



**HRSG.  
DACHVERBAND DER MIGRANTINNENORGANISATIONEN  
(DAMIGRA) E.V.  
HIROKO TAKAHASHI, TAMARA LABAS**

# ZUGVÖGEL

**STORYTELLING**

**FLUCHT**

**MUTIGE  
FRAUEN  
ERZÄHLEN  
IHRE  
GESCHICHTE**

# IMPRESSUM

## Auflage 2019

### Herausgeberinnen

Dachverband der Migrantinnenorganisationen (DaMigra) e.V.

Hiroko Takahashi, Tamara Labas

Am Sudhaus 2

12053 Berlin

### Autorinnen

Abdo, Sherien: Seite 42, 43, 54, 55, 56, 57

Abdul Rahim, Saina: Seite 18, 19, 27, 28, 29, 34, 35, 60, 61

Azizi, Hasina: Seite 39

Behishty Rahmani, Benafsha: Seite 8, 9, 14, 15, 20, 21, 32, 33, 46, 47, 62, 63, 64

Faizi, Hamida: Seite 13, 25

Faizi, Nasima: Seite 23, 53, 73

Labas, Tamara: Seite 80-82

Maleki, Shahnaz: Seite 69

Manssouri Hamdaoui, El Ghalia: Seite 41

Mohammad, Mari: Seite 37

Nazir, Hafeeza: Seite 75

Nazir, Mahdia: Seite 45, 59, 77

Nazir, Nabila: Seite 71

Takahashi, Hiroko: Seite 11, 51, 67, 79, 83-85

### Gesamtleitung und Redaktion

Hiroko Takahashi

### Lektorat und literarische Leitung

Tamara Labas (Lyrikerin) [www.tamara-labas.de](http://www.tamara-labas.de)

### Übersetzung

Shabana Maliki, Mahdia Maleki (Dari/Farsi)

Sherien Abdo (Arabisch)

### Design und Illustration

Patricia Sant`Ana Scheld [www.illustralabor.com](http://www.illustralabor.com)

ISBN 978-3-9819672-9-6

### Druck und Bindung

druckwerkstatt Rödelheim, Biedenkopfer Weg 40a, 60489 Frankfurt am Main

(aus 100 % recyceltem Papier, ausgezeichnet mit dem Blauen Engel und EU Ecolabel)

Anfrage für Lesungen an: [storytellingflucht@web.de](mailto:storytellingflucht@web.de)

Abdruck oder Verbreitung auch in Auszügen nur mit ausdrücklicher Erlaubnis der Autorinnen. Alle Rechte vorbehalten.

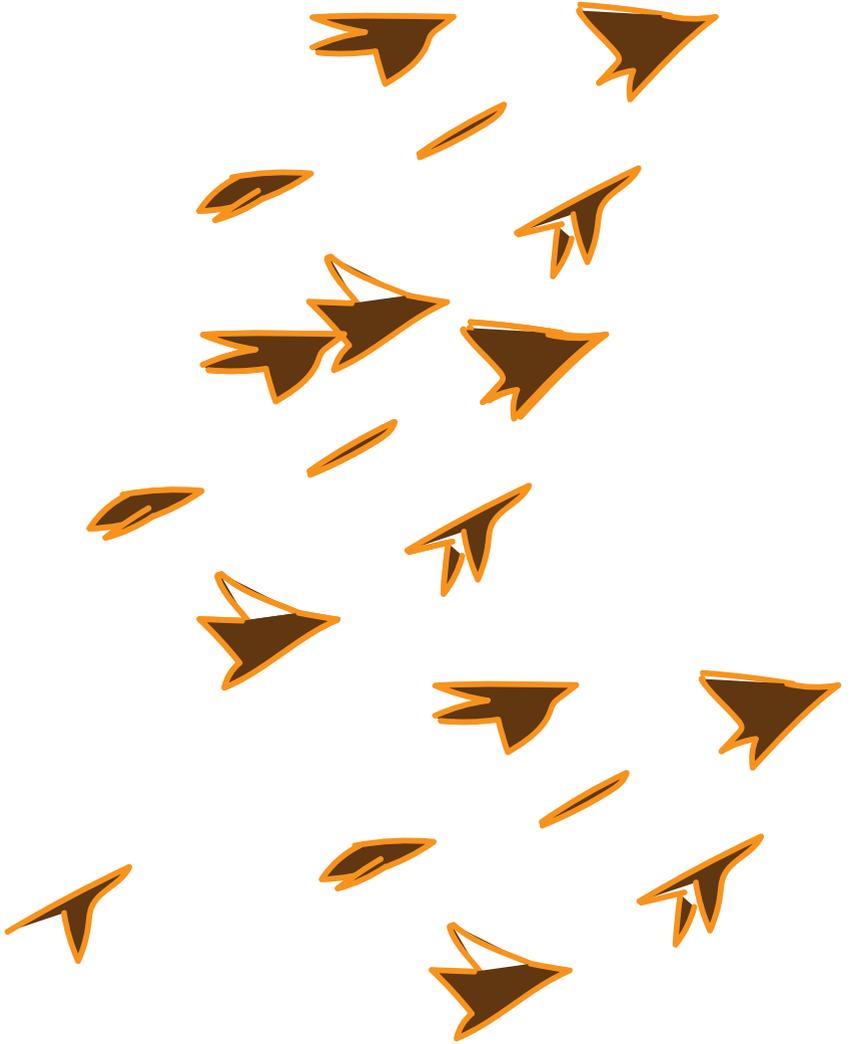
Die Veröffentlichung stellt keine Meinungsäußerung des BAMF oder der Beauftragten der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration dar.

Für inhaltliche Aussagen tragen die Autorinnen die Verantwortung.



Dieses Büchlein entstand im Projekt „Storytelling Flucht – Mutige Frauen erzählen ihre Geschichte“, Schreibwerkstatt für geflüchtete Frauen, initiiert von Hiroko Takahashi.

Das Projekt wurde umgesetzt im Rahmen von MUT-Macherinnen\*. Gefördert mit Zuwendungen für Maßnahmen zur Unterstützung von Flüchtlingsprojekten durch die Beauftragte der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration.



„Die Würde der Menschen und aller Lebewesen überall  
ist unantastbar.“  
Abdo, Sherien

„Flucht war meine schwierigste Entscheidung,  
die sich gleichzeitig zur besten Chance  
meines Lebens entwickelt hat.“  
Abdul Rahim, Saina

„Gesundheit, Glück, Freiheit für alle.“  
Azizi, Hasina

„Höre nicht auf zu lernen,  
von deiner Geburt bis zu deinem Tod.  
Wenn du die Sprachen kennst, kennst du die Welt.“  
Maleki, Shahnaz

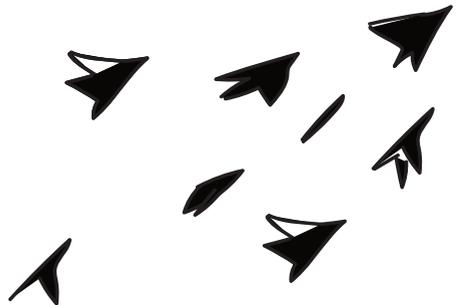
„Gute Freunde sind ein großer Schatz.“  
Sarghuna, Raufi

„Allah sei Dank, der mich als starke Frau,  
die ihren Wert und ihre Rechte kennt, erschaffen hat.“  
Manssouri Hamdaoui, El Ghalia

„Ich möchte Freiheit.“  
Nazir, Hafeeza

„Ich möchte Frieden.“  
Nazir, Nabila

# MUTTER



## مادر م دو تاست

مادر م، مادر وطنم اما!  
مادر م مریض و مادر م وطنم خراب  
آه! ای درد، وای از جنگ  
آرزوی دیرینه ی من، یکی سلامت و دیگر آباد گردد...

## بنفشه بهشتی رحمانی

## **Benafsha Behishty Rahmani**

### **Meine Mütter sind zwei**

Meine Mutter und mein Mutterland!  
Meine Mutter ist krank  
und mein Mutterland ist zerstört  
Oh Schmerz! Oh Krieg!  
Und diese ewigen Wünsche  
Genese, Mutter! Erneure dich, mein Mutterland!

## Hiroko Takahashi

### Mutter, du hast mich verlassen

Ich weiß ganz genau,  
dass du mich verlassen hast, weil du mich liebst  
Ich weiß ganz genau,  
dass du immer an mich denkst  
Und ich weiß ganz genau,  
dass du mich in jedem Moment umarmen magst

Zeit ist vergangen  
Luft, die zwischen dir und mir liegt  
Die Erde, die Jahreszeit auf Jahreszeit uns begleitet  
Die Gerüche, die uns gemeinsam gehören

Nun haben deine Früchte weitere Früchte gebracht  
Diese Ernte ist die Geschichte der Welt

Wenn du einem Samen vom Wind geweht begegnest  
dann stammt er von mir  
Ihn kannst du im Garten säen und warten  
bis seine Blüten Bienen anziehen

**Hamida Faizi**

## **Mutter, goldenes Wort**

Mutter ist das Wort, das alle Menschen kennen. Kein Satz kann dieses Wort ersetzen, kann es beschreiben. Von der Geburt bis zum Sterben denken wir ein Leben lang an dieses goldene Wort. Mutter.

Jede Mutter versucht, ihre Kinder durch alle Schwierigkeiten hindurch zu bringen. Bis die Kinder groß werden und in ihrem Leben Gutes tun können. Eine Mutter ist das schönste, goldenste Geschenk Gottes.

## مادر

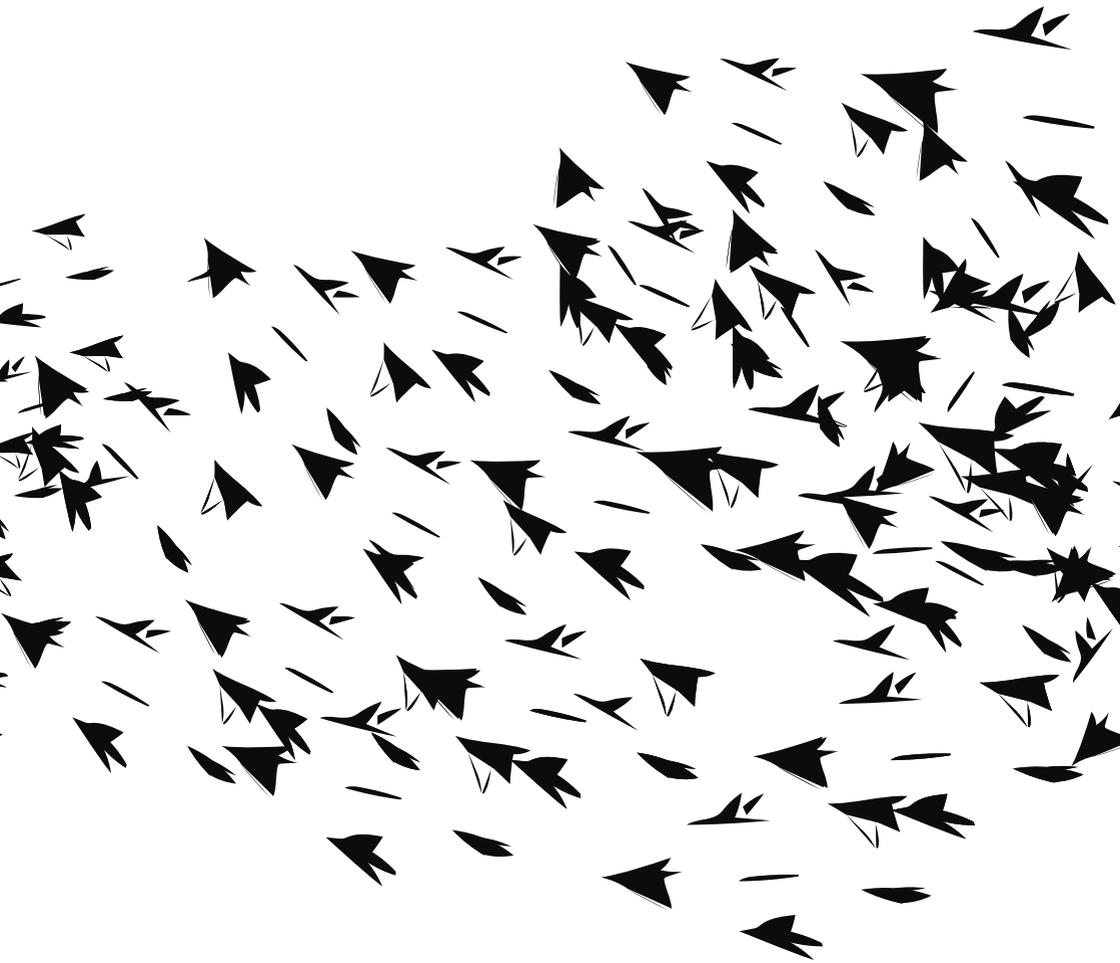
راحتم بگذار ای نفس  
امروز آتش مینوشم  
سوز و گداز دارم، با خدا راز و نیاز دارم  
ای درد  
ای درد!  
برو از تن ضعیف مادرم  
بیا به جان من  
بیا مرا ببر  
بیا مرا بنوش اما!  
برو راحت بگذار مادرم، راحت...  
خون از تندیس‌ه‌ی وجودم خشک شد  
دست و پایم لرزید  
آه و فریاد شدم  
دمی که زنگ آمد و گفت...  
پرخیز! مادر ات مریض است  
آب بودم، آتش گرفتم و خاکستر شدم و باد...  
خیلی دور ام از مادر، مهاجرم!...

**بنفشه بهشتی رحمانی**

## Benafsha Behishty Rahmani

### Mutter

Lass mich in Ruh, oh Atem!  
Heute trinke ich Feuer  
Verbrenne, möchte zu Gott sprechen  
Oh Schmerz!  
Oh Schmerz!  
Gehe vom schwachen Körper meiner Mutter  
Komm in meinen Leib  
Komm, nimm dich meiner an  
Komm, trinke mein Blut  
Aber gehe, und lasse von meiner Mutter ab  
Mein Blut verdorrte im Leibe  
Meine Hände und Füße erzitterten  
Bin zum Schrei geworden  
Im Moment des Anrufes, als sie sagten  
Steh auf! Deine Mutter ist krank!  
Wurde zu Wasser  
Wurde zu Feuer  
Wurde zu Asche und Wind...  
Bin so weit von meiner Mutter fort  
Bin eine Geflüchtete!





# FRAU

## زن

وجودش روشنایی  
وجودش مهربانی  
گفتارش دلخوشی  
نبودش تاریکی  
تلاشش آسایش زنده گی  
بودنش در جامعه و کنار مردان پیشرفت و ترقی  
پس نباید جنس دوم خطابش کرد  
نبايد بنام دختری کسی، خواهری کسی، مادری کسی و خانم کسی  
بگذاریم خودش باشد و با اسم خودش یادش کرد

**ساینا عبدالرحیم**

## Saina Abdul Rahim

### Frau

Ihre Geburt bringt Licht ins Leben  
Ihr Wesen Freundlichkeit  
Ihre Sprache Freude  
Ihre Abwesenheit Finsternis  
Ihre Arbeit Wohlstand  
Ihr Dasein in der Gesellschaft  
und Seite an Seite mit Männern  
Fortschritt und Entwicklung ins Leben  
Bezeichnet sie nicht als wertlos und unwichtig  
als Tochter von jemandem  
als Schwester von jemandem  
als Mutter von jemandem  
als Ehefrau von jemandem  
Lassen wir sie einfach sie sein  
und sprechen sie mit ihrem Namen an

## سنگسار زن

چهار سو غبار تلخ  
چهار سو مردان نامرد  
چهار سو جهل و ظلم  
یک عاجزه ی بی دست و پا  
نشسته میان آنها  
همه میزنند به سنگ ها  
دل های همه چی رنگ و سنگ  
یک مرد نعره میزند  
تند تند تره میزند  
هی هی هی شلاق آتشین!  
ملافتوا میدهد  
بزن!  
بکش!  
این زن است  
این عاشق است  
همین بود معنی زن در وطن من...

بنفشه بهشتی رحمانی

## Benafsha Behishty Rahmani

### Gesteinigte Frau

Überall bitterer Nebel  
Überall feige Männer  
Überall Barbarei und Grausamkeit  
Ohnmächtige Frau ohne Füße und Hände  
Umzingelt von Männern  
Alle werfen Steine  
Was tragen sie für steinige Herzen  
Einer feuert brüllend an  
Los los los  
Feurige Peitsche  
Der Mullah befiehlt  
Schlagt sie!  
Tötet sie!  
Das ist eine Frau  
Sie ist verliebt  
Das war der Wert einer Frau in meiner Heimat

## Nasima Faizi

### Als Frau geboren

Ich litt immer darunter, als Frau geboren zu sein. In Afghanistan war unser Leben voller Hindernisse und Einschränkungen. Besonders zur Zeit der Taliban durften Frauen nicht arbeiten und nicht ohne männliche Begleitung aus dem Haus gehen.

In Deutschland änderte ich meine Einstellung. Jetzt bin ich gerne eine Frau. Denn hier haben Männer und Frauen die gleichen Rechte und Freiheiten. Ich bin glücklich, dass mich meine Flucht nach Deutschland führte, in ein Land, in dem Gleichberechtigung herrscht.

Ich habe Heimweh. Wenn ich an die Probleme in Afghanistan denke, bete ich, der liebe Gott möge unser Land vom Bösen befreien. Damit wir wie andere Menschen in Frieden leben können.

## Hamida Faizi

### Frau

Frau kann Menschen auf die Welt bringen.

Frau kann einen Mann gebären.

Frau kann Mutter sein.

Frau kann Ehefrau sein.

Frau kann Schwester sein.

Frau kann Tochter sein.

Frau kann ein Geheimnis hüten.

Wir sollten eine Frau

nicht als das zweite Geschlecht ächten.

Eine Frau kann so viel.

Frauen können arbeiten wie Männer.

Viele Frauen sind stärker als Männer.

Frauen sind zu respektieren.

## Saina Abdul Rahim

### Freiheit

Frauen können alles  
Aber Krieg  
Keine Freiheit  
Keine Gleichberechtigung  
Keine Gleichheit  
All das sind Hindernisse für Frauen  
Aber ich bin eine starke Frau  
Und ich kämpfe mit alldem

## زنان افغانستان

زنان افغانستان زنان شجاع هستند. ما به پیشرفت های زیادی رسیده ایم اما هنوز باید راه طولانی را طی کنیم تا به آزادی و برابری دست بیابیم. این جاده دشوار است و پر از صخره های بزرگ اما ما این جاده را با شجاعت صمیمانه قدم میزنیم.

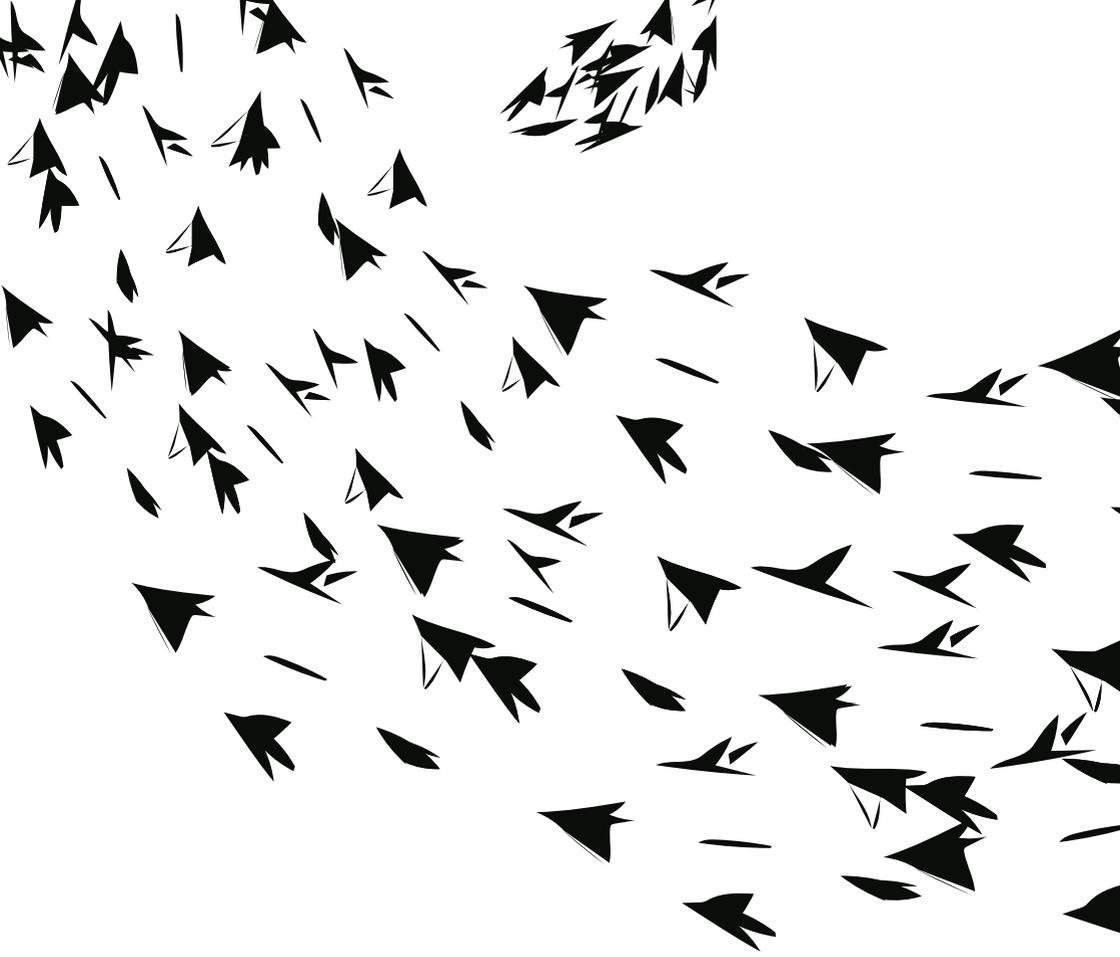
ساینا عبدالرحیم

**Saina Abdul Rahim**

## **Mutige Frauen**

Afghanische Frauen sind mutige Frauen.  
Wir haben schon viel erreicht. Aber es liegt noch  
ein langer Weg vor uns bis zur Freiheit und  
Gleichberechtigung.

Dieser Weg ist hart und er ist steinig. Aber wir  
gehen ihn aufrichtigen Mutes.





**MANN**

## اولین نگاه

سرشار از احساسی که تنم لرزید

برای یک نگاه!

نگاه یک مرد

آه

لذت آتش را چشیدم

آه

چه مرگ خوشگواری

مرگ تنهایی

شگوفه ها خندیدند

نسترن و لاله و نسرين و چمن پر از گل شد

از بوی معطر عشق

عشق برای یک مرد... ( همسرم )

**بنفشه بهشتی رحمانی**

## Benafsha Behishty Rahmani

### Der erste Blick

Gefühle, die meinen Körper erzittern ließen  
für einen Augenblick  
Blick eines Mannes

ah

Den Genuss des Feuers habe ich gekostet

ah

Was für ein genussvoller Tod  
Die Einsamkeit starb  
Die Blüten lachten

Rosen, Tulpen, Narzissen und das Gras  
in voller Blütenpracht  
Und Liebesduft  
Liebe zu einem Mann

## توچی میدانی!

توچی میدانی این دل خسته را که پشت پیراهنی از گل سرخ پنهان است چقدر دلتنگ توست.

اگر دهلیزهایش را ببینی که با نام تو تزیین شده و اگر صدای تند و هیجان آلودش را بشنوی آن وقت شاید کمی، فقط کمی مرا درک کنی، تو که هر شب به خوابم میایی چه میدانی این چشم که از میان تیرهای مژگان و کمان ابروان رد پای تو را دنبال میکند چقدر مشتاق دیدارتوست، مگر اینکه تو دوست بودی پس چارفتی و خودت را پشت امواج فاصله ها پنهان کردی و ابرهای گریان را به سوی من فرستاده یی تا همچنان و همواره به یادت ببارند.

خیلی دلتنگ توام، گلوی پراز بغض من هم چنان واژه دوستی را فریاد میزند تا باد صدایم را به سرزمینت برساند و بشنوی که هنوز هم دوستت دارم.

ساینا عبدالرحیم

## Saina Abdul Rahim

### Was weißt du

Was weißt du von diesem müden Herzen,  
welches hinter einem Kleid  
mit roten Rosen verborgen  
Wie sehr es dich vermisst  
Würdest du seine Umhüllung sehen,  
welche mit deinem Namen beschrieben  
Wenn du mein schnelles, rasendes Herzklopfen  
hören würdest,  
würdest du verstehen  
Du, den ich jede Nacht in meinen Träumen sehe  
Was weißt du, wie mein Auge,  
jeder Wimpernschlag  
unter dem Bogen meiner Braue  
deinen Fußspuren folgt,  
wie sehr es Sehnsucht nach dir hat  
Wenn du ein Freund wärest,  
warum bist du gegangen  
und hast dich fern von mir versteckt  
Die tränenden Wolken zu mir geschickt,  
damit sie mich an dich beharrlich denken lassen,  
mich weinen lassen  
Vermisse dich  
Meine erstickte Stimme fleht nach deiner Liebe  
Bis der Wind sie zu dir trägt und du hörst,  
ich liebe dich noch immer

## **Mari Mohammad**

### **Mein Sohn, mein Kind**

Nie würde ich Mutter werden können. Meine Niere war sehr krank. Sieben Jahre lang musste ich zur Dialyse. Die Ärzte sagten, ich würde kein Kind auf diese Welt setzen können.

Gleich gehe ich aus dem Haus. Und ich treffe meinen Sohn, mein einziges Kind. Er ist zu einem erwachsenen Mann geworden. Ich bin voller Glück. Ich bin dankbar.

## Hasina Azizi

### Vater

Ich hatte immer wieder von seinen guten Taten gehört. Er ist für mich ein Engel, ein göttliches Wesen.

Ich lernte ihn nicht mehr kennen, aber hatte viel über ihn gehört. Er hätte mich sicher sehr geliebt. Er gab mir einen Namen, der seinem Namen ähnlich ist.

Jeden Morgen schaute er nach dem Erwachen auf mein Gesicht, so wurde mir erzählt. Er war immer ein gutes Vorbild für uns, um in unserem Andenken weiterzuleben.

Mein verehrter Vater, mit deinem gutmütigen Wesen. Solange es die Welt geben wird, werden wir für Dich beten. Möge Gott Deine Seele segnen.

## El Ghalia Manssouri Hamdaoui

### Geborgen

Ich weine, wenn ich an meinen Vater denke. Ich vermisse ihn. Mein lieber Vater starb, als ich klein war. Er war alles für mich. Nicht nur ein lieber Vater. Er war wie ein Bruder, der mich ernst nahm, ein Freund, der mich verstand. Möge Allah seiner Seele Gnade schenken. Ich bete für ihn. Jeden Tag.

In Marokko gingen mein Vater und ich oft zum Markt, um Vieh zu verkaufen. Er hält mich an der Hand. Ich spüre die Wärme. Es ist so schön auf dem Markt. Ich bin glücklich. Die Sonne leuchtet. Es riecht nach frisch gekochtem Pfefferminztee, nach Kreuzkümmel, Fenchel, Anis und Kurkuma, nach frischem Brot, nach Musamman und Honig, nach Blumen, nach Tieren.

Das Glück hat mich und meine Familie lange begleitet. Als mein Vater starb, verließ mein Bruder die Schule, um uns zu ernähren. Dieses Opfer erbrachte er für uns.

Heute lebe ich mit meinem Mann in Deutschland. Auch er ist für mich ein Geschenk Allahs. Er gleicht meinem Vater. Ich bin von Liebe umgeben. Ich bin dankbar.

## أبي الحبيب رحمك الله

حب أبي وطيبته أعلى من أعلى القمم  
أبي الحبيب ماغرسته في نفسي وقلبي من حب  
وثقة بالنفس وحباً في العلم والتعلم وشجاعة وأخلاق ينمو  
ويثمر  
ولن يضيع أبداً  
أبي يا وردة أحلامي و ينبوع حناني يا شمس الأمانى  
وأحلى من فى الانام  
لن أنساك ولن أخذلك أبداً  
فقلبي مليء بذكراك

شيرين عبده

## Sherien Abdo

### Mein Vater

Papas Liebe und Gutmütigkeit ist so groß wie der höchste Berg des höchsten Gebirges.

Mein lieber Papa, was Du an Liebe, Selbstbewusstsein, Wissbegier, Neugier, Mut, Moral und Stärke in mein Herz gepflanzt hattest, wächst und gedeiht. Ich werde es nicht vergessen. Ich werde Dich nicht enttäuschen. Mein Herz ist voll von schönen Erinnerungen an Dich. Du bist die Quelle meines Wissens, das Fundament meiner Stärke, die Sonne meines Lebens.

**Mahdia Nazir**

## **Die Zeit lehrt uns alles**

Als Kind ängstigte ich mich vor Männern. Ich dachte, alle Männer seien schlechte Menschen ohne Herz. Denn ich sah viele Männer, sie schlugen ihre Frauen. Ich hütete mich davor, mit einem Mann ein Streitgespräch anzufangen. Doch im Laufe der Zeit lehrten mich meine Erfahrungen, dass es auch gute Männer auf der Welt gibt. Man sollte niemals sagen, alle Frauen seien gut – oder umgekehrt.

## مرد

مرد تکیه گاه  
مرد هستی و فرشته  
مرد آرامش و سعادت  
و مرد یعنی  
پدر  
برادر و همسر و همراز و فرزند .. و یعنی زندگی

اما!

اگر مرد باشد...

بنفشه بهشتی رحمانی

## Benafsha Behishty Rahmani

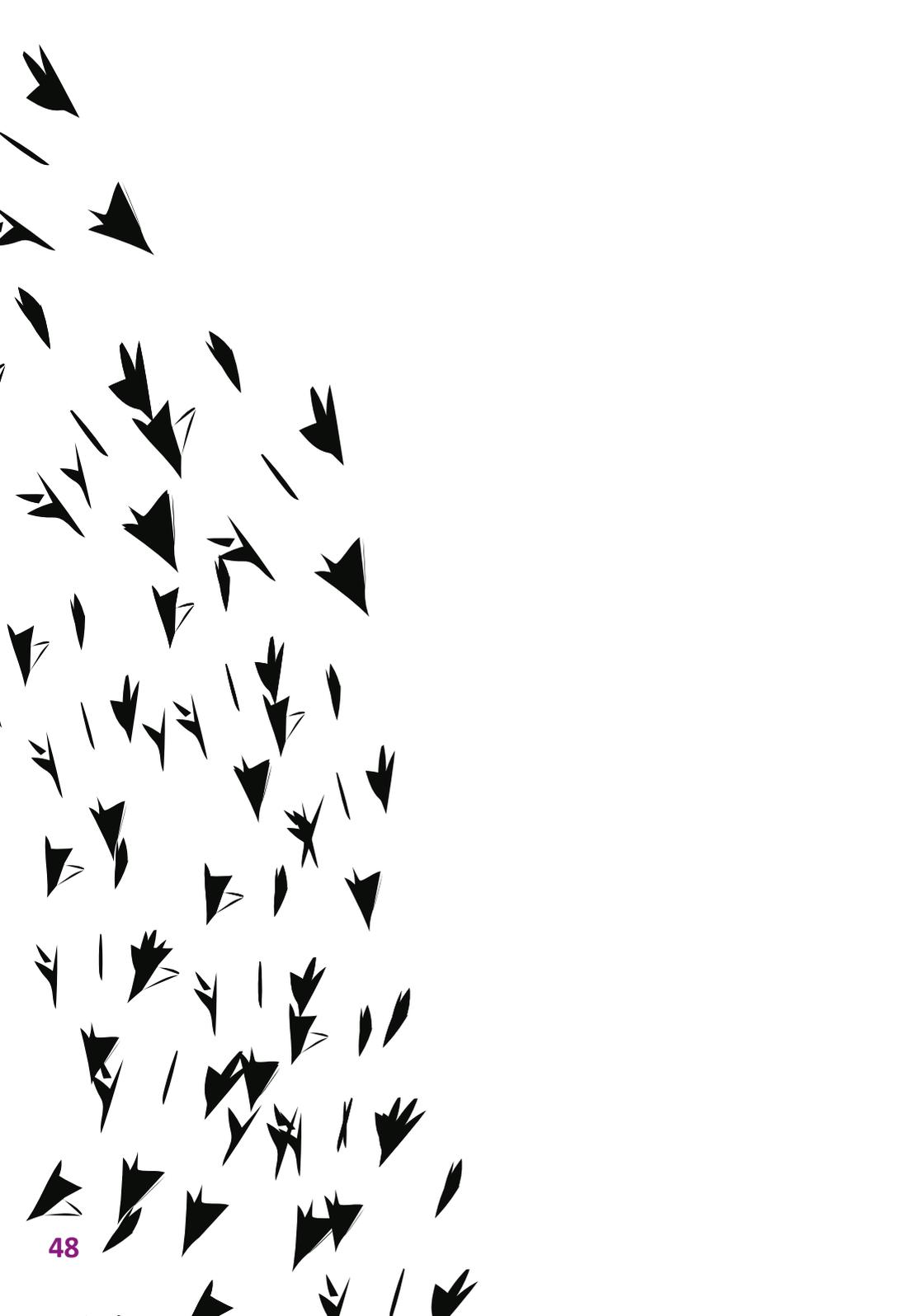
### Mann

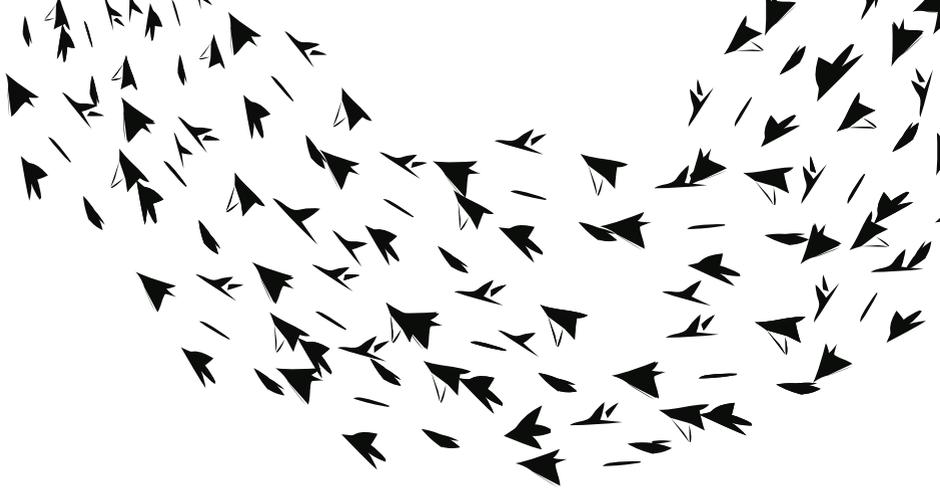
Ein Mann ist eine Lehne  
Ein Mann ist das Leben und ein Engel  
Ein Mann ist Ruhe und Glück  
Ein Mann bedeutet Vater, Bruder, Ehemann,  
Freund, Kind...

Und er bedeutet Leben

Nur!

Wenn er wirklich ein Mann ist





# **HEIMAT FLUCHT ANKOMMEN**

## Hiroko Takahashi

### Meeresklang

Zazaan.  
Der Klang des Meeres.

Ist da jemand?  
Ja, da ist jemand.  
Wer ist da?  
Da schwimmt ein Mann.  
Was macht er?  
Er bewegt sich mit Armen und Beinen.  
Hörst du was?  
Ja, ich höre was.  
Nnnn?  
Er schreit. Hör!  
Ja, er schreit, er ertrinkt gerade.  
Wo ist Hilfe?  
Bitte komm jemand.  
KOOOoMM!

Er bewegt sich immer weniger.  
Immer weniger, immer weniger.

Er ist jetzt in den Meeren.  
Jemand vermisst ihn für immer.  
Für viele bedeutet er nichts.

Zazaan.  
Ich höre jetzt nur das Rauschen des Meeres.

## Nasima Faizi

### Leben

Das Leben ist schön  
wenn es keinen Krieg gibt  
kein Mensch umgebracht wird  
Türen der Schulen für die Kinder offen stehen  
Gleichberechtigung herrscht  
Menschen frei sind.

## ديكتاتورية أو انقلاب

إنها جهنم من داخل البركان  
ليست جهنم العادله عقاب الجبابره  
بل جهنم الظالمه يدخلها ليس شياطين

الانس والجن وإنما الطفل والكبير  
المرأة والرجل ظالم وأكثرهم المظلومين  
بها الزبانية الساديين  
بتعذيب الخلق متلذذين  
بها المتفرجين والمخروسين والمنتفعين

والمعذبين المهانين

فيها السيء هو السيد  
فيها الظالم هو الناهب  
فيها الجيد هو الهالك  
وصاحب الحق بحياته دافع  
بها اصوات ورائحة  
كريهة منفرة فظيعة مدمره  
الدقيقة فيها كالسنه  
اليوم فيها كالدهر  
أسوارها حديد منصهر  
لا ترى فوهتها من أسفل البركان

## Sherien Abdo

### In jeder Art. Überall. Zu allen Zeiten.

Militärputsche oder Diktatorsysteme sind Synonyme für die Hölle auf Erden. Eine Hölle, wie im Inneren eines Vulkans. Eine gemeine Hölle ohne Gerechtigkeit.

Hier gehen alle durch. Egal ob Gute oder Schlechte. Ob Kinder, Frauen, Männer, Alt oder Jung. Alle. Ob Unterdrücker oder die Unterdrückten.

Im Inneren gibt es Sadisten, die andere Menschen mit Foltergelüsten quälen. Es gibt auch Zuschauer, Verstumpte, Gequälte und Erniedrigte.

Mittendrin ist der Schlechteste der Herrscher. Der Tyrann, Machthaber und Ausbeuter.

Dort drinnen ist der Gute der Leidende, der Zerschmetterte, der Verlierer und der mit seinem Leben Bezahlende.

Dort drinnen hat die Folter eine schreckliche Stimme, einen widerwärtigen Geschmack, einen grässlichen Gestank.

Qual ist grelles, grausames Geschrei.

أنا من مصر من بورما وافغانستان  
من العراق وليبيا ومصر وفلسطين

وإرتريا والكونغو وليبيريا وكل بلاد

الظلم وأيضاً مسلم في الصين  
هل لعذابي من نهاية؟  
هل هذا كابوس أم رواية؟  
متى الخلاص؟

هل يسمعني إلا العزيز الجبار؟

**شيرين عبده**

Dort drinnen ist eine Sekunde so lang wie ein Jahr  
und ein Tag wie ein Jahrhundert. Schmerzhaft.  
Unerträglich.

Die Wände des Vulkans sind unermesslich hoch  
und aus glühender geschmolzener Lava.

Töten ohne Sterben.

Ich bin aus dem Irak, Afghanistan, Libyen, Ägypten,  
Palästina, Eritrea, Kongo, Liberia und aus all jenen  
Ländern der Unterdrückten auf Erden zu allen  
Zeiten.

Wird diese Hölle auf Erden jemals ein Ende  
nehmen?

Ist das wahr oder nur ein Albtraum? Wird das  
jemals enden?

Wo ist die Zuflucht? Wie kann man dem  
entkommen?

## Mahdia Nazir

### Farkhunda

In Afghanistan hatte ich vieles gesehen und erlebt, das mich traurig machte und belastete. Ein besonders schlimmes Ereignis geschah am 19. März 2015 in Kabul. Vor der Shah-Do Shamshira Moschee. Farkhunda war eine junge Frau von 27 Jahren. Sie arbeitete als Religionslehrerin. Sie hatte schon häufiger mit Mullah Zainuddin diskutiert, der in dieser Moschee Amulette verkaufte. Sie wollte, dass er damit aufhörte, denn diese Amulette waren zu teuer. Auch steht im Koran nichts über Amulette. Sie wollte auch andere Frauen davon überzeugen, keine Amulette zu kaufen. An dem Tag ging sie in die Moschee, um zu beten. Mullah Zainuddin hatte Angst, kein Geld mehr mit seinen Amuletten verdienen zu können. Er sprach schlecht über Farkhunda vor den Menschen, die sich vor der Moschee versammelt hatten. Er sagte, Farkhunda habe den Koran verbrannt. Er brachte die Menschen gegen sie auf. Er hetzte und log.

Als Farkhunda aus der Moschee kam, wurde sie von der Menge beschimpft, mit Steinen beworfen und mit Holzknüppeln totgeschlagen. Ihr Körper wurde von einem Auto durch die Straßen geschleift. Als ich davon hörte, zerbrach etwas in mir.

## پرنده فراری

فرار از لانه و کاشیانه  
فرار از خیل پرنده گان آواره  
فرار از فضای دود و بارود زده  
فرار از شکار گولک شکارچیان درنده  
فرار از خفه کردن صدای مظلومان بی کسان  
فرار و گذشتن از قفس طلایی گرفته  
تاسکوت اختیار کردن،  
برای فرار از جنگ و نابود شدن در کاشانه  
فرار از افغانستان  
فرار از وطن ام...

عبدالرحیم ساینه

**Saina Abdul Rahim**

## **Zugvögel**

Wegfliegen aus dem Nest und dem Zuhause  
Wegfliegen aus diesem Schwarm der Zugvögel  
Wegfliegen aus der verschmutzten Luft  
Wegfliegen vor Schüssen der aggressiven Jäger  
Wegfliegen vor den stummen Schreien  
der Unterdrückten  
Wegfliegen vom goldenen Käfig voller Last  
Uns aus diesem Krieg retten  
Wir fliegen weg, um Ruhe zu finden  
Wegfliegen aus Afghanistan  
Wegfliegen aus der Heimat

## پرنده های مهاجر

شب ها چه ساده  
چشم به راه افسانه ی پسر شاه و پری  
تکرار و مکرر اما دلچسپ بود افسانه های پدر کلانم  
مرا پیوسته میبرد به شهر رویا و دریا و خیال و سراب...  
شب های سیاه و سفید  
اریکین روغنی  
نقل و نخود و چای سبز صندلی  
هوا چی سرد اما دل ها چی گرم بود  
ما  
چی کودکانه انتظار افسانه های دل انگیز پدر کلانم  
میگفت،  
پرنده ها مسافر اند  
فقط مزه ی نان و آب را با خود میبرند  
پرنده ها مهاجر اند...  
فصل ها خیلی بی رحم اند  
گرم میشوند و سرد  
بهار و خزان  
شب و روز  
ولی  
پرنده ی عاشق را مهاجر میکنند یا پرنده کگ میمیرد  
آن زمان دلم به حال پرنده ها می سوخت  
میگریستم

## Benafsha Behishty Rahmani

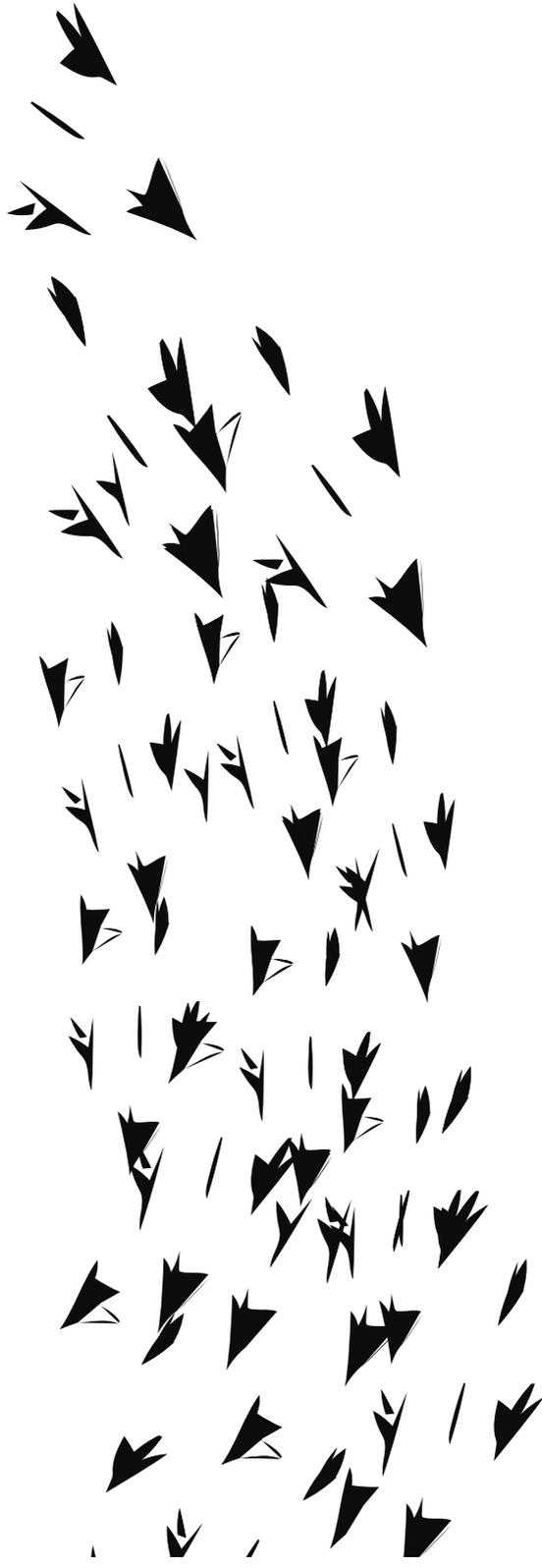
### Zugvögel

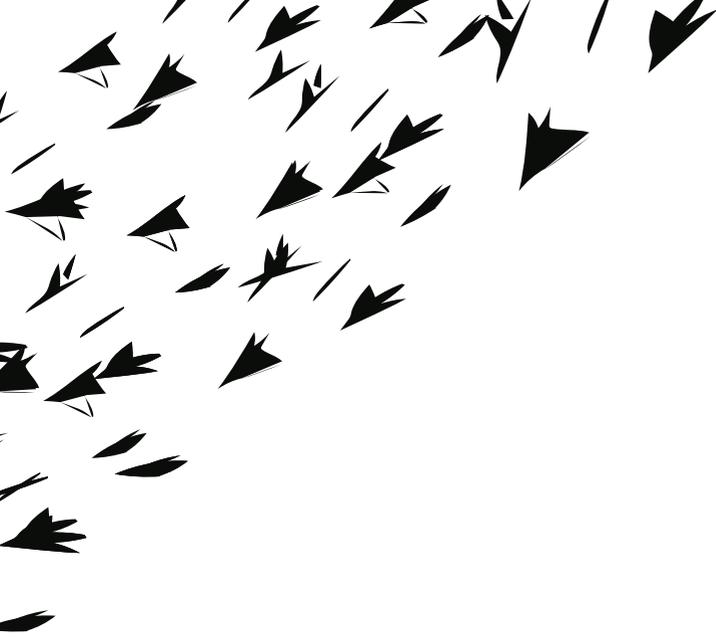
(Zusammenfassung des Gedichts „Zugvögel“)

Als ich klein war, hörten wir sehr gerne den Geschichten unseres Großvaters zu. Jeden Abend warteten wir auf eine neue Geschichte. Jedes Mal sprach er über die Vögel, welche hier bei uns zu Gast waren. Jeden Winter mussten sie aufgrund der Kälte fortziehen, nahmen das Essen und die ganzen Erinnerungen mit sich. Jedes Mal wurde ich traurig. Ich hatte Mitleid mit den Vögeln, da sie mal da und mal woanders sein mussten. Als mein Großvater verstarb, musste auch ich wie die Vögel fliehen. Ich erinnerte mich an die Zugvögel aus den Geschichten meines Großvaters. Ich fragte mich, weshalb mein Großvater so früh von uns gehen und ich so jung fliehen musste. Während der Flucht überquerte ich sehr viele Länder und Meere. Auf dem Meer beobachtete ich die Vögel, die so sorglos über das Meer fliegen dürfen. Während dieser Weg für mich - und ohne Flügel - wie ein langsamer Tod war. Die Flucht ist für mich ein langsamer und trauriger Tod.

و میگریستم  
پدر کلانم فنا شد و من مهاجر شدم  
اما نمیدانستم که مرگ چی ساده او را برد و زمان چی ساده  
مرا پرواز داد...  
هی میدان و طی میدان میدویدم از مرز ها .... و تمام راه  
باورم نمیشد  
بی بال میتوانم پرواز کنم همانند پرنده گک سوزوگداز کنم  
و گریستم و گریستم  
تنها و بی کس  
نه پدر و نه مادر و نه خواهر و برادر  
من قصه ی پرنده را خوش داشتم  
نه پرواز را  
نه داستان هجرت تکراری آنها را  
پرنده پر و بال داشتند  
گذشتن از آنها چی ساده است  
اما من چطور بگذرم از بحر ایژه بحر مرگ  
آبی به پهنای مرگ  
مرگ تدریجی  
پدر بخشش  
مادر بخشش  
گر بمیرم هجرتم تکراری نیست  
مرگ هجرت و حسرت است

**بنفشه بهشتی رحمانی**





## Hiroko Takahashi

### Flucht

Wollte ich das?

„Ja“, sagt die Eine.

Aber inwiefern?

Vielleicht war es eine längere oder eine kürzere Reise.

Es kommt darauf an, wie man es betrachtet.

Mmh.

Flüchte ich noch?

„Ich fürchte, ja“, sagt eine Andere.

Wovor?

Etwa vor dem Nirvana?

Dieses Nirvana ist dunkel.

Ja, ist es.

Aber es funkelt ganz leise.

Wie die Sterne.

Wie schön.

Das Nirvana ist doch eine Quelle, nicht?

Daraus fließt die Lava gelassen und klebrig.

Dennoch in schönem gemächlichem Takt.

Schuuuuuu...

Diese Flucht wirkt lange nach.

Sie endet noch nicht.

Sie wird nicht enden...

Aber das ist doch nicht so schlimm, oder? ;-)

## Shahnaz Maleki

### Traum

Bildung ist Grundlage für alles. Ohne Bildung keine Entwicklung, kein Weiterkommen, keine Selbstverwirklichung, kein Fortschritt, keine Persönlichkeitsentfaltung, kein Hinterfragen.

Ich wünschte mir immer, zur Schule zu gehen. Doch aufgrund der gesellschaftlichen Situation zur damaligen Zeit in Afghanistan war es mir nicht möglich. Denn die Schule war weit weg von unserem Zuhause. Mein Vater fürchtete, ich könne entführt oder belästigt werden.

Die meisten meiner Familienangehörigen waren gebildet. Ich leide bis heute darunter, nie eine Schule besucht zu haben. Ich bin traurig über die Tatsache, Deutsch nicht lesen und schreiben zu können. Menschen, die dies können, beneide ich. Im Alltag bin ich stets auf meine Kinder angewiesen. Ohne meine Kinder fühle ich mich verloren.

Jetzt lebe ich in Deutschland. Und hätte die Möglichkeit, meinen Traum zu erfüllen, mich zu bilden und im Leben voran zu kommen. Aber ich bin alt. Und habe viele Probleme. Das Lernen ist mir nicht möglich.

Es war mir wichtig, meine Kinder in der Schule und lernen zu sehen. Ich tat alles für den Erfolg meiner Kinder. Und dieser Traum ging in Erfüllung. Ich bin stolz auf meine Kinder. Ich schließe sie in alle meine Gebete ein.

**Nabila Nazir**

## **Mein größter Wunsch**

Mein Mann und ich leben heute in Deutschland. Unsere drei Söhne sind in der Türkei im Exil. Das Leben in Afghanistan ist noch immer sehr gefährlich.

Ich bin unendlich traurig. In Afghanistan war unsere Familie beisammen. Wir hatten ein gutes Leben. Mein Mann arbeitete als Dokumentarfilmer. Die Kinder gingen zur Schule. Heute sind wir getrennt. Meine drei Söhne weit weg in der Türkei. Sie weinen viel. Das zerstörte meine Gesundheit. Ich bekam Diabetes. Letzte Woche musste ich im Krankenhaus verbringen.

Mein größter Wunsch ist, meine Kinder kämen hierher und wir könnten wieder als Familie zusammen leben.

## Nasima Faizi

### Frieden

Als Frau denke ich oft darüber nach, wie schön es gewesen wäre, wenn es in Afghanistan keinen Krieg und keine Unterdrückung der Frauen gegeben hätte. Wir wären nicht gezwungen gewesen, zu fliehen. Ich hatte lange darauf gehofft, dass bald Frieden im Land herrscht. Aber das geschah nicht. Ich musste fliehen.

Jetzt bin ich alt. Es ist zu spät für mich, hier beruflich Fuß zu fassen. Meine Zeugnisse wurden nicht anerkannt. Die deutsche Sprache ist so schwer. Ich kann meinen Beruf nicht mehr ausüben. Trotzdem. Ich bin glücklich, hier in Frieden zu leben.

## Hafeeza Nazir

### Umbrüche

Ich komme aus Afghanistan. Dort machte ich mein Abitur, arbeitete fünfzehn Jahre in einer Bank und leitete zehn Jahre einen Kindergarten. 2015 musste meine Familie in die Türkei fliehen. Die Polizei trennte uns. Ich kam nach Deutschland. Hier lebte ich nun als Frau alleine. Ohne Eltern, ohne meinen Mann, ohne meine Kinder. Ich war von Einsamkeit umgeben. Nach einem Jahr endlich konnten meine Kinder zu mir kommen. Meine Fröhlichkeit kehrte zurück.

Trotz der schlimmen Erfahrungen gab es auch gute Augenblicke. Ich verlor viel, doch gewann ich auch etwas. Ich bin in Deutschland nicht zu Hause. Aber die Menschen aus meiner Heimat geben mir hier Halt.

Nie wieder will ich in meine Vergangenheit zurückkehren. Es ist gut, in einem Land zu leben, in dem Menschen mich respektieren. Dafür bin ich dankbar.

Einmal wurde ich krank in Deutschland. Ich kam ins Krankenhaus. Ich sprach ja kein Deutsch. Doch die Menschen, die dort arbeiteten, waren sehr bemüht, mich zu verstehen. Auch wenn wir mit Händen und Füßen sprachen, wir haben uns verstanden.

## Mahdia Nazir

### Heimat ist dort, wo man sich wohl fühlt

Ich denke immer an meine Heimat. Meine Heimat ist wie meine Mutter. Ich war wohl ein herzloser Mensch und habe meine eigene Mutter verlassen. Doch weiß ich nicht, ob ich leide, weil ich mein Land vermisse. Oder wegen der täglichen schlechten Nachrichten aus meiner Heimat. Ich weine, wenn ich an meine Heimat denke. Obwohl ich schon lange hier lebe. Heimat ist etwas, das man nicht vergessen kann.

Mein Körper schmerzt und mein Herz erzittert, sobald mich Nachrichten aus der Heimat erreichen. Immer diese Angst, Schlechtes über meine Heimat zu hören. Wenn man hier etwas über Afghanistan hört, dann: es sei ein unterentwickeltes Land, es gebe keine Gleichberechtigung, keine Gerechtigkeit. Dass dort immer Krieg sei.

Ich wünsche mir für alle Afghanen, ob Frau oder Mann, dass sie lernen und sich weiterbilden. Natürlich ist es mühevoll, in einem fremden Land, in einer anderen Kultur zu leben. In Afghanistan ist aber Krieg und das Leben ist schwer. Hier gibt es andere Schwierigkeiten. Doch wir müssen diese Schwierigkeiten überwinden. Deutschland hatte uns beschützt. Jetzt sind wir für die Zukunft Deutschlands mitverantwortlich. Was können wir tun?

Ich will hier in Deutschland lernen. Ich möchte Programmiererin werden und hilfreich für Deutschland sein. Ich will zeigen, dass nicht alle Menschen in Afghanistan gleich sind. Ich will beweisen, dass eine afghanische Frau vieles schaffen kann, auch wenn sie in ihrer Heimat in vielem behindert wurde.

Wir sollten Deutschland als unsere zweite Heimat annehmen und lieben.

## Hiroko Takahashi

### Heimat und Liebe

Meine Heimat.  
Winzige Sehnsucht.

Kindheit mit Zebrastreifen  
auf dem Weg in die Schule.  
Tennisball mit zurückkommender  
Schnurfunktion.  
Ein Granatapfelbaum, der so schön steht.

Ich puste ganz sachte, aber langatmig.  
Wo geht meine Erinnerung hin?

Dort in den Himmel!  
Diesen Himmel schaust du auch?  
Die Sterne in der Nacht auch?

Wir sind da.  
Wir sind alle da.  
Nur einfach an anderen Orten.

Uns verbinden aber Vögel, Insekten, Pflanzen,  
Luft, Wasser und die Erde.  
Oder, Mutter Erde?

# NACHWORT

Zugvogel mit gebrochenem Flügel, tiefer Trauer im Herzen, gelandet im Nest, das nicht nach Heimat duftet. Heimat – ein Wort voller Sehnsucht und bitterer Würze.

Manchmal suchen Gedanken, Gefühle, Erlebtes nach dem geschriebenen Wort. Das geschriebene Wort möchte dann weiter getragen werden in der Hoffnung, die Welt möge zu einem besseren Ort werden.

Es kostet Überwindung, seiner eigenen Verletzlichkeit zu begegnen. Wieviel schwerer ist es, andere davon Zeuge werden zu lassen. Doch der seelische Schmerz sucht durch das Tal der Tränen seinen Weg, um wieder im Zukunftsglauben anzukommen und eine neue Skizze vom eigenen Leben im Zwischenraum von Dort und Hier zu zeichnen.

Ein Zugvogel kehrt immer wieder zurück. Doch wo ist sein Zurück? Seine Heimat ist hier und dort. Und wie ist es bei einem Zugvogel mit gebrochenem Flügel, der eigentlich ein heimischer Vogel sein wollte?

Die Autorinnen\* sprachen und schrieben darüber, wie es für sie ist, die Mutter in der fernen Heimat schwer erkrankt zu wissen und ihr als Tochter\* nicht beistehen zu können. In der Fremde selber Mutter geworden zu sein und in diesem Augen-

blick die Sehnsucht nach der eigenen Mutter aufbrach. Wie schmerzhaft es ist, in der Heimat gehindert worden zu sein, eine schulische Bildung zu erhalten, nur weil man eine Frau\* ist. Wie schmerzhaft es ist, als hochqualifizierte Frau\* den Beruf nicht mehr ausüben zu können. In der Heimat nicht, wegen der politischen und gesellschaftlichen Hindernisse und in Deutschland, weil die Qualifikation nicht anerkannt wird und die Sprachkenntnisse fehlen. Doch gerade die Flucht - die sich wie „ein langsamer und trauriger Tod“ anfühlte - und das schmerzhaft Ankommen in der Fremde verhalfen den Autorinnen\*, ihr Selbstbewusstsein (wieder) zu erlangen und Respekt für sich einzufordern.

Es war mir eine große Freude, den Autorinnen\* Gehör zu schenken und sie anzuleiten, ihre Gefühle in literarische Texte zu fassen. Die Autorinnen\* schrieben in ihrer Muttersprache, weil sie der deutschen Sprache nicht genügend mächtig sind. Diejenigen unter ihnen, die Analphabetinnen\* sind, diktierten den Sprachmittlerinnen\*, was sie zu erzählen hatten. Mithilfe der Sprachmittlerinnen\* und der jeweiligen Autorin\* versuchte ich anschließend, in Feinarbeit und Wort für Wort das Geschriebene zu erfassen, um es literarisch ins Deutsche zu übertragen. Die Texte der Lyrikerinnen\* unter den Autorinnen\* waren für mich eine besonders schöne Herausforderung.

Die Lesung im Haus am Dom in Frankfurt am Main am 28. Oktober 2019 war eine große Anerkennung für die Autorinnen\*. Der Saal war bis zum letzten Platz gefüllt, die Zuhörer interessiert an ihren Geschichten und von diesen berührt. Hiroko Takahashi und ich wussten, dass wir an diesem Punkt nicht enden können. So entstand diese Anthologie. Mögen die Worte aus diesem Büchlein zu unverwundbaren Zugvögeln werden und gegenseitiges Verständnis unter die Menschen bringen. Dies wäre auch der größte Wunsch der Autorinnen\*.

Für das Gelingen dieses Buches danke ich allen Beteiligten sehr herzlich. Mein ganz besonderer Dank gilt Hiroko Takahashi, die dieses Projekt mit hohen Ambitionen startete, mit unermüdlicher Energie organisierte und zum Abschluss brachte. Auch für unsere wunderbare Zusammenarbeit. Ausdrücklich danke ich den Sprachmittlerinnen\*, ohne die ich diese Schreibwerkstatt nicht hätte leiten und die lyrischen Texte ins Deutsche literarisch übertragen können. Last but not least – danke ich vornehmlich den Autorinnen\* für ihr entgegengebrachtes Vertrauen und den Mut, sich mit ihrem Schmerz zu zeigen und diesen ins lyrische Wort zu fassen.

**Tamara Labas**

Lyrikerin, Literarische Leitung

# NACHWORT

So sehr von Herzen und mutig sind die Texte!

Sie entstanden in einer angeleiteten Schreibwerkstatt für geflüchtete Frauen, die zwischen Mitte September und Ende Oktober 2019 in Frankfurt am Main stattfand.

An sieben intensiven Samstag Nachmittagen beschäftigten wir uns mit unserem Leben und unseren Geschichten. Es war großartig, einen Raum zu haben, diesen miteinander zu teilen, sich zu finden, zu verständigen und neue Sichtweisen zu entwickeln.

Wir durchlebten Inspiration, Lebensfreude, Trauer, Hoffnung, Glück und Dankbarkeit. Wie das Leben manchmal so spielt, sind die Texte auch teilweise unter schwierigen Umständen entstanden. So gab es viel Unruhe, etwa mit weinenden Kindern auf dem Schoß oder dem simultanen Dolmetschen auf Persisch und Arabisch. Und es entstanden dennoch schöne Werke.

Ursprung dieses Projektes war meine Neugierde auf die Geschichten der geflüchteten Menschen. Sie werden oft leider nur als Zahlen behandelt oder in Zusammenhang mit einer politischen Ideologie thematisiert. Bei der Teilnahme an einer vergangenen Schreibwerkstatt hatte ich selbst die Geschichten geflüchteter Autorinnen\* erfahren. Gleich war ich überzeugt, dass solche Geschich-

ten weitererzählt und gehört werden sollten. Die Frauen verließen schweren Herzens ihre Heimat und wagten eine lebensbedrohliche Flucht. Diese spezielle Erfahrung prägt mit Emotion und Sensibilität ihre Texte in besonderem Maße. Und doch sind die Frauen genauso unterschiedlich und vielfältig wie wir alle.

So bedanke ich mich bei allen Teilnehmerinnen\* und besonders bei den Autorinnen\*, die dieses Projekt überhaupt erst möglich machten und mit ihrer Offenheit ihre Geschichten und Erlebnisse mit allen teilten.

Darunter waren ja sogar mehrere Analphabetinnen\*, die uns mit ihren Gedanken und ihrer Erfahrung enorm inspirierten.

Ich bedanke mich ebenfalls bei der Lyrikerin Tamara Labas, die die Schreibwerkstatt mit viel Engagement und Erfahrung leitete und die lyrischen Texte literarisch übertrug. Dadurch, dass Tamara uns die Form der Lyrik beibrachte und auch ich versuchte, mich in lyrischer Form mit den Dingen auseinanderzusetzen, spürte ich plötzlich, von einer Last befreit zu werden. Lyrik hat die Kraft, das Leben so kreativ zu umschreiben und ein neues Kapitel aufzuschlagen. Auch die Korrekturarbeit mit Tamara war äußerst spannend, erlebnisreich und bereichernd.

Sehr wichtig waren außerdem die Sprachmittlerinnen\* und die ehrenamtlichen Muttersprach-

lerinnen\*, die die Texte mit viel Herz ins Deutsche übersetzten. An dieser Stelle bedanke ich mich deshalb bei Brigitte Klaß, Claudia Biner, Friederike von Gierke, Isabelle Mathes, Laura Winter, Mahdia Maleki, Shabana Maliki, Sherien Abdo und Violeta Sadiku. Nur in so einem hochmotivierten Team konnte dieses Projekt gelingen.

Während der Schreibwerkstatt, der anschließenden öffentlichen Abschlusslesung im Haus am Dom und der Endkorrektur sowie Redaktion dieser Anthologie konnten wir eine begleitende Kinderbetreuung anbieten. Somit bedanken wir uns alle bei den liebevollen Kinderbetreuerinnen\*, Ilham und Nassira Amjahid, die unsere Arbeit sehr erleichterten.

Mein Dank gilt nicht zuletzt dem Projektträger DaMigra e.V., der den Wert dieses Projektes schätzte und ideell sowie finanziell unterstützte. Insbesondere danke ich Ekin Polat für die hervorragende Zusammenarbeit und ihr stets offenes Ohr. Und allen weiteren unterstützenden Institutionen und Personen, die uns mit Rat und Tat beistanden.

Schön, dass wir uns begegnet sind.

## **Hiroko Takahashi**

Gesamtleitung des Projektes „Storytelling Flucht – Mutige Frauen erzählen ihre Geschichte“

# INHALTSVERZEICHNIS

Intro .....	5
<b>Mutter</b>	
Meine Mütter sind zwei (Benafsha Behishty Rahmani) .....	8
Mutter, du hast mich verlassen (Hiroko Takahashi) .....	11
Mutter, goldenes Wort (Hamida Faizi) .....	13
Mutter (Benafsha Behishty Rahmani) .....	14
<b>Frau</b>	
Frau (Saina Abdul Rahim) .....	18
Gesteinigte Frau (Benafsha Behishty Rahmani) .....	20
Als Frau geboren (Nasima Faizi) .....	23
Frau (Hamida Faizi) .....	25
Freiheit (Saina Abdul Rahim) .....	27
Mutige Frauen (Saina Abdul Rahim) .....	28
<b>Mann</b>	
Der erste Blick (Benafsha Behishty Rahmani) .....	32
Was weißt du (Saina Abdul Rahim) .....	34
Mein Sohn, mein Kind (Mari Mohammad) .....	37
Vater (Hasina Azizi) .....	39
Geborgen (El Ghalia Manssouri Hamdaoui) .....	41
Mein Vater (Sherien Abdo) .....	42
Die Zeit lehrt uns alles (Mahdia Nazir) .....	45
Mann (Benafsha Behishty Rahmani) .....	46
<b>Heimat   Flucht   Ankommen</b>	
Meeresklang (Hiroko Takahashi) .....	51
Leben (Nasima Faizi) .....	53
In aller Art. Überall. Zu allen Zeiten. (Sherien Abdo) .....	54
Farkhunda (Mahdia Nazir) .....	59
Zugvögel (Saina Abdul Rahim) .....	60
Zugvögel (Benafsha Behishty Rahmani) .....	62
Flucht (Hiroko Takahashi) .....	67
Traum (Shahnaz Maleki) .....	69
Mein größter Wunsch (Nabila Nazir) .....	71
Frieden (Nasima Faizi) .....	73
Umbrüche (Hafeeza Nazir) .....	75
Heimat ist dort, wo man sich wohl fühlt (Mahdia Nazir).....	77
Heimat und Liebe (Hiroko Takahashi) .....	79
Nachwort Tamara Labas .....	80
Nachwort Hiroko Takahashi .....	83



## Projekträger



## Förderer

### Gefördert durch



Die Beauftragte der Bundesregierung  
für Migration, Flüchtlinge und  
Integration

### im Rahmen des Projektes



ISBN 978-3-9819672-9-6