte junto a la ventana? Quiero decir, podrías haber salvado vidas dejando un asiento libre junto a la pasarela. En fin, ¿cada uno tiene su derecho, cierto? La primavera acababa de comenzar y hacía sol pero hacía frío en Hempstead. El horario de primavera significa menos sueño para la gente común. La ansiedad se convierte en culpa. Es vergonzoso preocuparse por los asientos cuando el hombre en silla de ruedas y los vagabundos están afuera, en el frío. Somos del mismo gueto. Morenos y oprimidos bajo estos llamativos zapatos del sistema. Es solo que yo tengo el privilegio que él perdió. Si tan solo tuviera suficiente dinero... si tan solo. Y durante la siguiente media hora, se me ocurrió lo mismo cuando vi a otro vagabundo sentado afuera de la estación de tren de Hicksville.

El autobús lanzadera había llegado. Otro viaje en autobús y tengo un hambre terrible. La clase estaba por comenzar y estoy pensando si quiero ir a clase o no. El estéreo sonaba a todo volumen Power 105.1. Las mismas canciones vuelven a estar en rotación. Revisé los foros en mi Galaxy solo para decepcionarme por la falta de nuevos rumores musicales y había tantos colegas susurrando. El juego psicológico acababa de comenzar. Newbridge, Broadway, al norte de la ruta 107. Desde Hicksville hasta Jericho hasta el borde de Brookville. La puerta está en el lado izquierdo, entonces ¿por qué no pasas el semáforo? No hay coches alrededor. Simplemente gira a la izquierda y ya estaremos, pensé con entusiasmo. Sólo quiero que la clase termine rápido porque existe la posibilidad de que pueda encontrar a esa chica que me da mariposas.

Salté del autobús y corrí por el camino lleno de gansos, con la esperanza de llegar a clase. Estos pensamientos aleatorios corren contra mí. Mis botas Polo. No puede igualar su velocidad. Es como si pudiera ver mis pensamientos flotar uno detrás de otro y desvanecerse en el humo de los neumáticos. Mi línea de pensamiento fue lo suficientemente larga como para atar un cuerpo humano. ¿Por qué tuve estos pensamientos? ¿Fue por las expectativas de mi mamá? He estado pensando demasiado en estos planes que mi mamá imaginó: Buena escuela. Becas. Más dinero. Buena esposa. Buena carrera. Bonita casa. Mi licencia de conducir. Sea un buen cristiano. Niños. Cuanto más lo pensaba, más apático sería. Esa fue una de las razones por las que he postergado mucho las cosas desde que puse un pie en este campus. Era el miedo de que ella fuera en contra de lo que sé en términos de cultura, religión, valores, etc. Aprecio sus lecciones y sé que tuvo buenas intenciones durante más de una década tratando de criar a dos hijos. Durante más de una década, mantuve fresco el amor con mi padrastro, quien la rescató del incendio de la casa de la agonía, la tristeza, la ira, la ansiedad y el dolor de los años 90. Los amo a ambos, pero sus habilidades disciplinares me hicieron aún más cohibido y curioso, y algún día busco rebelarme contra sus prioridades. Cada uno tenía su propio juicio sobre el universitario: yo, la anomalía. Soy eso. Veintiuno. La era de la legalidad. Debería sentir la necesidad de beber, pero no tengo ganas. Yo nunca. Quizás, después... cuando mamá se convierta en ciudadana estadounidense.

---

Kris comenzó su viaje con Herstory cuando estaba en su último año en Hempstead High School, cuando él y sus compañeros de clase viajaban en autobús todas las semanas para escribir con estudiantes de criminología y sociología de Hofstra. Durante tres años, mientras luchaba con las realidades de la universidad en un contexto de pobreza, hambre y preocupación por salvar a su madre, se conectó con Herstory dondequiera que sus prácticas escolares se lo permitieran, y continuó creciendo como escritor con una poesía entrelazada con su criollo nativo. ritmos que cuentan toda la historia del mundo al que se enfrentan diariamente los estudiantes que no tienen suficiente dinero ni para el billete de autobús. Ha desarrollado esta historia en una pieza escénica.



© Kris Janvier, 2023

# Sólo somos viajeros

Breisi Juárez

Escuela Secundaria de Hempstead, Clase del 2022

1. Sin duda alguna cada día mejoramos. Cada día consciente o inconscientemente buscamos la comodidad y la felicidad.

Without a doubt everyday we improve. Everyday, consciously or unconsciously, we look for comfort and happiness.

Sans aucun doute, nous nous améliorons chaque jour. Chaque jour, consciemment ou inconsciemment, nous recherchons le confort et le bonheur.

San okenn dout, nap amelyore chak jou. Chak jou, konsyan oswa enkonsyaman, nou chèche konfò ak bonè.

2. Se páramos y comparamos el pasado en todo su esplendor al presente, son situaciones considerables. Entiendo que este mundo es simple. Permite adornarla para darle su sentido pero también estar presente con su realidad.

If we stop and contemplate the past in all its splendor to the present, are considerable situations. I understand that this world is simple, allows to adorn it, to give it its meaning, but it is also be present with its reality.

On s'arrête et on compare le passé dans toute sa splendeur au présent, ce sont des situations considérables. Je comprends que ce monde est simple. Il permet de le décorer pour lui donner son sens mais aussi d'être présent à sa réalité.

Nou sispann epi konpare sot pase a nan tout bèl li ak prezan an, sa yo se sitiasyon konsiderab. Mwen konprann ke mond sa a se senp. Li pèmèt ou dekore li pou bay li sans men tou pou prezan nan reyalite li.

3. Observó que unos se quieren comer el mundo y todas las maravillas que existe en ello. Pero otros quieren vomitar el mundo y dejar de existir junto con todo. Eres consciente que ahora sólo somos viajeros?

I see that some want to eat the world and all the wonders in it. Others want to throw up the world and cease to exist along with everything. Are you aware that now we are just travelers?

Il a observé que certains veulent manger le monde et toutes les merveilles qui y existent. Mais d'autres veulent bouleverser le monde et cesser d'exister avec tout. Savez-vous que maintenant nous ne sommes que des voyageurs?

Li te obsève ke kèk vle manje mond lan ak tout bèl bagay ki egziste nan li. Men, lòt moun vle vire mond lan tèt anba epi sispann egziste ak tout bagay. Èske w konnen kounye a nou se jis vwayajè?

# Ya no puedo más estar asustada

Medjina Chery

Escuela Secundaria de Uniondale, Clase del 2023

Crecer en un hogar caribeño es realmente un desafío difícil; Pero ser gay en un hogar caribeño es aún más difícil. No sólo porque has aprendido a ocultar quién eres, sino también a complacer a la gente en las cosas que quieren que hagas. Siempre están tratando de crear escenarios en su cabeza para que usted los siga, y luego no le dejan espacio para crecer, explorar o participar en ninguno de sus propios intereses. Personalmente, he escondido muchas cosas para complacer a mis padres, pero tuve un momento en el que me di cuenta: ya no puedo estar asustada mas, ya no puedo preocuparme, pero puedo ser quien soy genuinamente.

Ha sido realmente un desafío porque cada vez que intento ser yo misma, siempre se me derrumba el autoestima. Me he cubierto con un pesado manto de inseguridad porque sé que mis padres no me permitirán ser gay. Tienen miedo de cómo me verá la sociedad y no puedo culparlos. Pero sí creo que todos tienen derecho a ser quienes son, no lo que la gente piensa de ellos y, aunque realmente hago todo lo posible para complacer a mis padres, este año digo que es hora de ponerme a mí mismo en primer lugar.

No me estaba haciendo feliz y la duda me hizo sentir que no era lo suficientemente buena. Para la sociedad, para mis padres o para mí. Al preguntarme qué puedo hacer para que se sientan más orgullosos, en realidad me estaba obligando a convertirme en alguien sólo porque vivía en el panorama general que mis padres crearon para mí. Tienen sus propias creencias personales que se centran principalmente en mi educación y en las cosas que han hecho por mí. Si traté de mostrar quién soy, en general, no solo en entornos académicos, lo ven como una falta de respeto cuando en realidad no lo es: solo quiero cerrar. Realmente no me importa cómo me ve la sociedad porque mi sexualidad no define quién soy si elijo ser gay. Si quiero tener piercings. Me voy a poner piercings... Por ahora, cuando lo miro, estoy

muy feliz con la persona en la que me estoy convirtiendo y sí, estoy feliz de decir que soy lesbiana. Sé que a mis padres les llevará tiempo aceptar esta decisión mía, y si es necesario romper las reglas para encontrar tu felicidad, entonces haré precisamente eso.

**Para las personas que están luchando con la misma situación, quiero decir:**

- Entiendo lo que estás pasando y mira, no va a ser fácil, se necesitarán muchas crisis personales y baja autoestima para ser tu verdadero yo, y todo tomará tiempo, no dejes que lo que dice la gente defina quién eres. Porque a pesar de todo todavía se hablará de ti.
- simplemente ten mucha fe en ti mismo porque, al final del día, tú decides lo que quieres hacer.

**Eso es lo que he estado haciendo y creo que lo estoy haciendo bien.**





# La vida “perfecta” de Barbie

Astrid Lopez

Escuela Secundaria de Westbury, Clase del 2022

Barbie es el sueño de toda niña, con una cara perfecta, cabello perfecto, cuerpo perfecto, y una “Vida perfecta”. A tal punto que empiezan a obsesionarse con su cuerpo, su apariencia física y belleza. Yo fui una de esas niñas, obsesionada por encajar en los estándares de belleza que nuestra sociedad nos plantea a temprana edad. Cómo un parásito que nos devora por dentro transformándonos en algo que no somos.

Recuerdo que cuando vivía en honduras, mi cuerpo nunca me importó mucho, ni mi sobrepeso ya que siempre he sido rellenita. Nunca tuve problemas con mi cuerpo pero todo cambió cuando llegué a los Estados Unidos. Niñas de middle school que ya se vestían cómo mujeres de 20 y 23, usando maquillaje y obsesionadas con las fotos. Sus pobres mentes no tenían espacio para las clases y lecciones de la escuela pero si tu les preguntas qué marca de maquillaje era mejor te responden en segundos.

No sabia que hacer y poco a poco mi apariencia comenzó a ser un problema, recuerdo que antes me encantaba cuando mi mama me peinaba, las trenzas que me hacía o los ponytails, adoraba la ropa que ella me compraba, colorida y brillante, pero con el tiempo dejó de ser colorida y su brillo se desvanece. Me daba pena llegar a la escuela con las trenzas, y la ropa de “bebe” que yo alguna vez tanto ame.

Todos los días antes de llegar a la escuela me deshacía las trenzas y me cubría la ropa con

una sweater o un jacket. Empecé a odiar todo lo que alguna vez ame y adore, incluyendo esa rutina de peinado que tenía siempre con mi mamá y no la dejaba tocarme el cabello. Mi ropa paso de ser a todo color, a negro y blanco. Nunca le dije lo que me pasaba, al contrario solo le decía que yo ya había crecido y no necesitaba que ella me peinará.

En un año yo era una persona completamente diferente, y en tres empecé a odiar mi cuerpo, mi altura, y mi cabello. Yo no era un “niña o chica” de altura pequeña o tierna, no era frágil, mi Mi cuerpo no era delgado y fino. Al contrario era fuerte y fornido, Mi cabello no era lacio, y liso. Era cortó y rizado, yo era una jugadora de basketball que media 5’10 y no una barbie perfecta y delicada. Me preguntaba “Por qué soy así?” “cómo puedo cambiar?” me gustaría ser cómo ella. Su cuerpo es hermoso, ella es absolutamente perfecta... Y yo no lo soy.

Nuestra sociedad envenenó mi mente y la de muchas otras niñas, a tal punto que yo le pedí a mi madre una cirugía para perder peso. Mi mamá enojada con lágrimas en los ojos, preguntándome por qué? No tenía una respuesta correcta o certera, ya que solo pensaba en cambiar mi físico, mi rostro.. Mi apariencia. Ella me tomó de la cara y me dijo lo perfecta que era, pero yo en ese tiempo no escuchaba lo que ella decía ya que una de mis tías y mi prima siempre me decían “Si fueras un poquito más delgada serías muy bella” “Hazte una cirugía, así perderás peso más rápido”.

Mis padres empezaron a degustar de mi tía y mi primo al punto que no me dejaban sola con ellas, para que no envenenaran mi mente y mi inocencia más. Pero aun así no fue suficiente, mis tías no eran lo único que me envenenaban.

Al poco tiempo empecé a usar Facebook, Instagram, Snapchat y twitter. En ese tiempo no sabía que no todo es lo que parece, modelos con una cintura tan pequeña que parece que no podían respirar, la piel tan sueño y delicada cómo porcelana. Me sentía cómo una muñeca espeluznante de Monster High en un mundo lleno de Barbies perfectamente diseñadas para complacer los estándares de nuestra enferma sociedad.

Después de 3 años mi autoestima empezó a crecer, no estoy 100% segura de mi misma y mi cuerpo, pero espero poder amarme tal y cómo soy.



© Astrid Lopez, 2023

# ¿Estás disfrutando tu momento?

Breisi Juárez

Escuela Secundaria de Hempstead, Clase del 2022

1. Sólo somos viajeros, y al terminar este viaje llamado vida tenemos que pagar una deuda llamada muerte.

We are just travelers and at the end of this journey called life we have to pay a debt called death.

Nous ne sommes que des voyageurs, et à la fin de ce voyage appelé vie, nous devons payer une dette appelée mort.

Nou se vwayajè sèlman, epi nan fen vwayaj sa a ki rele lavi, nou dwe peye yon dèt ki rele lanmò.

2. Estoy de acuerdo que la mayoría de situaciones y decisiones dependen de la perspectiva. La mayoría piensa que debe amamantar la esperanza en el interior, y disfrutar el momento que es lo único que tenemos seguro. No sabes cuanto tiempo queda. El futuro es incierto. Disfruta tu momento. Disfruta el momento. Con esos párpados caídos y esa cara exhausta, ¿estás disfrutando tu momento?

I agree that most situations and decisions depend on perspective. Most think you should nurse hope inside, and enjoy the moment that is the only thing we have for sure. You don't know how much time we have left. The future is uncertain. Enjoy your moment. Enjoy the moment. With those droopy eyelids and that exhausted face, are you enjoying your moment?

Je conviens que la plupart des situations et des décisions dépendent de la perspective. La plupart des gens pensent qu'ils devraient garder espoir en eux et profiter du moment présent, ce qui est la seule chose dont nous sommes sûrs. Vous ne savez pas combien de temps il vous reste. L'avenir

est incertain. Profitez de votre moment. Profiter du moment. Avec ces paupières tombantes et ce visage épuisé, appréciez-vous votre moment?

Mwen dakò ke pifò sitiyasyon ak desizyon depann sou pèspektiv. Pifò moun panse ke yo ta dwe rete espwa epi jwi moman prezan an, ki se sèl bagay nou asire w. Ou pa konnen konbyen tan ou rete. Tan kap vini an ensèten. Jwi moman w la. Jwi moman sa a. Avèk po je sa yo ki tonbe ak figi sa a fin itilize, èske w ap jwi moman ou a?

**Wyandanch High School**  
**Mrs. D'Martino's Class**

Si tus palabras tuvieran el poder...  
*If your words had the power...*

**Daniela Benítez**

*Si pudiera cambiar algo, sería el bullying y las injusticias porque con esto, muchas personas viven atemorizadas. Todos somos iguales; tratémoslos como tal. Seamos justos, tratémoslos como nos gustaría ser tratados. Todos juntos podemos cambiar el mundo.*

If I could change something, it would be bullying and injustices because with these, many people live in fear. We are all equal; let's treat each other as such. Let's be fair, let's treat each other the way we would like to be treated. Together, we can change the world.

**Linda Bonilla**

*Si mis palabras tuvieran el poder de cambiar algo, cambiaría la inseguridad de nosotros mismos. Diría: "Cree en tí mismo" porque cada persona es capaz de lograr lo que se propone. "Admira tu mismo la fuerza que haz tenido para llegar hasta a donde estas; equivocarse es de humanos"*

If my words had the power to change something, I would change our self-doubt. I would say, "Believe in yourself" because every person is capable of achieving what they set out to do. "Admire the strength you've had to get to where you are; making mistakes is human."

**Heidyly K. Manzanarez**

*Si mis palabras tuvieran la capacidad de cambiar algo, cambiaría la forma en que las personas se miran y se tratan entre sí. Haría que aceptaran más las diferencias y se trataran de la misma forma sin tener que hacer sentir mal a los demás, sin importar sus cualidades. Que se trataran igual porque todos tenemos los mismos derechos.*

If my words had the power to change something, I would change how people look at and treat each other. I would make them accept differences more and treat each other the same way without making others feel bad, regardless of their qualities. Treat each other equally because we all have the same rights.

### **Hector Ato**

*Si mis palabras pudieran cambiar algo, me gustaria cambiar la forma en que las personas piensan que son los demas en base a como cada uno se ve, ya sea por el sexo, religion, economia, preferencias, color de piel, lugar de origen u otros factores. Existen muchas personas que tienden a minimizar actos que dañan a otros y por eso se produce el racismo, bullying y abuso. Al haber personas que piensan diferente sobre otros y comparten sus opiniones hirientes, muchas más van a pensar como ellas. Estas opiniones crecen y se convierten en ataques que dañan física y emocionalmente a otros. Al final, hay personas que se dan cuenta de lo que hacen con comentarios sobre otros sin en realidad conocer a fondo y ver de qué estamos hechos cada uno. ¿Por qué existen personas que prefieren opinar sin conocerlo a uno a fondo? Todos deberíamos ver la chispa que cada persona posee, la que nos hace a cada uno de nosotros especiales.*

If my words could change something, I would like to change the way people perceive others based on how each person looks, whether it's because of gender, religion, economy, preferences, skin color, place of origin, or other factors. There are many people who tend to downplay acts that harm others, and that's why racism, bullying, and abuse occur. When there are people who think differently about others and share their hurtful opinions, many more will think like them. These opinions grow and turn into attacks that harm others physically and emotionally. In the end, there are people who realize what they are doing with comments about others without really knowing each person thoroughly and seeing what we are made of. Why do some people prefer to give opinions without knowing someone deeply? We should all see the spark that each person possesses, the one that makes each of us special.

**Angel Argueta**

*Si mis palabras tuvieran el poder cambiaría el racismo hacia las personas de distinto color y distintos países. Me gustaría que todos estuviéramos juntos, unidos como una sola comunidad. Que no te critiquen por tu forma de vestir o tu físico. Me gustaría que hubiera consecuencias para las personas que lleguen a discriminar.*

If my words had the power, I would change racism towards people of different colors and countries. I would like us all to be together, united as one community. Don't be criticized for how you dress or your appearance. I wish there were consequences for people who discriminate.

**Owen Onan Pinto**

*Si mis palabras pudieran cambiar corazones, crearían una regla antiracista. Creo que el racismo es algo que se ve por todo el mundo y más aquí en Los Estados Unidos. Siento que el racismo afecta a muchas personas, las hace sentirse muy mal. Aunque esta regla ya existe, sería lo mejor que la hicieran cumplir. Que no se discrimine a las personas por su color de piel. Esto sería algo que cambiaría corazones y mentes.*

If my words could change hearts, they would create an anti-racist rule. I think racism is something seen all over the world, especially here in the United States. I feel like racism affects many people; it makes them feel really bad. Although this rule already exists, it would be best if they enforced it. Don't discriminate against people because of their skin color. This would be something that changes hearts and minds.

**Joshua Gutierrez**

*Si mis palabras tuvieran el poder de cambiar una mente, diría que dejemos de burlarnos de las demás personas. Nadie sabe lo que está pasando por la mente de otra persona. Yo lo he visto y lo he vivido. Créanme, no siempre interpretamos o entendemos como otras personas piensan.*



If my words had the power to change a mind, I would say let's stop making fun of other people. No one knows what is going on in another person's mind. I have seen it and lived it. Believe me, we don't always interpret or understand how other people think.

### **Yeison**

*Debemos de tratarnos por igual, todos somos iguales. Hay que cambiar la injusticia. No debemos juzgar a una persona sin conocerla. A veces, de los errores aprendemos. El Bullying es demasiado dañino porque toda persona se siente mal cuando la molestan por su color de piel, su pelo, etc. Se sienten demasiado mal.*

We must treat each other equally; we are all the same. Injustice has to change. We should not judge a person without knowing them. Sometimes, we learn from mistakes. Bullying is too harmful because every person feels bad when they are teased because of their skin color, hair, etc. They feel really bad

---

## **Wyandanch High School Mrs. Mignanelli's Class**

### **Christopher Turnier**

*If my words had the power to change a heart, mind or a policy they would be about those who exploit their power over others based on their unjust, and bluntly, wrong beliefs on a group, especially when we rely on you to protect us. Instead of becoming a symbol of safety, they become the ones to be feared. Instead of providing comfort, they demand respect. Support your peers instead of putting them in need of support.*

Si mis palabras tuvieran el poder de cambiar un corazón, una mente o una política, serían acerca de aquellos que explotan su poder sobre otros basados en sus creencias injustas y, francamente, erróneas sobre un grupo, especialmente cuando confiamos en ustedes para protegernos. En lugar de convertirse en un símbolo de

seguridad, se convierten en aquellos a quienes tememos. En lugar de brindar consuelo, exigen respeto. Apoyen a sus compañeros en lugar de ponerlos en la necesidad de apoyo.

### **Clover Johnson**

*You say you care about the people, yet you attempt to take away basic rights to live. You hate a person just because you don't agree with who they are, how they live, what they love, who they love. We, as a society, should stop judging and assuming things upon a person. Instead, get to know them first.*

Dices que te importa la gente, sin embargo, intentas quitar nuestros derechos básicos para vivir. Odias a una persona solo porque no estás de acuerdo con quiénes son, cómo viven, qué aman, a quién aman. Nosotros, como sociedad, deberíamos dejar de juzgar y hacer suposiciones sobre una persona. En cambio, deberíamos primero conocerlos..

### **Katherine Benitez**

*If my words had the power to change a mind I would say "let's stop racism" Racism has been going on for a long time and people are still racist. People shouldn't be judged by their skin color. It is so unfair that people get treated differently just because of their skin color. People like Martin Luther King Jr. and Malcolm X, fought for the rights of their people. Imagine how disappointed they would be. They fought for civil rights and there is still injustice for their people. It would be a peaceful world if we all just stopped racism and got along.*

Si mis palabras tuvieran el poder de cambiar una mente, diría "detengamos el racismo". El racismo ha estado ocurriendo durante mucho tiempo y la gente todavía es racista. Las personas no deberían ser juzgadas por el color de su piel. Es tan injusto que las personas sean tratadas de manera diferente solo por su color de piel. Personas como Martin Luther King Jr. y Malcolm X lucharon por los derechos de su gente. Imagina lo decepcionados que estarían. Lucharon por los derechos civiles y todavía hay injusticia para su gente. Sería un mundo pacífico si todos simplemente detuviéramos el racismo y nos lleváramos bien.

## **Romeo Gomez**

*If my words had the power to change a heart my words would say to never judge anyone without knowing what they're going through. We make fun of each other for our enjoyment and pleasure. Why would I choose these words? Because I know how it feels to be judged. It is not a good feeling. We need to stop judging and we need to work together and show love to each other.*

Si mis palabras tuvieran el poder de cambiar un corazón, dirían que nunca juzgues a nadie sin saber lo que están pasando. Nos burlamos unos de otros para nuestro disfrute y placer. ¿Por qué elegiría estas palabras? Porque sé cómo se siente ser juzgado. No es una buena sensación. Necesitamos dejar de juzgar y necesitamos trabajar juntos y mostrarnos amor mutuamente.

## **Kayleen Braswell**

*There should be more unity in the world. Everyone could get along if we don't judge each other, even if people are different from you. What unity means is that you give respect and show love because respect and love go a long way. So, what I am saying is "Let's stop judging and let's show love for the world because this can make our world (that one that I call home) a better place.*

Debería haber más unidad en el mundo. Todos podríamos llevarnos bien si no nos juzgáramos mutuamente, incluso si la gente es diferente a nosotros. Lo que significa la unidad es dar respeto y amor porque el respeto y el amor llegan muy lejos. Entonces, lo que estoy diciendo es "Dejemos de juzgar y mostremos amor por el mundo porque esto puede hacer de nuestro mundo (ese que llamo hogar) un lugar mejor".

# Mi cuerpo está aquí pero mi alma mas allá, aya

Guadalupe Ortiz Telica

Escuela Secundaria de Uniondale

Yo tenía 8 años; 'El 19 de Abril del 2018' era un día soleado, junto a mi hermana regresaba de la escuela por ese camino de adoquines que ya conocíamos. Me dispuse a ver la televisión y el canal 12 estaba transmitiendo en vivo. Me parecía extraño ver a aquellas personas cruzar los muros mientras otras se dispersaron por toda la calle así que le pregunté a la muchacha que nos cuidaba:

-¿Por qué esas personas corren de los policías? Pregunté inocentemente.

Entonces ella me dijo - ha ocurrido una crisis en el país, eres pequeña aún por lo que no entenderás mucho sobre esto-.

Yo sentía que todo avanzaba a mi alrededor mientras no sabía qué hacer, mi cuerpo estaba allí por lo que recuerdo en su mayoría, pero a la vez yo no lo sentía, es como si mi alma estuviera flotando mientras veo lo que sucedía;

Todo viene y va pero en mi memoria siempre estarán aquellas mañanas o las 5am en las que despertaba junto a mi familia y estábamos dispuestos a ayudar a los del barrio y a nosotros mismos, o también esas noches en las que los antimotines o policías disparaban o tiraban bombas mientras mi madre ayudaba a sanar a los heridos. Recuerdo ir con mi hermana y ella hacia la casa de una señora para hacer comida para los demás. Eran ollas y ollas llenas de comida ya que habían muchos heridos y personas que no habían comido en todo el día por estar en el frente salvaguardando nuestras vidas.

Pensé que era algo que podía cambiar, algo que se podría solucionar en unos meses, o que el mal gobierno se iría o cambiaría y así no sufriamos. Mi pequeña yo, veía la forma en que mis padres eran tan valientes, porque a pesar de todo lo que estábamos viviendo nunca defraudaron y no nos dejaron solas a mi hermana y a mí.

Mi madre es profesora, de alto coraje, seriedad y seguridad. A cada acción injusta ella actuaba, acciones que afectan a muchas personas. Es por eso que mi hermana y yo tenemos el razonamiento, no como un adulto pero si como jóvenes que buscan los derechos de las personas y su libertad.

Recuerdo cuando los estudiantes se reunían, o a aquellos muchachos que nos ayudaban, diferentes personas, profesores, trabajadores de limpieza o pulperías, mamás, personas mayores. Querían alzar la voz por su libertad, la libertad que no les era permitida hasta el día de hoy. Con sus pañuelos, banderas, barricadas y armas marchaban por el gobierno que no quería encontrar una solución, si no lo hacían ellos ¿que depararía en un futuro? ¿Por qué otros debían sufrir por el pasado?

Ese Sábado 9 de Marzo del 2019 nunca lo olvidaré. No será como un destello que viene y se va. Recuerdo esa mañana en la que le pedí prestado a mi hermana esa blusa rosada con un perrito en el frente, algo grande pero cómoda para mí, con aquel pantalón azul y mis deportivos. Mi hermana estaba lista y nos dispusimos a agarrar nuestro instrumento llamado 'Lira'.

La escuela quedaba cerca por lo que nos sabíamos el camino de memoria e íbamos solas hacia allá. En la banda había muchos niños y niñas, de distintas edades. Algunos tocaban el tambor, las niñas la Lira, entre ellos estaba mi amiga. Ese ambiente era mi favorito ya que era como salirse de todo lo demás que sucedía.

Al llegar el mediodía la práctica en la banda había terminado, junto a mi hermana íbamos hacia la casa de nuestros abuelos paternos como de costumbre. Era una casa verde por países bajos. Al llegar veía mucha gente afuera, otras murmuraban y hablaban sobre algo. En cuanto mis dos primos mayores nos vieron a mi hermana y a mi nos dijeron que fuéramos dentro de la casa que había sucedido algo y ahí fue cuando mi intuición dijo que sucedió algo malo y así fue. Mis dos tías estaban nerviosas y como mi papá trabajaba en esa casa me pareció extraño el no verlo.

Ahí es cuando mi tía estaba sollozando y nos dijo a mi hermana y a mí:

-Los antimotines atraparon a tu papá y lo culparon de algo que no hizo, se tienen que quedar acá para estar seguras. Con las cosas que tienen ahorita porque los policías también se robaron todas las cosas de valor que tienen en la casa-.

*Yo pensé en mi madre, dónde estaba ella "Podía ir hacia ella llorando y preguntándole qué había pasado? Ella siempre ha estado conmigo, pero esta vez no, está vez no podía abrazarme diciendo que todo estaría bien.*

Nunca olvidaré aquellos que dieron su vida por la patria, aquellos que no les importó su salud física con tal de salvar a su nación tan amada, y aunque hasta el día de hoy esa dictadura no se ha ido tengo la esperanza de que algún día el alma de esas personas pueda ver que nuestra Nicaragua irá hacia la libertad y será desencadenada. No olvidaré a mi ciudad, Masaya, la cuna del folclor y esos momentos que no serán borrados de mi memoria y contará en cada oportunidad que tenga por todo lo que pasó. El poder de las palabras puede cambiar por completo tu vida porque si yo pude contarle por fin y que alguien lo escuche entonces otras personas también, y valdrá la pena ya que es importante saber el trasfondo de un todo o de nuestro todo.



© Guadalupe Ortiz Telica, 2023

# Mi travesía

Christopher Bares Alfaro

Escuela Secundaria de Uniondale

En busca de oportunidad  
me presento aquí  
Pa los que no me conocen me suelo llamar crispy con la c  
Ahora casi soy un Mc  
Vengo a contar una historia para ti

Les quiero pedir un favor  
Que respeten el momento y presten atención  
Porque va una expedición  
Que me salió del corazón

tenia 13  
Hijo un futuro mejor te lo mereces  
Me dijo papá te vas con tu hermano qué te parece  
Yo sabía que la tristeza de mi papá y mamá crece

Yo no quería que estuviéramos lejanos  
Le decía que le echaríamos la mano  
Y que me iba porque no quería que fuera solo mi hermano porque nunca de él me había separado

Las cosas se pusieron tensas cuando me dijeron esa verdad  
Fue muy duro para todos porque no nos queríamos separar  
Ellos nuestros futuros querían mejor y por eso no la voy a desaprovechar

Y empezó el caminó  
Fueron muchos momentos y noches frías  
Fue duro pero eso nos tenía preparado el destino  
Pero con mucho valor nos mantuvimos  
Así es como nosotros vivimos

Bueno cruzamos la primera frontera  
Y digo a mi hermano  
Iván cada vez que nos movemos el cora se me acelera ya había pasado primavera era invierno y  
todavía pasábamos las canteras

Íbamos migrando todos juntos era un bando  
De gente que venían en los taxis pasando todas las calles de México momentos que estuvimos  
charlando luego dijeron la migra nos está buscando

Y nos encontraron todos los del grupo se alejaron  
A más de 5 personas las agarraron  
5 personas y más que no pudieron cumplir el sueño americano  
porque llegó la noticia que los habían deportado .

En ese momento sentí mucho terror  
Porque si nos agarraban a nosotros dos  
Nos iba a deportar de nuevo al El Salvador  
Y yo también quería que mamá y papá estuvieran mejor.

Bueno Gracias a dios llegamos a migración  
Otro tramo más otra situación  
Pusimos nuestras huellas y dimos la registration  
Llamamos la familia y le contamos con mucha emoción

Pasaban los días  
Un pinche de migra me decía que a nada llegaría como que si a él le importaría  
No le dije nada y ese enojo me llevaría

En la hielera Hicimos muchos amigos  
Yo todavía pensando que eran enemigos  
Pero tranquilos que solo eran otros testigos de lo que había sucedido en su camino

Dijeron nuestros Christopher y Iván  
Prepárense porque ustedes ya se van  
Van para la casa hogar  
Nos dijeron que nos darían ropa y que bien nos iban a tratar

La que dijeron era cierto  
Nos hicieron pruebas médicas pa ver si no estábamos enfermos  
Luego habla con una consejera le dije que había pasado por un desierto  
Yo pensaba que era un sueño y que simplemente quería estar despierto

habían pasado 11 Dias y ya íbamos de viaje  
Por primera vez me subí a un avión y vi el paisaje  
Vimos esa tarde que para mi fue un homenaje  
Ahora solo me tocaba esforzarme para pagar el pasaje

Llegue a New York empecé a estudiar  
Era diciembre en que me dio por improvisar  
Desde mi cuarto me puse a entrenar  
Lo hago maso pero me falta mucha más



# Mis Recuerdos

Leslie Juarez Martinez

Escuela Secundaria de Uniondale

Es muy sorprendente ver cómo a veces la vida da vueltas de muchas formas. A veces suelo sentarme en mi balcón, y ver el cielo y recordarme de todo. Solo sentía que estaba en una bola grande que estaba reventada, y yo trataba de inflar cada día. Un día me hice una gran pregunta... ¿Por qué estoy tan dañada?

Nunca pensé que mi mayor dolor de grande fuera acordarme de mi niñez. Esa etapa que a todos les trae recuerdos de familia y recuerdos melancólicos. eEn mi infancia me lastimaron mucho. Siempre quise verle el lado bueno, pero para mi mala suerte solo me tocó acordarme de los vacíos que dejaron en mi. Escuchar a mi corazón como se quebraba como un vaso de vidrio que se cae, y se quiebra en miles de pedazos. Un día trate de arreglarlo poco a poco, pero para mi fue imposible.

Lo reconstruia con mi mama, con sus cálidos abrazos ¡si eso! Ese era un buen recuerdo de mi niñez.

Nunca pensé vivir algo así, solo recuerdo ese día y me pongo ansiosa. Mi alma luchaba contra la vida y la muerte. Solo con 13 años viví mi peor experiencia. Solo sé que soy una chica mas que le tocó vivir violencia intrafamiliar. Claro el sujeto que me lastimaba era mi padre, el que tenía que protegerme de todo mal, el que tenía que ayudarme de no sentirme vacía, pero lastimosamente me toco un padre con mentalidad diferente, que solo pensaba en “ QUE LA VIOLENCIA ARREGLABAN LOS PROBLEMAS”.

Recuerdo esa fecha, 07/06/20, cuando mi vida dependía de las manos de mi padre, si, en sus fuertes manos con una fuerza inexplicable. Claro en ese momento solo pensaba en mi mamá y hermana y en lo fuerte que era por ellas. Esa fecha, ese día caluroso con atardeceres bonitos que tanto me gustaban, yo sentía que mi cuerpo se iba poniendo helado, mi corazón ya no palpitaba rápido, sino lento. Recuerdo cuando mi padre vio que ya no podía respirar. Pero eso no le detuvo, seguía golpeándome.

Solo recuerdo escuchar al fondo –Muerete, ojalá nunca hubieras nacido, no eres mi hija–. Claro, en ese momento sentía que las palabras me dañaron más que los grandes golpes que él me estaba dando.

Desde ese día algo cambió dentro de mi. Mi niña interior ya no existía. Solo quería que



eso tan espantoso saliera de mi cabeza. Recai muy fuerte en las drogas. Siempre decía que la marihuana me sacaba de la tonta realidad que habitaba. Salía de fiestas, hacía de todo para estar bien, pero claro no lo estaba. Solo era una adolescente pidiendo amor, y atención de sus padres, cuando recibía lo contrario, rechazo y desamor. Recuerdo que de todo el trato que recibí de mis padres, creé una “Leslie” con visión diferente a la vida. Claro, de mi mente no salía que era una chica más que había sufrido de abuso físico. Solo quería un cambio en mi y lo logré. Simplemente tenía que pensar en lo fuerte que me hicieron desde ese día. Cambié tanto que mis metas son otras solo pienso en triunfar y ser mejor persona.



© Leslie Juarez Martinez, 2023

# Un rayo de esperanza

Keiry Fuentes

Escuela Secundaria de Uniondale

Anoche no pude dormir. Mi mente estaba acelerada, enredada en una red de preocupaciones y pensamientos excesivos. Como estudiante de secundaria a punto de comenzar mi último año, el peso del verano pasado y el agotador tercer año se cernían sobre mí. La pandemia había pasado factura, dejándome sintiéndome aislada, desmotivada y luchando con mi salud mental.

Acostada en la cama, contemplé la luz de la luna que se filtraba por la ventana, iluminando mi habitación oscura. El zumbido del aire acondicionado me proporcionaba poco consuelo mientras daba vueltas y vueltas, cada vez más frustrada y exhausta. El insomnio era implacable y se negaba a conceder el descanso que tanto anhelaba.

Pero a medida que avanzaba la noche, la oscuridad fue dando paso gradualmente al suave resplandor del amanecer. Los primeros rayos de sol se asomaron por mi ventana, despertando un rayo de esperanza en mi interior. El rayo de esperanza que surgió dentro de mí fue una chispa de creencia de que las cosas podrían mejorar. Era una pequeña llama que parpadeaba en medio de la oscuridad, recordándome que, aunque me sentía perdida y abrumada, todavía tenía el poder de tomar el control de mi vida y buscar la ayuda que necesitaba.

Con el sol naciente, se produjo un cambio dentro de mí. Me di cuenta de que no podía continuar sola por este camino. Me prometí a mí misma hablar con mis hermanas mayores. Mientras nos sentábamos juntas en nuestra acogedora sala de estar, reuní el valor para hacerles una promesa sincera a mis queridas hermanas. Con lágrimas en los ojos, les dije que estaba comprometida a obtener la ayuda que necesitaba. Les prometí que ya no me guardaría más mis luchas. Me comunicaría con profesionales que pudieran guiarme a través de mis desafíos y ayudarme a encontrar el camino de regreso a la felicidad. Quería que supieran que buscar ayuda no era un signo de

debilidad sino un paso valiente para sentirse mejor. Les expresé cuánto los amaba y apreciaba, y cómo su apoyo inquebrantable me había dado esperanza. Su creencia en mí me inspiró a enfrentar mis miedos y abrazar lo desconocido, sabiendo que ellos estarían ahí para mí en cada paso del camino. Mientras hacía esta promesa, la sala se llenó de amor, comprensión y compasión. No fueron sólo palabras; fue un compromiso con mi propio crecimiento y con la preservación de nuestro fuerte vínculo como hermanas. En ese momento, sentí que un peso se me quitaba de los hombros. Sabía que con su apoyo recorreríamos juntos este viaje, convirtiendo la oscuridad en luz y encontrando consuelo en nuestra búsqueda compartida de curación y felicidad.

Este verano ha sido duro, de eso no hay duda. Me obligó a enfrentar mi vulnerabilidad y reconocer mis propias luchas. Pero en medio de las dificultades, descubrí una nueva fuerza, una resiliencia enterrada en lo más profundo de mi ser. Me reveló un camino hacia la curación y el crecimiento.

Mientras miraba el cielo que gradualmente se iluminaba, una sensación de paz me invadió. La calidez de los rayos del sol tocó mi piel, ofreciéndome consuelo. En ese momento, me susurré a mí misma: –Puede que ahora mismo esté perdida, pero no me he ido. Y ahí es donde comienza mi viaje–.

Si mis palabras tuvieran poder aquí, me gustaría influir en quienes también están lidiando con sus propios desafíos. En particular los jóvenes que enfrentan las complejidades de la escuela, la salud mental y el impacto de la pandemia. Me gustaría ofrecerles consuelo, comprensión y un sentido de esperanza. Al compartir mi historia, espero hacerles saber que no están solos y que buscar apoyo es una fortaleza, no una debilidad.



# Quédate a mi lado

Rosena Petit Homme

Estudiante de la Universidad Stony Brook

Abro los ojos y los cierro lentamente, permitiendo que la oscuridad me sumerja en el breve momento de felicidad. Lejos de la realidad de mi mundo y de las noticias que acabo de recibir. Si tan solo parpadear tomará más de un milisegundo para tener tiempo suficiente para reflexionar sobre esta información recién encontrada.

El cáncer es un sustantivo tan negativo. Generalmente se correlaciona con una inevitable muerte dolorosa, algo que nadie querría experimentar jamás. Aunque en el caso de mi padre él sólo tenía cáncer de próstata curable.

Como haitianos, mi familia priorizaba la salud. Mis padres se aseguraron de mantenernos lo más en forma posible para asegurarnos una vida feliz. Eso significaba asistir siempre a las citas médicas, hacer estiramientos matutinos, infusiones de hierbas y oraciones diarias. Tantas oraciones. Todo lo que se pueda hacer para mantenernos sanos y vivos. Esta noticia fue como escuchar que nuestros métodos nos habían fallado. Nuestras oraciones no fueron escuchadas y ahora tenemos que afrontar la situación.

–Mwen pa vle fè operasyon an. (No quiero hacer la cirugía)-- dijo mi padre.

–¿Qué quieres decir con que no quieres hacer la cirugía--? Cuestione.

–Se desizyon mwen, Rosena. Sispann. (*Es mi decisión, Rosena. Suficiente.*)-- dijo asertivamente, enderezando los hombros y alejándose. Me di la vuelta, lista para seguirlo a la siguiente habitación, pero una mano me detuvo y agarró la mía. Me di vuelta para ver que era mi mamá quien me impedía seguir a mi padre.

–Li pè cheri. Li pa konnen kisa Operasyon an pral fè li. Pou kò li. (*Está asustado, cariño. No sabe qué le hará la cirugía. A su cuerpo--.*)

–Li tande kèk moun ap pale. Li pè pou li mwens gason. (*Escuchó a algunas personas hablar. Tiene miedo de ser menos hombre. Miedo de lo que perderá con este cáncer de próstata. Miedo de decírselo a la gente y que piensen diferente de él. No quiere perder eso. Perder eso es como morir para él, lo cual es peor que dejar que este cáncer se haga cargo--.*)

–Rosena, mwen bezwen di ou yon bagay. Yon bagay sou kansè an. ("*Rosena, necesito decirte algo. Algo sobre el Cáncer--.*") mi padre me dijo varios días después.

–mwen te toujou konnen. (*Siempre lo he sabido*–.) Se miro las manos como si estuviera evitando mis ojos a propósito. –Papa m te genye l. Mwen te konnen li tap vini pou mwen. (*Mi papá tenía esto. Sabía que vendría a buscarme a mí*–.)

Mi padre continúa: –Crecí en un pueblo pequeño y mi papá hacía de todo. Si alguien en el pueblo necesitaba ayuda, él era quien debía pedírsela. Él siempre dio. Él era un dador. Pero nunca tomó.

–Nunca acepté ninguna ayuda que pudiera dársele a otra persona. Nunca aceptó críticas ni comentarios, incluso cuando probablemente debería haberlo hecho. Era fuerte pero terco. Tan terco–. Él dijo. Se detuvo y me miró después de lo que pareció una eternidad.

–Tal vez por eso nunca supe de su enfermedad. Quizás por eso se negó a decirme nada hasta el punto en que ya no pudo ocultarlo más. Mi padre murió a los 55 años. Murió en el momento en que más lo necesitábamos. El momento en el que deberíamos haber sido nosotros los que él necesitaba por una oportunidad. Todas sus enfermedades lo alcanzaron y ya no pudo mantenerse en pie.

–Enterrar a mi padre fue lo más difícil que tuve que hacer. No supe del cáncer hasta que mi madre me lo contó unos días después. Lo único en lo que podía pensar era que si tal vez lo hubiera sabido, tal vez podría haberlo evitado. Quizás podría haberlo ayudado–. Él inclinó su rostro arrugado mientras el silencio llenó la habitación. El silencio se sintió denso y por un segundo pensé que me asfixiaría.

Mire a mi padre. Escuche la debilidad en su voz: el dolor y el miedo de lo que está por venir. Nunca conocí a mi abuelo, pero al escuchar a mi papá hablar: Nos transformamos en Haití. Estábamos uno al lado del otro y pude ver a su padre trabajando en su granja. Pude sentir el calor del sol golpeando nuestra piel, el aire seco rozando nuestras caras. Pude ver su cuerpo débil encorvado pero aún trabajando duro ya que no tiene otra opción. Pude verlo colapsar por el cansancio y no levantarse.

–¿Por qué nunca nos has dicho esto–? dije mirándolo. En sus ojos podía ver su miedo. Pude ver su preocupación, sus motivaciones, sus esperanzas y sueños y supe que estaba equivocado. Me estaba hundiendo en un agujero y no hay salida. ¿Quién soy yo para sentir lo que siento? Quizás su agujero sea 10 veces más grande. Quizás su agujero esté completamente tapado y se esté asfixiando. Me acerque y lo abrace. He vivido con él toda mi vida y nunca me di cuenta de lo pequeño que se había vuelto, de cómo sus delgadas y huesudas piernas presionan las mías.

–Está bien–, susurré –Gracias, papá–. Él asienta en respuesta, una pequeña sonrisa emergió en su rostro. Tal vez no lo dijo en serio y tal vez todavía tenía miedo de pensarlo, pero lo único en lo que podía pensar era en cómo me dio una oportunidad. Me permitió entrar en su mundo y compartió sus miedos y supe que no podía decepcionarlo.

Después de ese momento, finalmente accedió a que le extirparan el tumor. Tal vez mi perseverancia ayudó o tal vez él decidió por su cuenta. Tal vez después de sacar todo de este cofre, finalmente le permitió respirar. Estar atrapado en ese agujero probablemente era asfixiante, ya que lentamente se deslizaba más dentro cuanto más cargaba con sus secretos y miedos. Estoy feliz de que finalmente haya aceptado nuestra ayuda y haya salido. Tal vez no quería compartir la pesada carga, por miedo a que solo nos hiciera caer en nuestro propio agujero, pero desde el momento en que se abrió, he notado lo feliz que se ha vuelto.

Mientras me siento frente a él en la habitación del hospital, noto el brillo en sus ojos mientras mira a mis hermanos menores. Las arrugas que solían aparecer en su rostro son casi inexistentes y su cabello se ha vuelto un par de tonos más oscuro.

Mi padre, que siempre sintió que él era la última prioridad en nuestra familia, está verdaderamente en el centro. Su dolor era nuestro dolor y su historia también era la nuestra. Pero ninguna historia realmente termina y habrá más obstáculos que superar. Con suerte, esta vez los repasamos juntos para que nadie tenga que aguantar sus dolores hasta el punto de colapsar por el agotamiento. Con suerte, esta vez no sentirá que tiene que vivirlo solo.

# Sangre de guerreros

Hannah Solis

Estudiante de la Universidad Stony Brook

–Hannah, Emma, necesito decirles algo–. Mi hermana y yo giramos nuestros cuerpos para mirar a nuestra tía Noemí.

–Mi cáncer ha vuelto–. Después de escuchar eso, puedo ver sus labios moverse, pero no puedo escuchar las palabras que dice. Todos los sonidos se amortiguaron. Casi como un zumbido en el oído. El tiempo se detuvo. Mi corazón cayó a mi estómago.

¿De nuevo? ¿Tiene cáncer otra vez? ¿Pero ella acaba de ser declarada libre? ¿Podrá... podrá vencerlo de nuevo?

Mi tía rodea el sofá, nuestros ojos la siguen y se sienta a nuestro lado. –No te preocupes. Lo superé una vez. Puedo hacerlo otra vez. ¿Orarás conmigo–? Ella extiende sus manos hacia nosotros. Tomó su mano y la de mi hermana. "Oremos."

Puedo sentir que mis ojos empiezan a lagrimear, pero me digo a mí misma que debo contenerlas. "Tengo que ser fuerte." Abro los ojos después de orar y le doy un gran abrazo a mi tía, –Te quiero mucho–, le digo en voz baja. Realmente no sé hablar español, pero sí sé decir te amo. Esas fueron las primeras palabras en español que aprendí de mi familia.

–Yo también–, me dice mi tía mientras continúa tomando mis manos y me sonrío alegremente. Ella es una guerrera. Parece ser cosa de familia.

–Hannah, es hora de orar–. me dice mi tía en voz baja mientras extiende su mano. Tomo su mano mientras me lleva al altar. Ella se arrodilla y me mira, diciéndome: –Ven, como yo–. Miré alrededor de la habitación porque mi mente estaba convencida de que otros me estaban observando. –Pero tía, no sé cómo orar–. –Está bien, te enseñaré–. Mi tía da palmaditas en el suelo junto a ella. Me siento lentamente en el suelo y me acomodo para imitar su postura. –Repite después de mí–. Ella cierra los ojos. Entrecierra ligeramente uno de sus ojos para comprobar que estaba siguiendo lo que estaba haciendo. –Cierra tus ojos. Ahora comenzamos con el Padre Divino–, repito las palabras de ella. –Luego decimos por qué estamos agradecidos y qué necesitamos. Inténtalo–. Cómo oraría una niña de siete años, le di gracias a Dios por mi familia, por la comida, por todo. Recé para poder tomar un helado después de la iglesia y poder ir a Disneylandia. Supongo que una niña de siete años no tenía mucho de qué preocuparse: –Amén–.

Me pongo de rodillas. Excepto que esta vez no rezo ingenuamente por cosas como helados o Disneylandia. Mis oraciones no suenan muy articuladas con palabras grandes y anticuadas. En mi oración, simplemente le ruego a Dios que recupere la salud de mi tía. – Mi tía tiene cáncer

otra vez. Todo el mundo dice que es fuerte y yo sé que lo es, pero también es humana. Así que, por favor, haz que vuelva a estar sana—.

Mi tía nació en Acapulco, Guerrero, México. Mi tía se convirtió en maestra de escuela y trabajó con niños especiales. No es fácil convertirse en maestro de escuela. Estaba orgullosa de su logro. Por la forma en que me cuenta historias de cuando era maestra, me doy cuenta de que veo una mezcla de emociones que se agitan en su interior. Su expresión excitada de cuando estaba frente a la clase enseñando. Al terminar su historia, su expresión se llena de tristeza, sintiendo nostalgia de cuando era maestra. Se casó y tuvo tres hijos, todos ahora adultos con sus hermosas familias. Debió haber sentido que estaba viviendo feliz para siempre. Pero sus sueños se hicieron añicos.

Para ser honesta, no sé mucho sobre su pasado en México, historias que no están destinadas a los oídos de un niño, tal vez. A medida que crecí, supe que una de las principales razones por las que vino a Estados Unidos fue para escapar de su marido abusivo. Él la golpeaba. No sé mucho sobre él, sólo que no era una buena persona. Negro y azul y con dolor. El monstruo del hombre que se aprovechó de ella porque era más débil que él. A ella le resultó difícil alejarse de él. A menudo escuchamos historias de sobrevivientes de violencia doméstica. La respuesta de la gente siempre es: —¿Por qué no se fueron—? Lo que no saben es que hay mucho más en sus historias. La forma en que el miedo nos congela como un intento de protegernos. Cómo el amor nos hace quedarnos un poquito más. Cómo la esperanza nos roba la realidad de nuestras situaciones. Cómo escondió sus moretones del mundo, para poder continuar con la imagen de una esposa feliz que lo tiene todo; todos los demás envidian.

Con cada golpe su esperanza de volver a ser como antes, al irse, haciendo una mueca en el suelo, se decidió, tomó a sus hijos y echó a correr. Se escapó del monstruo y siguió corriendo hasta que estuvieron a salvo. Corrió con sus hijos hasta que llegaron a América. Ella vino a Estados Unidos en busca de seguridad y un nuevo comienzo.

Sin embargo, no pudo seguir siendo maestra de escuela ya que no era ciudadana estadounidense, sino que se convirtió en limpiadora de casas para sustentar a sus hijos. Para darles una vida llena de sueños y oportunidades estadounidenses. No puedo imaginar el dolor que debió haber sentido al vivir cómodamente, tener miedo todas las noches y que te quitaran tus sueños. De vivir en el lujo a vivir en proyectos en Los Ángeles. Mi tía vivía feliz para siempre, pero no como las de los cuentos de hadas. No hubo ningún caballero de brillante armadura que vino, la salvó del villano, y todos vivieron felices para siempre. No, ella misma tuvo que ponerse la armadura y luchar por su felicidad para siempre. Ahora ella es abuela. Pero no entiendo por qué ahora tiene que tener cáncer. ¿Porqué ella? ¿No una, sino dos?

Luchar... sobrevivir... debe estar en la sangre de mi familia. Tenemos sangre de guerrero.



© Hannah Solis, 2023



# Forma de mi corazón

By Renata Anqa

Supervisora de ENL e Idiomas Mundiales  
Distrito Escolar Central de Oyster Bay-East Norwich

La campana de advertencia sonó mientras mis estudiantes de secundaria seguían llegando a mi salón de clases. Como siempre, me quedé junto a la puerta viéndolos acercarse, así puedo medir su estado de ánimo observando sus rostros y su forma de caminar. ¿Están en un grupo involucrado en una animada discusión? ¿O caminar solos lentamente con los auriculares puestos mientras mantienen la mirada fija en una ola de estudiantes cuyo ritmo siguen mientras pasan a su siguiente período?

Intercambiando “Good Mornings”, “Buenos días”, “Holas”, sonrisas y choques de puños 'geniales' (¡sí, mis hijos eran así de geniales!), y mirando al salón de clases mientras todos se acomodan en sus asientos, mi atención se mueve rápidamente hacia Sandra entre unos pocos estudiantes que rápidamente están alcanzando la ola principal en el pasillo ahora casi vacío, caminando sola lentamente hacia mí, con la cabeza agachada y el rostro oculto por su largo y fibroso cabello.

La campana principal sonó, pero su ritmo no aceleró, como si no la hubiera escuchado, o su importancia como marcador del comienzo del período ni siquiera importará en absoluto. Para llamar su atención y poder mirarla a los ojos, intenté entablar una conversación. –Buenos días. Tú eres tarde hoy–, le dije suavemente en mi español principiante a este recién llegado, un menor no acompañado de Centroamérica, que no tenía familia aquí y vivía con un tutor asignado. Mi saludo fue recibido con silencio.

En lugar de contacto visual o una respuesta hablada, me encontré en el fuerte abrazo de Sandra. Mientras la abrazaba sentí su cuerpo temblar, y cuando la campana principal se silenció, la oí sollozar en voz alta. Nos quedamos congelados en ese momento durante lo que pareció toda una vida. –¿Qué pasó?–, pregunté. Mirando sus zapatos que ha estado usando todos los días desde que comenzó la escuela, pronunció con voz entrecortada: –Sra.... Tengo hambre–.

Mientras miles de pensamientos y recuerdos pasaban por mi mente, le hice una señal a mi asistente de maestro para que se acercara y le pedí que llevara a Sandra a la cafetería y luego a su consejero vocacional. Mientras se alejaban, con mis emociones a flor de piel, miré hacia abajo y me di cuenta de que mi camisa estaba empapada, como si las lágrimas de mi corazón hubiera roto una presa que con tanto esfuerzo había

construido desde que era un refugiado de la guerra civil hambriento en las calles de un país del primer mundo cuyo idioma no conocía y no podía expresar mi solitario corazón roto que simplemente no dejaba de llorar.

Luego, tomando conciencia de lo que me rodeaba, miré hacia el salón de clases lleno de 24 menores no acompañados de Centroamérica mirándome la mancha húmeda en forma de corazón en mi camisa en un silencio ensordecedor.



© Renata Anqa, 2023



**TESTIFY: MEMOIR AS A TOOL  
FOR BUILDING A MOVEMENT**  
**Freedom Forum**

**2023**

Heartfelt Thanks:

**Adelphi School of Social Work**

**Babylon Citizens Council on the Arts**

**ERASE Racism**

**The Humanities Institute at Stony Brook University**

**New York Council on the Arts**

**Suffolk County Office of Cultural Affairs**

**Wyandanch Plaza Association**

*Herstory*  
WRITERS NETWORK

© Copyright Herstory Writers Network 2023

All Rights Reserved

All paintings by Gwynne Duncan

