

Education & Theatre

Vol 26 (2025)

Education & Theatre



Echoes of Resistance

Khitam Edelbi, Shams Almanal Timraz

doi: [10.12681/edth.43250](https://doi.org/10.12681/edth.43250)

To cite this article:

Edelbi, K., & Almanal Timraz, S. (2025). Echoes of Resistance : The role of storytelling and performing arts in preserving Palestinian identity. *Education & Theatre*, 26, 42–53. <https://doi.org/10.12681/edth.43250>

Αντίλαλοι της αντίστασης

Ο ρόλος της αφήγησης ιστοριών και των παραστατικών τεχνών στη διατήρηση της παλαιστινιακής ταυτότητας

<https://doi.org/10.12681/edth.43250>

Khitam Edelbi & Shams Almanal Timraz

Περίληψη

Αυτό το άρθρο εξετάζει την κεντρική θέση της φωνής των αυτοχθόνων στη μετάδοση της ιστορικής μνήμης, τονίζοντας τον ρόλο της στη διατήρηση της συλλογικής ταυτότητας και στον οραματισμό του μέλλοντος. Στο παλαιστινιακό πλαίσιο, η αφήγηση λειτουργεί τόσο ως πολιτιστικό αρχείο όσο και ως πράξη αντίστασης, αντισταθμίζοντας τον κατακερματισμό μέσα από τη συνέχεια της αφήγησης. Η ανάλυση ασχολείται με ενσωματωμένες μορφές τέχνης, όπως ο χορός dabkeh, το θέατρο, η λογοτεχνία και η τοιχογραφία-γκράφιτι στο τείχος διαχωρισμού, που αποτελούν ζωτικούς τρόπους πολιτιστικής έκφρασης και πολιτικής μαρτυρίας.

Η κληρονομιά του Ghassan Kanafani βρίσκεται στο προσκήνιο, αναγνωρίζοντας την άποψή του ότι η αφήγηση ιστοριών αποτελεί πολιτιστική επιβίωση αλλά και επαναστατική πράξη.

Οι συνεισφορές των Khitam Edelbi και Shams Almanal Timraz ενισχύουν περαιτέρω τη συζήτηση με δύο ιστορίες των αδελφών τους: τη μια ιστορία αφηγείται η Muhibah Edelbi, την άλλη η Sabha Timraz. Ανακαλώντας τις διαγενεακές μνήμες της εκτόπισης των Παλαιστινίων από το Al-Birwa and και το Asdoud κατά τη διάρκεια της Νάκμπα¹ του 1948, αυτές οι ιστορίες λειτουργούν ως αντίσταση μέσω της μνήμης ενάντια στη εξάλειψη.

Το άρθρο ολοκληρώνεται με την εξέταση του ρόλου των γκράφιτι κατά τη διάρκεια της Πρώτης και της Δεύτερης Ιντιφάντα και της διευρυμένης εμβέλειας της παλαιστινιακής αφήγησης μέσω του θεάτρου και των ψηφιακών μέσων, τα οποία συνεχίζουν να ενισχύουν τις περιθωριοποιημένες φωνές προωθώντας τις σε παγκόσμιες πλατφόρμες.

Λέξεις-κλειδιά: αφήγηση, παραστατικές τέχνες, παλαιστινιακή ταυτότητα, Γάζα, Ghassan Kanafani, μνήμη, αντίσταση, ιθαγενείς λαοί, παραμύθια, τοιχογραφία-γκράφιτι, διαγενεακό τραύμα, ψηφιακά μέσα.

Εισαγωγή

Σε όλες τις κοινότητες αυτοχθόνων παγκοσμίως, η αφήγηση ιστοριών και οι παραστατικές τέχνες έχουν χρησιμεύσει ως ιερές κιβωτοί μνήμης, αντίστασης και ταυτότητας. Όπως υποστηρίζουν οι Siim και Ritskes (2013, 5), «Οι ιστορίες γίνονται μέσα για τους αυτόχθονες πληθυσμούς τόσο για να συνειδητοποιήσουν την αποικιακή βία όσο και για να αντισταθούν σε αυτή με ουσιαστικούς τρόπους. Υπάρχει μια μορφή ενσώματης αμοιβαιότητας μεταξύ ενός λαού και των ιστοριών του».

Πολύ περισσότερο από τρόποι ψυχαγωγίας, αυτές οι δημιουργικές μορφές έκφρασης λειτουργούν ως εργαλεία επιβίωσης, ανθεκτικότητας και αντίστασης ενάντια στην αποικιοκρατική βία και την πολιτιστική εξάλειψη. Από τον ρυθμικό παλμό της προφορικής ποίησης μέχρι τον οπτικό συμβολισμό που ενσωματώνεται στις παραδοσιακές χειροτεχνίες και τις θεατρικές παραστάσεις, οι αυτόχθονες λαοί έχουν διατηρήσει την ιστορία τους και έχουν ενισχύσει την παρουσία τους μέσα από αυτές τις δημιουργικές μορφές.

Αυτό το άρθρο διερευνά την παγκόσμια σημασία της αφήγησης ιστοριών και της παράστασης, με επίκεντρο την παλαιστινιακή εμπειρία από τη Βρετανική Εντολή και τη Νάκμπα του 1948 μέχρι τη σημερινή πραγματικότητα της κατοχής, της εξορίας και της γενοκτονίας. Μέσα από μια αυτοεθνογραφική προσέγγιση, οι συγγραφείς καταδεικνύουν τη σημασία της αφήγησης και της μετάδοσης της παλαιστινιακής ιστορίας από γενιά σε γενιά, προκειμένου να διαφυλαχθεί μια κληρονομιά που από το 1948 αποτελεί διαρκή στόχο εξάλειψης από την ισραηλινή κατοχή.

Αντλώντας από την προσωπική και συλλογική μνήμη, το άρθρο εξετάζει επίσης τον τρόπο με τον οποίο οι παλαιστινιακές αφηγήσεις έχουν διατηρηθεί μέσω της ζωγραφικής, του θεάτρου, του τραγουδιού, της ποίησης, της λογοτεχνίας και του λαϊκού χορού (*dabkeh*), τα οποία έχουν όλα διαδραματίσει καθοριστικό ρόλο ώστε να αντισταθούν στην εξαφάνιση. Οι συγγραφείς ενσωματώνουν προσωπικές οικογενειακές μαρτυρίες, ιδίως από τις αδελφές τους που έζησαν τη Νάκμπα και εξακολουθούν να φέρουν ψυχολογικά σημάδια της, για να τονίσουν τον τρόπο με τον οποίο το τραύμα και η μνήμη μεταφέρονται από γενιά σε γενιά και πώς η τέχνη γίνεται ταυτόχρονα μάρτυρας αλλά και μορφή θεραπείας.

Η αφήγηση ιστοριών ως επιβίωση σε αυτόχθονα περιβάλλοντα

Λόγω της απουσίας ή της παραμόρφωσης των γραπτών ιστορικών αρχείων από τα αποικιοκρατικά καθεστώτα, οι κοινότητες των αυτόχθονων διατήρησαν την αλήθεια μέσω των προφορικών παραδόσεων. Όπως υποστηρίζει ο Calder (2013), οι αφηγήσεις ενισχύουν την ενσυναίσθηση, την κριτική φαντασία και την ταπεινότητα, διαμορφώνοντας τόσο την ταυτότητα όσο και τη συλλογική μνήμη. Για τους αποικιοκρατούμενους λαούς, η πράξη της αφήγησης ιστοριών γίνεται ένας τρόπος να επαναδιεκδικήσουν την εξουσία πάνω στην ιστορία και στο μέλλον τους. Αυτές οι ιστορίες δεν είναι παθητικές αναμνήσεις αλλά ενεργά εργαλεία αντίστασης, υφασμένα με τη σοφία των προγόνων, αλλά και την επείγουσα ανάγκη της σύγχρονης εποχής.

Παρομοίως, ο Ceaușu (2018) υπογραμμίζει τη θεραπευτική δύναμη της δημιουργικής έκφρασης, υποστηρίζοντας ότι η θεραπεία μέσω της τέχνης δεν είναι απλώς ψυχολογική παρέμβαση, αλλά διεκδίκηση της συναισθηματικής και κοινωνικής ευημερίας. Υπό αυτό το πρίσμα, η παράσταση και η αφήγηση ιστοριών δεν αποτελούν πολυτέλεια, αλλά ουσιαστικές πράξεις επιβίωσης και αυτοπροσδιορισμού. Αυτά τα πολιτιστικά εργαλεία βοηθούν τις κοινότητες να αντιμετωπίσουν την αποξένωση, να επιβεβαιώσουν την ταυτότητά τους και να ενισχύσουν την αίσθηση του ανήκειν, ιδίως σε συνθήκες τραύματος και εκτοπισμού.

Η παλαιστινιακή αφηγηματική παράδοση

Στην Παλαιστίνη η αφήγηση ιστοριών διαδραμάτισε ιδιαίτερα κεντρικό ρόλο στη διατήρηση της πολιτιστικής συνέχειας και την αντίσταση ενάντια στον

πολιτικό κατακερματισμό. Πριν και κατά τη διάρκεια της Βρετανικής Εντολής, και με όλο και πιο επιτακτικά μετά τη Νάκμπα του 1948, οι παλαιστινιακές οικογένειες και κοινότητες βασίστηκαν στις προφορικές ιστορίες, στα λαϊκά παραμύθια, στα κεντήματα, στην ποίηση και στον χορό, για να διατηρήσουν την ταυτότητά τους εν μέσω της απώλειας. Η Νάκμπα, η οποία είχε ως αποτέλεσμα τον αναγκαστικό εκτοπισμό πάνω από 750.000 Παλαιστίνιων και την καταστροφή περισσότερων από 500 χωριών, δεν ήταν μόνο μια φυσική καταστροφή αλλά και μια επίθεση στη μνήμη και την ιστορία.

Η απάντηση των Παλαιστίνιων ήταν να στραφούν στην πολιτιστική παραγωγή ως μορφή αντίστασης. Οι ιστορίες της ζωής των χωριών, τα τραγούδια της συγκομιδής, οι παραδοσιακές φορεσιές οι κεντημένες με τα ονόματα των κατεστραμμένων πόλεων και οι θεατρικές αναπαραστάσεις ιστορικών γεγονότων, όλα αυτά λειτούργησαν ώστε να διατηρηθεί η μνήμη της προ του 1948 Παλαιστίνης. Αυτές οι μορφές εξακολουθούν να εξελίσσονται, προσαρμοζόμενες σε νέα πλαίσια, διατηρώντας παράλληλα τη βασική λειτουργία τους: τη διεκδίκηση της παρουσίας, της ανθρωπιάς και των δικαιωμάτων ενάντια στη συνεχιζόμενη διαγραφή τους.

Η τέχνη ως γλώσσα των αποσιωπημένων

Στα θεραπευτικά πλαίσια, η διαδικασία της αφήγησης αποκαλύπτει συχνά βαθιές ψυχολογικές αλήθειες. Τα άτομα αφηγούνται τις εμπειρίες τους όχι απλώς ως μια αλληλουχία γεγονότων αλλά εντάσσοντάς τις σε αφηγηματικούς κύκλους γεμάτους μεταμορφώσεις, αγώνες και σημασία. Όταν η γλώσσα αποτυγχάνει, οι άνθρωποι συχνά στρέφονται σε συμβολικές ή ενσώματες εκφράσεις, στην τέχνη, στη μουσική, στην κίνηση και τη χειροτεχνία. Όπως παρατηρεί ο Ceaușu (2018), αυτή η μη λεκτική έκφραση τους παρέχει ένα μέσο για να αρθρώσουν το ανείπωτο. Στις κοινότητες που έχουν φιμωθεί ή καταπιεστεί, οι τέχνες προσφέρουν ένα εναλλακτικό μέσο επικοινωνίας, μια γλώσσα που υπερβαίνει τα γλωσσικά σύνορα και τη λογοκρισία.

Οι Παλαιστίνιοι έχουν από καιρό αγκαλιάσει αυτή την οπτική και ενσώματη εναλλακτική γλώσσα. Είτε μέσα από το ήσυχο κέντημα μιας ανάμνησης σε ένα εργόχειρο, είτε με τον επαναστατικό ρυθμό του χορού Ντάμπκεχ (*dabkeh*) ή μέσα από τα υποβλητικές τοιχογραφίες (*murals*), που έχουν ζωγραφιστεί πάνω στα τείχη του διαχωρισμού, η τέχνη μεταμορφώνεται σε ένα ιερό καταφύγιο της έκφρασης. Αυτές οι δημιουργικές πράξεις κάνουν κάτι περισσότερο από το να αφηγούνται τον πόνο, διακηρύσσουν την επιβίωση, κηρύττουν την αξιοπρέπεια και ενσωματώνουν την ελπίδα.

Στη μελέτη της με τίτλο «Η τέχνη ως όπλο: η τέχνη ως μέθοδος ύπαρξης και αντίστασης στην Παλαιστίνη», η Karim (2022) τεκμηριώνει πώς, με την ενσωμάτωση των ιστορικών και σύγχρονων πρακτικών των Παλαιστίνιων καλλιτεχνών, η δημιουργία τέχνης γίνεται ένα εργαλείο αποαποικιοποίησης. Αμφισβητεί

τις κυρίαρχες αναπαραστάσεις, ενδυναμώνει την αλληλεγγύη και διαταράσσει τα συστήματα που αρνούνται στους Παλαιστίνιους την αυτονομία και τη δική τους φωνή.

Ομοίως, η Ankori (2006) υποστηρίζει ότι, παρά την καταστροφική ρήξη του 1948 και τις ολέθριες επιπτώσεις της στην παλαιστινιακή κοινωνία, οι καλλιτεχνικές παραδόσεις που προϋπήρχαν της Νάκμπα παραμένουν ζωτικές πολιτιστικές παρακαταθήκες. Αυτές οι παραδόσεις όχι μόνο στηρίζουν τη σύγχρονη παλαιστινιακή τέχνη, αλλά χρησιμεύουν και ως θεμέλιο για τη συνέχεια και την ανθεκτικότητά της.

Η διαγενεακή δύναμη μιας ιστορίας

Οι οικογενειακές αφηγήσεις παίζουν επίσης κείμενο ρόλο στη διαμόρφωση της συλλογικής ταυτότητας. Οι Kiser, Baumgardner και Dorado (2010) υποστηρίζουν ότι η αφήγηση ιστοριών μέσα στις οικογένειες δημιουργεί κοινά πλαίσια, που βοηθούν τα άτομα και τις κοινότητες να κατανοήσουν το τραύμα και να φανταστούν ένα συλλογικό μέλλον. Στην παλαιστινιακή κοινότητα αυτή η διαγενεακή αφήγηση ιστοριών έχει κρατήσει ζωντανά τα ονόματα των χωριών, τις ιστορίες της εξορίας, τις εμπειρίες της αντίστασης και τα όνειρα του γυρισμού.

Νανουρίσματα που ψιθυρίζουν για τους χαμένους ελαιώνες, παροιμίες που κουβαλούν τη σοφία των γερόντων και παραμύθια που περνάνε από στόμα σε στόμα από τους παππούδες στα εγγόνια λειτουργούν ως κινητές πατρίδες. Στη διασπορά, είτε σε στρατόπεδα προσφύγων είτε μέσα σε αστικές μητροπόλεις, αυτές οι ιστορίες μετατρέπονται σε άγκυρες σωτηρίας της ταυτότητας και πράξεις τιμητικής ενθύμησης.

Από τη Νάκμπα στο σήμερα

Μετά τη μαζική εκτόπιση του 1948, οι Παλαιστίνιοι πρόσφυγες βρέθηκαν διασκορπισμένοι εκτός συνόρων, συχνά αποκλεισμένοι από τον γυρισμό στα σπίτια τους. Η προφορική αφήγηση ιστοριών μετατράπηκε σε ένα κριτικό εργαλείο πολιτιστικής επιβίωσης. Έχοντας μηδενική πρόσβαση στα χώματα όπου γεννήθηκαν, οι οικογένειες άρχισαν να περιγράφουν τα χωριά τους με τις πιο οικείες λεπτομέρειες, κατονομάζοντας τα δέντρα, τις γιορτές, τους γείτονες. Αυτή η προφορική μαρτυρία χρησίμευσε ταυτόχρονα ως μαρτυρία αλλά και ως αντίσταση.

Ο Ghassan Kanafani, ένας εξέχων Παλαιστίνιος συγγραφέας και πολιτικός ακτιβιστής, είναι γνωστός για τη βαθιά διερεύνηση της εξορίας, της αντίστασης και της ταυτότητας στα λογοτεχνικά έργα του. Οι αφηγήσεις του συχνά εμβαθύνουν στις ψυχολογικές και πολιτικές διαστάσεις του εκτοπισμού, μετατρέποντας την προσωπική θλίψη σε συλλογική αντίσταση.

Ένας από τους αξιοσημείωτους ισχυρισμούς του Kanafani είναι: «Ο παλαιστινιακός αγώνας δεν είναι αγώνας μόνο για τους Παλαιστίνιους, αλλά αγώνας για κάθε επαναστάτη, όπου κι αν βρίσκεται». Η δήλωση αυτή υπογραμμίζει την πίστη του στην οικουμενική σημασία του παλαιστινιακού αγώνα και την απήχησή του σε ευρύτερα επαναστατικά κινήματα παγκοσμίως.

Ενώ το ακριβές απόσπασμα αυτής της δήλωσης δεν έχει ταυτοποιηθεί με σιγουριά, έχει καταχωριστεί σε διάφορες αξιόλογες πηγές σχετικές με το έργο του Kanafani και την ιδεολογία του. Για παράδειγμα, ένα άρθρο με θέμα τη Μοντέρνα Διπλωματία αναφέρεται σε αυτή τη δήλωση μέσα στο πλαίσιο των μαρξιστικών-λενινιστικών απόψεων του Καναφάνι και του ρόλου του στο Λαϊκό Μέτωπο για την Απελευθέρωση της Παλαιστίνης (PFLP – ΛΜΑΠ). Επιπλέον, η δήλωσή του εμφανίζεται σε συζητήσεις για τη διεθνιστική οπτική του Καναφάνι και την έμφαση που έδινε στην αλληλεγγύη μεταξύ των καταπιεσμένων λαών παγκοσμίως. Παρόλο που δεν υπάρχει άμεση αναφορά στο συγκεκριμένο απόσπασμα, αυτό συμπυκνώνει την ουσία της ιδεολογίας του Kanafani, όπως αντανακλάται στα γραπτά και στις πολιτικές του δεσμεύσεις.

Τα έργα του Kanafani, όπως το *Άνθρωποι στον ήλιο* (*Men in the Sun*) και το *Επιστρέφοντας στη Χάιφα* (*Return to Haifa*), αποτελούν παράδειγμα της δέσμευσής του να απεικονίσει την παλαιστινιακή εμπειρία και να υποστηρίξει την αλληλεγγύη μεταξύ των καταπιεσμένων κοινοτήτων. Η πίστη του στη δύναμη που έχει η αφήγηση να κινητοποιήσει τους καταπιεσμένους και να αφυπνίσει την παγκόσμια αλληλεγγύη παραμένει κυρίαρχη στις συζητήσεις για τη λογοτεχνία της αντίστασης και τον πολιτικό ακτιβισμό.

Η αφήγηση ιστοριών ως αντίσταση

Al-Birwa, Τα αγκάθια της μνήμης ανάμεσα στην απώλεια και την επιβίωση
της *Khitam Edelbi*

Μακάρι να είχαν ζήσει όσο εμείς, και θα κοιμόμασταν πάνω σε αγκάθια.

Αυτή είναι μία από τις φράσεις που χρησιμοποίησαν οι παλιοί μετά τη βεβήλωση της γης της Παλαιστίνης το 1948. Με αυτή τη φράση ξεκίνησε η αγαπητή αδελφή μου Μουχίμπα την ιστορία της Al-Birwa, καθώς καθόταν μπροστά μου. Είναι μια ιστορία που παραμένει βαθιά χαραγμένη στην καρδιά της Μουχίμπα.

Ήμουν επτά χρονών την ημέρα που η αγαπημένη μας βασίλισσα έπεσε στα χέρια τους. Τη μέρα που σκότωσαν μερικούς από τους ανθρώπους της, βεβηλώνοντας τη γη της, κλέβοντας το μπλε του ουρανού της και μολύνοντας τα νερά της. Η Al-Birwa ήταν η πόλη στην οποία μετακόμισαν οι γονείς μας από την Acre, για να καλλιεργήσουν τη γη τους και να θερίσουν τις σοδειές τους. Εκεί, στην Al-Birwa, είχαμε το πιο όμορφο σπίτι, καλλιεργούσαμε την πιο όμορφη γη και θερίζαμε τις πιο όμορφες σοδειές. Εκεί γέννησε η μητέρα μου εμένα και τα εφτά μου αδελφια: Μαχμούντ, Μουχίμπα, Νουσαϊμπά, Αμίρα, Σουμπχίγια, Ζάντα και Μοχάμαντ. Εκεί ζήσαμε ένα κομμάτι της παιδικής μας ηλικίας, που μας την έκλεψε ο κατακτητής. Την ημέρα που μπήκαν με τον εξοπλισμό, το μίσος, την πείνα και τα όπλα τους, ήμασταν όλοι στο σπίτι: η μητέρα μου, ο πατέρας μου, οι έξι αδελφές μου, οι καλεσμένοι τους και ο πατέρας μου, που καθόταν στο αραβικό ντιβάνι το οποίο είχε ετοιμαστεί ειδικά για να τους υποδεχτεί. Αυτοί φώνα-

ζαν, απαιτώντας από τους χωρικούς να εκκενώσουν τα σπίτια τους μέσα σε μισή ώρα. Η μητέρα μου είχε βάλει ρυζόγαλο σε μπολ για εμάς και περιμέναμε να κρύνει για να το φάμε. Όταν κρύωσε και ήταν έτοιμο να το φάμε, κανείς δεν το βρήκε. Τα παιδιά που το αγαπούσαν έφυγαν και από εκείνη την ημέρα η γεύση του εξαφανίστηκε. Τρέξαμε και περιπλανηθήκαμε στην έρημο, τρέξαμε, σκαρφαλώσαμε, πέσαμε, σταματήσαμε, λιποθυμήσαμε, κλάψαμε, φωνάξαμε, σιωπήσαμε, πεινάσαμε, διψάσαμε, μέχρι που φτάσαμε στο άγνωστο. Αφήσαμε τη γη μας, το σπίτι μας και τα χρήματά μας στην Al-Birwa, παίρνοντας μαζί μας ό,τι μπορούσαμε από την αγάπη μας γι' αυτή και ό,τι είχε απομείνει από την παιδική μας ηλικία. Ο πατέρας μου, φοβούμενος για μας, ξέχασε να φορέσει το παραδοσιακό αραβικό του ένδυμα, το οποίο φορούσε με υπερηφάνεια. Αυτός και η μητέρα μου δεν πήραν μαζί τους κανέναν από το σπίτι εκτός από εμάς, γιατί ήμασταν τα πιο πολύτιμα υπάρχοντά τους. Η Al-Birwa εκκενώθηκε απ' όλους όσοι ζούσαν εκεί. Οι ενήλικες έσπευσαν να μεταφέρουν τα παιδιά, ενώ τα παιδιά έτρεχαν με τον πανικό στην καρδιά τους. Περιπατήσαμε μαζί με εκατοντάδες ανθρώπους προς το χωριό Sha'ab, που μας υποδέχτηκε με τους κατοίκους και τα σπίτια του. Εκεί στο Sha'ab περάσαμε μερικές μέρες και ήταν το πρώτο μας καταφύγιο μετά τη μετανάστευση. Από το Sha'ab περπατήσαμε μέχρι να φτάσουμε στο χωριό Nahf, όπου ζούσε ο παππούς μου, Χάμαντ Αμπού Άουαντ, αρχηγός του χωριού και η πιο εξέχουσα προσωπικότητα. Ο παππούς μου Χάμαντ και η γιαγιά μου Ζάχιγια μας αγκάλιασαν και νομίσαμε ότι είχαμε φτάσει σε ασφαλές μέρος, μέχρι που έφτασαν αυτοί ξανά με τον εξοπλισμό τους, ξανά με τη βιαιότητά τους και ξανά με τα όπλα τους. Και έτσι ξαναφύγαμε.

Και για άλλη μια φορά, τρέξαμε από το Nahf στο χωριό Sajur, όπου η μητέρα μου ανακάλυψε ότι είχε χάσει δύο από τα παιδιά της, τον Μαχμούντ και τη Νουσαϊμπά, κατά τη διάρκεια της διαφυγής. Ήταν μια αγωνία μεγαλύτερη από την αγωνία της απώλειας της Al-Birwa. Ξάπλωσε στο έδαφος θέλοντας να σταματήσει τη ζωή της μέχρι να επιστρέψουν τα παιδιά της. «Δεν θα φάω, ούτε θα πιω μέχρι να επιστρέψουν τα παιδιά μου σ' εμένα». Επέστρεψαν σ' αυτή δύο ημέρες αργότερα, και η ζωή επέστρεψε σ' αυτή δύο ημέρες αργότερα. Από το Sajur επιστρέψαμε στο Nahf, και από το Nahf επιστρέψαμε στην Akka/Acre, την πατρίδα του πρώτου μας πατέρα, μετά την απώλεια της Al-Birwa, της δεύτερης πατρίδας του. Ξεκινήσαμε από το μηδέν. Εννέα στόματα που ούρλιαζαν από την πείνα, εννέα καρδιές που αιμοραγούσαν από την τραγωδία. Χωρίς χρήματα, χωρίς σπίτι και με κλονισμένη αξιοπρέπεια, ενώ πριν είχαμε χρήματα, σπίτι και τιμή. Σήμερα, εξήντα τέσσερα χρόνια μετά, εξακολουθούμε να αγκαλιάζουμε τα λείψανα εκείνων που μαρτύρησαν γι' αυτό. Εξήντα τέσσερα χρόνια μετά εξακολουθούμε να περνάμε από την Al-Birwa, αλλά δεν μπαίνουμε σε αυτή, εξακολουθούμε να μυρίζουμε το χώμα της, αλλά δεν τρώμε τα προϊόντα της. Ξεχνάμε όλα τα όνειρα και θυμόμαστε μόνο το όνειρο της επιστροφής. Εξήντα τέσσερα χρόνια μετά, εξακολουθούμε να θυμόμαστε

τις λεπτομέρειες, κάθε λεπτομέρεια: τις λεπτομέρειες της Ιερουσαλήμ, της Δυτικής Όχθης και της Γαλιλαίας. Μακάρι να επιζήσουν κι αυτές και το αίμα μας, και θα κοιμόμασταν πάνω σε αγκάθια και αγκάθια.

Αναστοχασμός

Στην αφήγηση της Al-Birwa, η Μουχίμπα προσφέρει κάτι περισσότερο από μια προσωπική ανάμνηση. Υφαίνει ένα χαλί από μνήμες, απώλειες και αντίσταση, που ενσαρκώνει τον αγώνα των Παλαιστινίων να διατηρήσουν την ταυτότητά τους ενάντια στον εκτοπισμό. Η αφήγησή της, πλούσια σε αισθητηριακές λεπτομέρειες, γίνεται ένα δοχείο συλλογής μνήμης του παρελθόντος, ενός παρελθόντος που συνεχίζει να στοιχειώνει και να διαμορφώνει το παρόν. Μέσα από τα λόγια της, η γη της Al-Birwa δεν χάνεται, αλλά είναι αιωνίως παρούσα στο υφαντό της αφήγησής της.

Οι εικόνες είναι συγκινητικές: το ρυζόγαλο το οποίο κρύνει στα μπολ που περιμένουν, η βιαστική φυγή μέσα στην έρημο, η σιωπή, η πείνα και η δίψα. Αυτές οι λεπτομέρειες, αν και έχουν τις ρίζες τους στην προσωπική εμπειρία, απηχούν τη συλλογική θλίψη. Σε αυτές αναγνωρίζουμε τα βαθιά σημάδια που άφησε το τραύμα, όχι μόνο τη σωματική βία της αναγκαστικής εκτόπισης, αλλά και τις ψυχολογικές πληγές που άλλαξαν για πάντα τη σχέση μιας κοινότητας με την πατρίδα της. Για τη Μουχίμπα, η Al-Birwa δεν είναι απλώς ένα χαμένο χωριό, είναι ένα μέρος του εαυτού της, ένα ανεξίτηλο σημάδι στην ταυτότητά της, ένα κομμάτι της παιδικής της ηλικίας που είναι αλησμόνητο, αλλά την ίδια στιγμή εντελώς απρόσιτο.

Η ιστορία του αναγκαστικού εκτοπισμού της οικογένειάς της από την Al-Birwa στη Sha'ab, στη Nahf, στη Sajur και τέλος στην Akka/Acre απηχεί τον επαναλαμβανόμενο ρυθμό του παλαιστινιακού εκτοπισμού, όπου κάθε νέο σπίτι χιτίζεται πάνω στις κινούμενες άμμους της μνήμης και της νοσταλγίας. Ωστόσο, ακόμη και απέναντι σε αυτό το αδιάκοπο κίνημα, η αφήγηση ιστοριών προσφέρει μια μορφή σταθερότητας. Μέσα από την πράξη της ανάμνησης, της αφήγησης, η Μουχίμπα και άλλοι σαν αυτή κρατιούνται στην ουσία αυτού που χάθηκε. Η πατρίδα δεν είναι πλέον απλώς ένας τόπος σε έναν χάρτη, αλλά ένα βασίλειο της καρδιάς, ένα βασίλειο που δεν μπορεί να αφαιρεθεί μέσω της φυσικής εξορίας.

Η συναισθηματική δύναμη της ιστορίας της Μουχίμπα δεν έγκειται μόνο στη θλίψη της αλλά και στην ανθεκτικότητά της. Εξήντα τέσσερα χρόνια αργότερα, παρά τη βία της ιστορίας, το έδαφος της Al-Birwa συνεχίζουν να το φαντάζονται, να το μυρίζουν, να το θρηνούν. Αυτή η αφήγηση κάνει πράξη την άρνηση να αφεθεί, να επιτραπεί η διαγραφή και είναι μια βαθιά δήλωση επιβίωσης. Αφηγούμενη τις λεπτομέρειες της ζωής πριν και μετά τη Νάκμπα, η Μουχίμπα κάνει περισσότερα από το να καταγράφει την ιστορία: τη διαφυλάσσει, την προστατεύει και διασφαλίζει ότι θα μεταβιβαστεί ως ζωντανή μνήμη, ως φάρος για τις μελλοντικές γενιές.

Τελικά, η Al-Birwa γίνεται σύμβολο της ευρύτερης παλαιστινιακής εμπειρίας, όπου το τραύμα, η μνήμη

και η ταυτότητα αλληλοσυνδέονται στην πράξη της αφήγησης. Μέσα από αυτές τις ιστορίες, οι Παλαιστίνιοι συνεχίζουν να διεκδικούν τη θέση τους στην ιστορία, αντιστεκόμενοι όχι μόνο στις δυνάμεις που επιδιώκουν να τους εξαφανίσουν, αλλά και σε εκείνες που επιδιώκουν να συσκοτίσουν την αλήθεια της ύπαρξής τους. Με αυτό τον τρόπο, η διατήρηση της παλαιστινιακής ταυτότητας δεν είναι μια παθητική πράξη. Είναι μια επαναστατική και διαρκής επιβεβαίωση της ζωής, της αγάπης και του σπιτιού.

Επιβίωση μέσα σε έναν κύκλο από εκτοπισμένο ύφασμα ενός τραύματος της *Shams Almanal Timraz*

Κατά τη διάρκεια της Νάκμπα του 1948, έλαβε χώρα η μαζική εκδίωξη και εκτόπιση των Παλαιστινίων, 22 χρόνια πριν γεννηθώ ως πρόσφυγας. Αυτή η Νάκμπα διαμόρφωσε κάθε πτυχή της ύπαρξης της οικογένειάς μου. Οι γονείς μου και τα μεγαλύτερα αδέρφια μου ήταν μεταξύ των εκατοντάδων χιλιάδων που υποχρεώθηκαν να φύγουν. Όταν εκδιώχθηκαν από την πατρίδα μας, το Asdoud, ξεκίνησαν με τα πόδια προς τη Γάζα, αποπροσανατολισμένοι, τρομοκρατημένοι και κουβαλώντας μόνο ό,τι μπορούσαν να μεταφέρουν στα χέρια και στις πλάτες τους.

Η μεγαλύτερη αδελφή μου, η Σάμπχα, ήταν ακόμα μικρό κορίτσι. Ξυπόλυτη, εξαντλημένη και μπερδεμένη, συνέχιζε να κάνει στη μητέρα μας την ίδια απελπισμένη ερώτηση: «Πότε θα φτάσουμε σπίτι;» Η παιδική της φωνή, που αντηχούσε μέσα στο χάος της εξορίας, ήταν μια οδυνηρή υπενθύμιση ότι το τραύμα του πολέμου δεν χαρίζεται ούτε στα πολύ μικρά παιδιά, αλλά τα σημαδεύει από νωρίς και βαθιά.

Η μητέρα μας, που περπατούσε μαζί με πολλά παιδιά κουβαλώντας το αβάσταχτο βάρος της ξαφνικής έλλειψης στέγης, δεν μπορούσε να δώσει απαντήσεις, παρά μόνο την παρουσία της. Σε μια ενστικτώδη πράξη συναισθηματικής επιβίωσης και μητρικής δημιουργικότητας, έβγαλε το *dayer* της, μια ογκώδη μαύρη φούστα που φοριέται παραδοσιακά από τις γυναίκες στο Asdoud. Την τοποθέτησε κυκλικά στο γυμνό έδαφος, έβαλε τη Σάμπχα να καθίσει στο κέντρο και τοποθέτησε τα μικρότερα παιδιά γύρω στις άκρες. «Εδώ είναι το σπίτι μας, αγάπη μου», είπε τρυφερά, προσφέροντας στα παιδιά όχι γεωγραφική ασφάλεια, αλλά αγάπη και συντροφικότητα.

Αυτός ο κύκλος που δημιουργήθηκε αυτοσχέδια από ύφασμα και θλίψη έγινε το μόνο καταφύγιό τους σε έναν κόσμο που είχε διαλυθεί.

Τώρα, δεκαετίες αργότερα, η Σάμπχα ζει με άνοια. Δεν αναγνωρίζει πλέον πρόσωπα, ούτε θυμάται καθημερινά γεγονότα. Αλλά το τραύμα της εκτόπισης παραδόξως έχει κλειδώσει μέσα της μια ανάμνηση που παραμένει ανέπαφη: εκείνη τη στιγμή στον κύκλο. Τη βρίσκουμε ακόμα να κάθεται ήσυχα στο κέντρο του παλιού μαύρου *Dayer* της μητέρας μας, αναβιώνοντας το μοναδικό σπίτι που της έμεινε, μια απτή ανάμνηση χαραγμένη βαθύτερα από τον χρόνο ή τη γνώση.

Ψυχολογικός αναστοχασμός

Από ψυχολογική άποψη, αυτή η στιγμή αποκαλύπτει πώς το τραύμα μπορεί να κρυσταλλώσει τη μνήμη. Στο σημαντικό έργο του *Τραύμα και μνήμη (Trauma and Memory)* ο Van der Kolk (1998, 303) αναφέρει: «Τόσο οι συνεντεύξεις μου με τραυματισμένα άτομα όσο και οι μελέτες εγκεφαλικής απεικόνισης που πραγματοποιήσα σε αυτά φαίνεται να επιβεβαιώνουν ότι οι τραυματικές μνήμες επανέρχονται ως συναισθηματικές και αισθητηριακές καταστάσεις, με μικρή ικανότητα λεκτικής αναπαράστασης». Αν και η συγγραφέας Edelbi δεν ήταν παρούσα στην απώλεια ομιλίας της αδελφής της Μουχίμπα, η Μουχίμπα συνεχίζει να αφηγείται τα γεγονότα της Νάκμπα του 1948 και την απώλεια του σπιτιού και της γης της οικογένειάς της σαν να συνέβησαν μόλις χτες. Αντίθετα, η Σάμπχα, η αδελφή της συγγραφέα Timraz, που υπέστη απώλεια της γλώσσας, εξέφρασε δραματικά τη δική της Νάκμπα καθισμένη στο κέντρο ενός κύκλου από ύφασμα, που συμβολίζει το σπίτι, το ίδιο ύφασμα πάνω στο οποίο καθόταν τη μέρα που έχασε το πραγματικό της σπίτι.

Ενώ η άνοια διαβρώνει σταδιακά τις γνωστικές λειτουργίες, ιδίως τη βραχυπρόθεσμη μνήμη, αντίθετα, οι τραυματικές αναμνήσεις συχνά παραμένουν, κωδικοποιημένες μέσω της αυξημένης συναισθηματικής έντασης και της σωματικής αποτύπωσης. Ειδικά για τα μικρά παιδιά, τα πρώιμα τραύματα μπορούν να ενσωματωθούν στο σώμα επηρεάζοντας τα πρότυπα προσκόλλησης, τη ρύθμιση των συναισθημάτων και την αντίληψη της ταυτότητας του χώρου (Schofe, 2001).

Το επαναλαμβανόμενο ερώτημα της Σάμπχα «Πότε θα πάμε σπίτι;» αντικατοπτρίζει την πρωταρχική ανάγκη ενός παιδιού για ασφάλεια, οργάνωση και οικειότητα, όλα στοιχεία που της αφαιρέθηκαν βίαια. Σχεδιάζοντας έναν κύκλο με το *dayer* της, η μητέρα μας προχώρησε σε μια πολύτιμη ψυχολογικής σημασίας πράξη περιφρούρησης, εδραιώνοντας μέσα στη Σάμπχα μια χωρική και συμβολική αναπαράσταση της ασφάλειας εν μέσω μιας πραγματικότητας που δεν πρόσφερε τίποτα τέτοιο.

Αυτή η συμπεριφορά συνάδει με τις θεωρίες για το τραύμα που τονίζουν την αξία των σωματοποιημένων τελετουργιών και των συμβολικών χειρονομιών στη δημιουργία συναισθηματικής ασφάλειας. Όπως δηλώνει ο Van der Kolk (2014), το σώμα «κρατάει τον λογαριασμό», διατηρώντας σωματικά τις τραυματικές εμπειρίες όταν διαταράσσεται η γνωστική επεξεργασία. Για τη Σάμπχα ο κύκλος από ύφασμα, που επανειλημμένα επισκεπτόταν στην προχωρημένη ηλικία, λειτουργούσε ως σωματική μνημονική τεχνική, εδραιώνοντας μέσα της μια αίσθηση της μητρικής φροντίδας που θυμόταν ότι ένιωσε εν μέσω του τρόμου της αποστέρησης.

Ακαδημαϊκά, αυτή η ιστορία βρίσκεται στο σταυροδρόμι ανάμεσα στις μελέτες για τα τραύματα, στη θεωρία της μνήμης και τη φεμινιστική γεωγραφία. Η χρήση του υφάσματος, συγκεκριμένα του *dayer*, ως

υλικού και χωρικού υποκατάστατου του σπιτιού ανατρέπει τις συμβατικές αντιλήψεις για την οικογενειακή ζωή που συνδέονται με τις μόνιμες κατοικίες. Εδώ το σπίτι δεν είναι ένας ακίνητος τόπος, αλλά μια παραστατική και κινητή πράξη επανάκτησης.

Στον παλαιστινιακό πολιτισμικό λόγο, η μητέρα συχνά ενσαρκώνει τη συνέχεια του έθνους και της μνήμης. Αυτή η ιστορία αποτελεί ένα παράδειγμα για το πώς οι γυναίκες, με πράξεις φροντίδας και αυτοσχεδιασμού, διατηρούν την πολιτισμική ταυτότητα ενάντια στην εξάλειψη. Η χειρονομία της μητέρας μετατρέπει την παραδοσιακή της ενδυμασία σε μια χωρική μεταφορά, απεικονίζοντας αυτό που ο Edward Said ονόμασε «αντιστικτική πραγματικότητα» της εξορίας, που ζει στην απουσία του τόπου, τον οποίο όμως αναδημιουργεί μέσω της μνήμης και του συμβόλου.

Επιπλέον, η επιβίωση αυτής της ενσώματης μνήμης που αναβιώνει εν μέσω της άνοιας αμφισβητεί τη γραμμική ιστοριογραφία. Υποδηλώνει ότι η ιστορία δεν αρχειοθετείται μόνο σε έγγραφα και μαρτυρίες, αλλά και σε αισθητηριακές εμπειρίες, κληρονομημένα συναισθήματα και τη φυσική επανάληψη συμβολικών πράξεων.

Ο «κύκλος της εξορίας» γίνεται ένα πολυεπίπεδο concert: αποτελεί ταυτόχρονα ψυχολογική άμυνα, μητρική πράξη προστασίας, φεμινιστική επανεφεύρεση του χώρου, αλλά και ένα ενσώματο αρχείο της παλαιστινιακής αποστέρησης.

Ακόμη και αν μεγάλο μέρος των καθημερινών αναμνήσεών της έχει ξεθωριάσει, η ανάμνηση της Σάμπχα από εκείνη τη στιγμή έχει διατηρηθεί ζωντανή, αισθητηριακή και διαποτισμένη με συναισθήματα. Σε περιπτώσεις άνοιας, συχνά οι ουδέτερες καθημερινές μνήμες είναι αυτές που χάνονται πρώτες, ενώ εκείνες που συνδέονται με έντονα συναισθήματα, ειδικά με φόβο, αγάπη ή απώλεια, παραμένουν εξαιρετικά ανθεκτικές.

Η έρευνα σχετικά με το τραύμα και τη μνήμη δείχνει ότι ο εγκέφαλος επεξεργάζεται τις συναισθηματικά φορτισμένες εμπειρίες με διαφορετικό τρόπο, κωδικοποιώντας τις πιο βαθιά και με τρόπους που είναι λιγότερο εύλωτοι στα τυπικά μοτίβα απώλειας μνήμης. Στην περίπτωση της Σάμπχα, το αυτοσχέδιο «σπίτι», που δημιούργησε η μητέρα της στον δρόμο από το Asdoud προς τη Γάζα, έγινε ένα διαρκές συναισθηματικό αποτύπωμα: ένα σύμβολο ασφάλειας εν μέσω αναταραχής. Ακόμη και σήμερα, όταν κάθεται μέσα σε έναν κύκλο από ύφασμα που της θυμίζει εκείνη τη στιγμή, το σώμα της θυμάται αυτό που το μυαλό της δεν μπορεί πλέον να αρθρώσει πλήρως.

Η ιστορία της υπογραμμίζει ότι η μνήμη δεν είναι απλώς μια χρονολογική καταγραφή γεγονότων ή περιστατικών, αλλά ένα ζωντανό, ενσώματο αρχείο, ένα δυναμικό αποθετήριο του πώς νιώσαμε, πώς φοβηθήκαμε και πώς επιζήσαμε.

Το ψυχολογικό τραύμα επηρεάζει άμεσα τα άτομα και το άγχος που προκαλεί μπορεί να έχει μακροπρόθεσμες συνέπειες, συμπεριλαμβανομένης της αυξημένης ευπάθειας του εγκεφάλου σε ασθένειες όπως η άνοια. Υπάρχουν όλο και περισσότερες ενδείξεις οι οποίες υποδηλώνουν ότι τα αυξημένα επίπεδα κορτιζόλης

που προκύπτουν από οξύ και χρόνιο άγχος μπορούν να επηρεάσουν αρνητικά τις γνωστικές διαδικασίες, όπως η μάθηση και η μνήμη. Αυτή η επίδραση μπορεί να είναι ιδιαίτερα έντονη κατά τη διάρκεια κρίσιμων περιόδων της νευρολογικής ανάπτυξης, όπως η παιδική ηλικία και αργότερα κατά τη διάρκεια του νευροεκφυλισμού στην τρίτη ηλικία.

Οι Severs et al. (2003, 2023) υποστηρίζουν ότι το ψυχολογικό τραύμα προκαλεί μια σύνθετη δέσμη συναισθηματικών, φυσιολογικών και νευρολογικών αντιδράσεων. Αμέσως έπειτα από τραυματικά γεγονότα, τα άτομα συχνά βιώνουν οξύ στρες, που χαρακτηρίζεται από φόβο, αίσθημα ανικανότητας, σύγχυση και άγχος. Αυτές οι αντιδράσεις, αν και φυσιολογικές, μπορούν να προκαλέσουν μακροπρόθεσμες νευροβιολογικές αλλαγές εάν το τραύμα παραμείνει ανεπούλωτο, περιπλέκοντας περαιτέρω την ικανότητα του εγκεφάλου να επεξεργάζεται και να διατηρεί τη μνήμη.

Μια από τις πιο ανησυχητικές διαστάσεις του τραύματος είναι η ικανότητά του να προκαλεί μακροπρόθεσμες νευρολογικές συνέπειες. Έχει αποδειχτεί ότι το παρατεταμένο ψυχολογικό στρες μεταβάλλει την αρχιτεκτονική του εγκεφάλου, ιδιαίτερα σε περιοχές που είναι υπεύθυνες για την εδραίωση της μνήμης, τη ρύθμιση των συναισθημάτων και τις εκτελεστικές λειτουργίες. Με την πάροδο του χρόνου, τέτοιες νευροβιολογικές αλλαγές μπορούν να αυξήσουν την ευαισθησία ενός ατόμου σε διάφορες γνωστικές και νευροεκφυλιστικές διαταραχές, συμπεριλαμβανομένων εκείνων που συνδέονται με την άνοια. Έρευνες δείχνουν ότι η χρόνια έκθεση σε ορμόνες στρες, ιδιαίτερα στην κορτιζόλη, μπορεί να προκαλέσει φλεγμονή, νευρωνική βλάβη και μείωση του όγκου σε βασικές περιοχές του εγκεφάλου, όπως ο ιππόκαμπος, η αμυγδαλή και ο προμετωπιαίος φλοιός. Αυτές οι περιοχές διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο στη διατήρηση της γνωστικής ανθεκτικότητας και της συναισθηματικής ισορροπίας.

Τόσο η Μουχίμπα, αδελφή της Edelbi, όσο και η Σάμπχα, αδελφή της Timraz, αντιμετωπίζουν σημαντική απώλεια μνήμης. Σύμφωνα με την Timraz, η Σάμπχα δεν αναγνωρίζει πλέον κανένα μέλος της οικογένειάς της. Η Μουχίμπα, αν και εξακολουθεί να αναγνωρίζει τους συγγενείς της, δυσκολεύεται να θυμηθεί τι έφαγε την προηγούμενη μέρα. Παρά την πρόσφατη απώλεια μνήμης, η Μουχίμπα θυμάται ζωηρά τη ζωή της πριν από τη Νάκμπα του 1948, τα γεγονότα που εκτυλίχθηκαν κατά τη διάρκειά της και τα χρόνια φτώχειας και δυστυχίας που ακολούθησαν.

Αντίθετα, αν και η Σάμπχα φαίνεται να έχει χάσει τόσο τη μνήμη όσο και τη γλώσσα, το σώμα της συνεχίζει να εκφράζει νόημα. Οι χειρονομίες και η στάση της όταν κάθεται στο κέντρο του dayer θυμίζουν τον ακριβή τρόπο με τον οποίο καθόταν εκεί το 1948, αφού έχασε το σπίτι και τη γη της. Με αυτή την πράξη, το σώμα της επικοινωνεί εκεί όπου η γλώσσα πλέον δεν μπορεί.

Σύμφωνα με το Διαγνωστικό και Στατιστικό Εγχειρίδιο Ψυχικών Διαταραχών –5η έκδοση, Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.· DSM-5)–, η διαταραχή μετατραυματικού στρες (PTSD) μπορεί να αναπτυχθεί σε άτομα που «έχουν εκτεθεί σε πραγματικό

ή απειλούμενο θάνατο, είτε βιώνοντας άμεσα τα τραυματικά γεγονότα είτε παρακολουθώντας τα από κοντά, καθώς συνέβαιναν σε άλλους, είτε μαθαίνοντας τα γεγονότα που συνέβησαν σε κάποιο στενό μέλος της οικογένειας ή στενό φίλο, είτε βιώνοντας επαναλαμβανόμενη ή ακραία έκθεση σε αποκρουστικές λεπτομέρειες των τραυματικών γεγονότων» (American Psychiatric Association, 2013, 143). Ούτε η Edelbi ούτε η Timraz ήταν μάρτυρες της Νάκμπα από πρώτο χέρι, καθώς γεννήθηκαν μετά το 1948. Ωστόσο, κληρονόμησαν το τραύμα μέσω προφορικών ιστοριών που τους διηγήθηκαν οι γονείς, τα αδέρφια και οι ευρύτεροι συγγενείς τους, οι οποίες διαμορφώθηκαν μετά την εκδίωξη από την Παλαιστίνη. Για τους σκοπούς αυτού του άρθρου, μοιράστηκαν τις εμπειρίες των αδελφών τους, Μουχίμπα και Σάχμπα, ως αποθετήρια αυτής της διαγενεακής μνήμης.

Η επιστημονική έρευνα τονίζει περαιτέρω ότι ο χρόνος έκθεσης στο τραύμα παίζει κρίσιμο ρόλο στις ψυχολογικές και νευρολογικές επιπτώσεις του. Το τραύμα που βιώνεται κατά τη διάρκεια ευαίσθητων περιόδων ανάπτυξης μπορεί να έχει ιδιαίτερα επιζήμιες και μακροχρόνιες συνέπειες. Η παιδική ηλικία χαρακτηρίζεται από ταχεία νευροανάπτυξη, με τον εγκέφαλο να σχηματίζει και να τελειοποιεί ενεργά νευρικά κυκλώματα. Ανεπιθύμητα γεγονότα κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου μπορούν να διαταράξουν αυτές τις διαδικασίες, με αποτέλεσμα την εξασθένηση της συναισθηματικής ρύθμισης, της μάθησης και της μνήμης (Teicher & Samson, 2016).

Ομοίως, η τρίτη ηλικία αποτελεί μια άλλη περίοδο ευπάθειας λόγω της φυσικής μείωσης της πλαστικότητας και της ανθεκτικότητας του εγκεφάλου. Η έκθεση σε τραυματικές εμπειρίες κατά τη διάρκεια αυτής της φάσης μπορεί να επιταχύνει τη γνωστική παρακμή και να αυξήσει τον κίνδυνο νευροεκφυλιστικών ασθενειών, όπως η νόσος του Alzheimer και άλλες μορφές άνοιας (Severs et al., 2003). Το σωρευτικό βάρος του ισόβιου στρες –που συχνά αναφέρεται ως «αλλοστατικό φορτίο»– μπορεί να επιδεινώσει περαιτέρω αυτές τις ευπάθειες, ειδικά όταν δεν αντιμετωπίζεται (McEwen, 2007).

Η κατανόηση των περίπλοκων σχέσεων μεταξύ ψυχολογικού τραύματος, στρες και εγκεφαλικής νόσου είναι απαραίτητη για την ανάπτυξη αποτελεσματικών στρατηγικών πρόληψης και θεραπείας. Οι θεραπευτικές παρεμβάσεις που βασίζονται σε αποδεικτικά στοιχεία και η έγκαιρη ψυχοκοινωνική υποστήριξη μπορούν να μειώσουν τις μακροπρόθεσμες επιπτώσεις του τραύματος και να ενισχύσουν την ψυχική και γνωστική ανθεκτικότητα καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής (Yehuda και άλλοι, 2018).

Ιντιφάντα και δημιουργική αντίσταση

Κατά τη διάρκεια της Πρώτης Ιντιφάντα² (1987-1993), η αφήγηση ιστοριών πήρε οπτικές και παραστατικές μορφές. Τα γκράφιτι έγιναν μέσο διαμαρτυρίας και το πολιτικό θέατρο αναδείχτηκε σε ένα ισχυρό μέσο λαϊκής εκπαίδευσης. Η Naji al-Ali, μέσω των σατιρικών της καρτούν με πρωταγωνιστή το εμβληματικό παιδί

Handalah, μετέφερε πολύπλοκες πολιτικές επικρίσεις με τρόπο προσιτό, συναισθηματικό και βαθύ.

Στο σημαντικό άρθρο της με τίτλο «The Writing on the Walls: The Graffiti of the Intifada» η Peteet (1996) υποστηρίζει ότι τα γκράφιτι αναδείχτηκαν ως ένα από τα πιο σημαντικά πολιτιστικά χαρακτηριστικά της κατεχόμενης Δυτικής Όχθης κατά τη διάρκεια της Πρώτης Ιντιφάντα, στα τέλη της δεκαετίας του 1980 και στις αρχές της δεκαετίας του 1990. Αυτά τα γκράφιτι –μερικά γραμμένα βιαστικά, άλλα με αξιοσημείωτη ακρίβεια– προσέκλυσαν αμέσως την προσοχή και εμφανίστηκαν σε σχεδόν κάθε πέτρινο τοίχο της περιοχής. Συνήθως, κάθε έργο έφερε την υπογραφή μιας παλαιστινιακής πολιτικής φατρίας, είτε με το πλήρες όνομά της είτε με το ακρωνύμιό της.

Η Peteet (1996) υποστηρίζει περαιτέρω ότι η παρουσία παντού των γκράφιτι χρησίμευσε ως μια επίμονη υπενθύμιση της σουρεαλιστικής ποιότητας της καθημερινής ζωής υπό στρατιωτική κατοχή, αλλά και της συλλογικής ενέργειας της ίδιας της εξέγερσης. Σε συνδυασμό με τις καθημερινές γενικές απεργίες, τα γκράφιτι έφεραν στη δημόσια σφαίρα μια αισθητική αντίσταση. Αμφισβήτησαν άμεσα τους ισχυρισμούς του Ισραήλ για πανταχού παρούσα επιτήρηση και αποτέλεσαν ορατή απόδειξη της αδυναμίας του κράτους να παρακολουθεί πλήρως ή να κυριαρχεί στον παλαιστινιακό χώρο.

Η Δεύτερη Ιντιφάντα³ (2000-2005) συνέπεσε με την άνοδο της ψηφιακής αφήγησης. Οι Παλαιστίνιοι χρησιμοποίησαν τη φωτογραφία, τα μπλογκ και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης για να μοιραστούν προσωπικές ιστορίες, αντιπαραθέτοντάς τες στις αφηγηματικές προσεγγίσεις των κυρίαρχων μέσων ενημέρωσης, που συχνά τους αποανθρωποποιούσαν. Πλατφόρμες όπως η Electronic Intifada (Ηλεκτρονική Ιντιφάντα) και η citizen journalism (δημοσιογραφία των πολιτών) αμφισβήτησαν την ηγεμονία του σιωνιστικού λόγου, καταγράφοντας την καθημερινή πραγματικότητα από μια παλαιστινιακή οπτική γωνία.

Με βάση αυτή την οπτική παράδοση της αντίστασης, οι Edelbi και Waybright (2025) διερευνούν την πολυεπίπεδη πολιτισμική σημασία των γκράφιτι και της τοιχογραφίας στο Τείχος Διαχωρισμού, μιας κατασκευής που χωρίζει τη Δυτική Όχθη από την Ιερουσαλήμ και άλλες περιοχές οι οποίες κατακτήθηκαν από το 1948. Στην πρόσφατη μελέτη τους καταγράφουν πώς, μετά την κατασκευή του τείχους, οι Παλαιστίνιοι καλλιτέχνες αντέδρασαν χαράζοντας στην επιφάνεια του τοιμέντου επαναστατικές φράσεις, αφιερώματα σε πολιτικούς μάρτυρες και απεικονίσεις ιερών τόπων της Ιερουσαλήμ. Αυτές οι παρεμβάσεις έχουν μετατρέψει το τείχος σε έναν επίμαχο καμβά, που σήμερα καθορίζει σε μεγάλο βαθμό το αστικό οπτικό τοπίο της Δυτικής Όχθης.

Οι Edelbi και Waybright (2025) σημειώνουν επίσης ότι, με την πάροδο του χρόνου, το τείχος και τα παλαιστινιακά γκράφιτι έχουν προσελκύσει διεθνείς καλλιτέχνες του δρόμου και κύματα ξένων τουριστών. Αυτή η εισροή έχει οδηγήσει στην ανάπτυξη μιας βιομηχανίας τουρισμού γκράφιτι, η οποία έχει

δημιουργήσει μια σειρά πολύπλοκων και μερικές φορές ανησυχητικών συνεπειών. Το έργο τους υπογραμμίζει τον τρόπο με τον οποίο αυτές οι εξελίξεις έχουν προκαλέσει κριτική αντιπαράθεση εντός της παλαιστινιακής κοινωνίας, ιδίως μεταξύ καλλιτεχνών και πολιτιστικών εργαζομένων, σχετικά με την ηθική της ορατότητας, την πολιτική του δημόσιου χώρου και τις ευθύνες όσων εμπλέκονται σε έναν ζωντανό χώρο.

Γενοκτονία και μαρτυρία στην ψηφιακή εποχή

Τα τελευταία χρόνια, ιδιαίτερα κατά τη διάρκεια της συνεχιζόμενης επίθεσης του Ισραήλ εναντίον της Γάζας, η αφήγηση ιστοριών έχει καταστεί μια επείγουσα μορφή μαρτυρίας. Παρά τους βομβαρδισμούς, τη λογοκρισία και την κατάρρευση των υποδομών, οι Παλαιστίνιοι συνεχίζουν να καταγράφουν τις ιστορίες τους. Δημοσιογράφοι όπως ο Wael Dahdouh και η Hind Khoudary έχουν κάνει ρεπορτάζ εν μέσω πυρών, συχνά αφού έχουν χάσει οι ίδιοι μέλη της οικογένειάς τους. Η αφήγηση ιστοριών δεν είναι μόνο μια δημοσιογραφική πράξη, αλλά και μια μορφή αντίστασης ενάντια στην αορατότητα.

Στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, οι Παλαιστίνιοι μοιράζονται τα τελευταία τους μηνύματα πριν από τον θάνατο, εικόνες καταστροφής και στιγμές φευγαλέας χαράς εν μέσω του πολέμου. Αυτές οι ψηφιακές ιστορίες φτάνουν στο παγκόσμιο κοινό και έχουν πυροδοτήσει διαμαρτυρίες, έχουν μεταστρέψει τον δημόσιο διάλογο και έχουν ξεσκεπάσει τη συνηγορία των δυτικών δυνάμεων. Όπως σημειώνει ο Young (2022), η παλαιστινιακή τέχνη και αφήγηση αντιστέκονται στον μηχανισμό της διαγραφής και χτίζουν δίκτυα αλληλεγγύης που υπερβαίνουν τα εθνικά σύνορα.

Ψυχολογικές και φυσιολογικές λειτουργίες της αφήγησης ιστοριών

Στο έργο τους *Autoethnography: Writing Lives and Telling Stories*, οι Luitel και Dahal (2021, 3) γράφουν: «Το να γράφουμε για τη ζωή και να αφηγούμαστε ιστορίες ως διαδικασία έρευνας είναι πιθανόν να αυξήσει την ευαισθητοποίηση των ερευνητών, των συμμετεχόντων και των αναγνώστων». Ίσως ο πρωταρχικός στόχος των συγγραφέων στην αφήγηση των προσωπικών τους ιστοριών δεν ήταν απλώς να ενημερώσουν τους συναδέλφους ερευνητές και τους αναγνώστες για τη Νάκμπα και τα δεινά που υπέστησαν οι οικογένειές τους, αλλά μάλλον να εκφράσουν τον δικό τους βαθύ πόνο. Ωστόσο, αυτή η έκφραση του πόνου λειτουργεί αναπόφευκτα ως μια ισχυρή μορφή εκπαίδευσης, προσφέροντας μια εικόνα για το πώς ένα τέτοιο τραύμα ενσωματώνεται στη σωματική και την ψυχολογική μνήμη άλλων προσώπων, όπως οι αδελφές τους. Αυτές οι ιστορίες, που έχουν τις ρίζες τους σε γεγονότα που συνέβησαν πριν από 75 χρόνια, συνεχίζουν να μεταδίδονται, είτε προφορικά μέσω της Μουχίμπα (αδελφή της Edelbi) είτε σωματικά μέσω της Σάμπχα (αδελφή της Timraz), αποδεικνύοντας τη διαγενεακή επιβίωση της μνήμης.

Ωστόσο, τα οφέλη της αφήγησης υπερβαίνουν την πολιτική και πολιτιστική σημασία· έχουν ακόμη βαθιές ψυχολογικές και φυσιολογικές διαστάσεις. Ο Pennebaker (2011) καταδεικνύει πώς η αφήγηση συναισθηματικών εμπειριών, είτε προφορικά είτε γραπτά, επιτρέπει στα άτομα να επεξεργαστούν τα τραύματα και να αναδιοργανώσουν τις εσωτερικές αφηγήσεις τους γύρω από οδυνηρά γεγονότα. Αυτός ο μηχανισμός, που συχνά αναφέρεται ως αναδιάρθρωση της αφήγησης, μπορεί να ενισχύσει τη συναισθηματική θεραπεία και τη γνωστική μεταμόρφωση.

Για τους Παλαιστίνιους, αυτή η θεραπευτική πτυχή της αφήγησης έχει μεγάλη σημασία. Καθώς έρχονται αντιμέτωποι με διαγενεακά τραύματα, παρατεταμένη κατοχή και επαναλαμβανόμενη εκτόπιση, η αφήγηση της εμπειρίας του καθενός γίνεται μια μορφή κάθαρσης αλλά και μια πράξη αντίστασης. Επιτρέπει στα άτομα να ανακτήσουν την ικανότητα δράσης, μετατρέποντάς τα από παθητικά θύματα σε ενεργούς αφηγητές και πρωταγωνιστές της δικής τους ζωής. Η αφήγηση ιστοριών λοιπόν δεν είναι απλώς μια πράξη ενθύμησης, αλλά ένα μέσο επιβίωσης και ανάκτησης της υποκειμενικότητας εν μέσω των μηχανισμών εξάλειψης.

Το μέλλον της παλαιστινιακής αφήγησης

Καθώς η τεχνολογία εξελίσσεται και η καταπίεση εντείνεται, η παλαιστινιακή αφήγηση συνεχίζει να προσαρμόζεται. Από ντοκιμαντέρ και εγκαταστάσεις εικονικής πραγματικότητας έως βίντεο στο Instagram και προφορική ποίηση, οι Παλαιστίνιοι βρίσκουν νέους τρόπους για να αφηγηθούν την αλήθεια τους. Αυτή η καινοτομία εξασφαλίζει ότι οι ιστορίες τους παραμένουν προσβάσιμες και συνδεδεμένες με το παγκόσμιο κοινό, ιδιαίτερα με τις νεότερες γενιές.

Ταυτόχρονα, οι βασικές λειτουργίες της αφήγησης, η διατήρηση της μνήμης, η επιβεβαίωση της ταυτότητας, η αντίσταση στην εξάλειψη, παραμένουν αμετάβλητες. Είτε παρουσιάζονται σε ένα προσφυγικό στρατόπεδο, είτε είναι ραμμένες σε ένα νυφικό, είτε μεταδίδονται σε μια διεθνή σκηνή, οι παλαιστινιακές ιστορίες μεταφέρουν το ίδιο αμετάβλητο μήνυμα: Είμαστε εδώ. Θυμόμαστε. Αντιστεκόμαστε.

Αφηγηματικές τέχνες στον ψηφιακό διαδραστικό κόσμο: παλαιστινιακά μοντέλα

Καθώς η παραδοσιακή αφήγηση προσαρμόζεται στην ψηφιακή εποχή, βρίσκει νέες μορφές που επιτρέπουν την ευρύτερη συμμετοχή του κοινού και τη διατήρηση της πολιτιστικής ταυτότητας σε εικονικούς χώρους. Η παλαιστινιακή εμπειρία, που έχει τις ρίζες της στην προφορική παράδοση και στις παραστατικές εκφράσεις, έχει εξελιχθεί σημαντικά με τη χρήση πολυμέσων, ψηφιακών πλατφορμών και διαδραστικών τεχνολογιών. Αυτή η μεταμόρφωση εξασφαλίζει ότι οι παλαιστινιακές αφηγήσεις όχι μόνο επιβιώνουν, αλλά φτάνουν και προσεγγίζουν το παγκόσμιο κοινό με δυναμικούς τρόπους.

Ένα αξιοσημείωτο παράδειγμα είναι η άνοδος των διαδραστικών ντοκιμαντέρ και των ψηφιακών αρχείων. Έργα όπως το «Palestinian Journeys», μια συνεργασία μεταξύ του Ινστιτούτου Παλαιστινιακών Σπουδών και του Visualizing Palestine, προσφέρουν ένα διαδραστικό ψηφιακό χρονολόγιο και προσωπικές ιστορίες, που οι χρήστες μπορούν να εξερευνήσουν συνδυάζοντας την αρχαιακή έρευνα με μια αφήγηση που κατευθύνεται από τον χρήστη.

Ένα άλλο σημαντικό μοντέλο είναι το έργο του The Freedom Theatre, με έδρα το προσφυγικό στρατόπεδο της Τζενίν, το οποίο έχει επεκτείνει τις ζωντανές παραστάσεις του σε διαδικτυακές πλατφόρμες, προσφέροντας διαδικτυακά εργαστήρια, θεατρικές παραστάσεις σε ψηφιακή μετάδοση και διαδραστικές συνεδρίες ερωτήσεων και απαντήσεων, που διατηρούν την αμεσότητα της ζωντανής παράστασης σε παγκόσμια ψηφιακή σφαίρα. Οι παραγωγές τους συχνά καλούν το κοινό να αλληλεπιδράσει, θολώνοντας τα όρια μεταξύ ερμηνευτή και θεατή και επιτρέποντας στους Παλαιστίνιους της διασποράς να συμμετέχουν σε πολιτιστικές εκδηλώσεις από μακριά (Reeves, 2021).

Σε συνέντευξη που έδωσε στη Maryam Monalst Gharavi (Απρίλιος 2011), ο Juliano Mer Khamis, Ισραηλινο-παλαιστίνιος ηθοποιός, σκηνοθέτης, κινηματογραφιστής και ιδρυτής του The Freedom Theatre, αναφέρθηκε στην τέχνη ως ένα από τα μέσα που κινητοποιούν τους ανθρώπους προς την ελευθερία, διευκρινίζοντας ότι «η τέχνη δεν μπορεί να σας απελευθερώσει από τα δεσμά σας, αλλά μπορεί να δημιουργήσει και να κινητοποιήσει [έναν] διάλογο για την ελευθερία. Η τέχνη μπορεί να δημιουργήσει συζήτηση, η τέχνη μπορεί να εκθέσει».

Ο Παλαιστίνιος καλλιτέχνης και θεατρικός συγγραφέας Amer Hlehel είναι ένα άλλο παράδειγμα προσαρμογής της αφήγησης σε νέες μορφές. Οι παραστάσεις του, όπως το *Taha*, ένα μονόδραμα βασισμένο στη ζωή του ποιητή Taha Muhammad Ali, έχουν κινηματογραφηθεί και προσαρμοστεί για ψηφιακή μετάδοση, πράγμα που καθιστά τις βαθιά προσωπικές παλαιστινιακές αφηγήσεις προσβάσιμες σε ένα ευρύτερο διεθνές κοινό.

Οι πλατφόρμες κοινωνικών μέσων έχουν επίσης δώσει αφορμή για νέες μορφές αφηγηματικής τέχνης. Καλλιτέχνες όπως η Rana Bishara και η Suad Amiry χρησιμοποιούν το Instagram, το Twitter και τα podcasts για να συνυψάνουν προσωπικές ιστορίες με πολιτικά σχόλια, προσεγγίζοντας τις νεότερες γενιές με διαδραστικές μορφές πλούσιες σε πολυμέσα.

Στον τομέα των ψηφιακών κόμικς και της γραφιστικής αφήγησης ιστοριών, πρωτοβουλίες όπως το «The Palestine Project» χρησιμοποιούν τις εικαστικές τέχνες σε συνδυασμό με την αφήγηση για να δημιουργήσουν διαδικτυακό περιεχόμενο που μπορεί να διαμοιραστεί, το οποίο εκπαιδεύει και κινητοποιεί, ιδιαίτερα το μη αραβόφωνο κοινό.

Τέλος, η χρήση της εικονικής πραγματικότητας (VR) και της επαυξημένης πραγματικότητας (AR) στην παλαιστινιακή αφήγηση αρχίζει να παίρνει μορφή. Έργα όπως το *The Rift: A Palestinian Journey* (από καλλιτέχνες εμβυθιστικής τέχνης όπως η Rula Halawani και άλλοι)

χρησιμοποιούν την εικονική πραγματικότητα για να αναδημιουργήσουν κατεστραμμένα χωριά ή ιστορικά μνημεία, επιτρέποντας στους χρήστες να βιώσουν μια πολυεπίπεδη ενσώματη αφήγηση της παλαιστινιακής απώλειας και ανθεκτικότητας.

Αυτά τα σύγχρονα μοντέλα όχι μόνο διατηρούν, αλλά και επαναπροσδιορίζουν την παλαιστινιακή ταυτότητα, προσφέροντας διαδραστικούς συμμετοχικούς και δημοκρατικούς τρόπους ενασχόλησης με την ιστορία, τη μνήμη και την αντίσταση. Δείχνουν πώς η αφήγηση ιστοριών και οι παραστατικές τέχνες, ακόμη και καθώς εξελίσσονται τεχνολογικά, παραμένουν ουσιαστικά εργαλεία για την πολιτιστική επιβίωση και την πολιτική έκφραση.

Συμπέρασμα

Στο παλαιστινιακό πλαίσιο, η αφήγηση ιστοριών και οι παραστατικές τέχνες δεν είναι απλώς αισθητικές αναζητήσεις, αλλά επείγουσες δράσεις μνήμης, αντίστασης και ανθεκτικότητας. Αυτές οι δημιουργικές μορφές δεν υπάρχουν μεμονωμένα, αλλά είναι άρρηκτα συνυφασμένες με τον συλλογικό αγώνα και την ιστορική συνείδηση. Όπως μας υπενθυμίζει ο Paulo Freire (2000), το να είσαι άνθρωπος σημαίνει να είσαι μεταμορφωτικός, να γράφεις και να ξαναγράφεις την ιστορία μέσω της δημιουργικής ενασχόλησης με την πραγματικότητα. Στο παλαιστινιακό πλαίσιο, καλλιτέχνες, ποιητές, χορευτές και αφηγητές ενσαρκώνουν αυτή την αρχή, διεκδικώντας την ανθρωπιά τους μέσω τρόπων έκφρασης που αρνούνται την εξάλειψη και απαιτούν αναγνώριση.

Σε έναν κόσμο που χαρακτηρίζεται από κατακερματισμό και σιωπή, οι τέχνες προσφέρουν στους Παλαιστίνιους ένα ισχυρό μέσο διαλόγου μεταξύ των γενεών, πέρα από τα σύνορα και ενάντια στον μηχανισμό της κατοχής. Αυτός ο διάλογος δεν είναι παθητικός, είναι επαναστατικός. Φέρει το βάρος της ιστορίας και την υπόσχεση ενός απελευθερωμένου μέλλοντος. Το να αφηγηθεί κανείς μια παλαιστινιακή ιστορία σήμερα δεν σημαίνει μόνο να αντισταθεί στη λήθη, αλλά και να συμμετάσχει στη δημιουργία ενός μέλλοντος που βασίζεται στη δικαιοσύνη, στη μνήμη και την ακατάλυτη ζωτικότητα του ανθρώπινου πνεύματος.

Η αφήγηση ιστοριών και οι παραστατικές τέχνες ήταν πάντα κάτι περισσότερο από πολιτιστικές πρακτικές για τους Παλαιστίνιους, ήταν η σωτηρία τους. Με φόντο τη γενοκτονία, την κατοχή και τον αναγκαστικό εκτοπισμό, αυτές οι δημιουργικές μορφές έκφρασης χρησιμεύουν ως εργαλεία αντίστασης, θεραπείας και επιβίωσης. Γεφυρώνουν τις γενιές, αντισταθμίζουν τον ιστορικό ρεβιζιονισμό και εξανθρωπίζουν έναν λαό που πολύ συχνά στερείται φωνής.

Καθώς η πολιτική εθνοκάθαρση του Ισραήλ συνεχίζεται, η παλαιστινιακή ιστορία γίνεται όλο και πιο δυνατή, πιο επιτακτική και πιο δημιουργική. Σε κάθε ποίημα, χορό, τοιχογραφία και νανούρισμα, υπάρχει μια βαθιά επιβεβαίωση της ύπαρξης. Και σε έναν κόσμο που συχνά προσπαθεί να τους φιμώσει, το να διηγούνται την ιστορία τους γίνεται η πιο ριζοσπαστική πράξη από όλες.

Ο Freire (2000) περιγράφει τους ανθρώπους ως μεταμορφωτικά και δημιουργικά όντα, που βρίσκονται σε συνεχή αλληλεπίδραση με την πραγματικότητα. Δεν παράγουν απλώς υλικά αγαθά ή απτά αντικείμενα, αλλά γεννούν παράλληλα κοινωνικούς θεσμούς, ιδέες και έννοιες. Μέσα από τις συνεχείς πρακτικές τους, οι άνθρωποι δημιουργούν ταυτόχρονα ιστορία και καθίστανται ιστορικά κοινωνικά όντα. Σε αντίθεση με τα ζώα, οι άνθρωποι είναι ικανοί να ενσωματώνουν τον χρόνο σε τρεις διαστάσεις: το παρελθόν, το παρόν και το μέλλον. Ως αποτέλεσμα, η ιστορία τους, όπως διαμορφώνεται από τη δική τους δημιουργικότητα, ξεδιπλώνεται ως μια συνεχής διαδικασία μετασχηματισμού, στην οποία συγκροτούνται ιστορικές κοινότητες.

Ο Freire τονίζει την ανάγκη των καταπιεσμένων να συμμετάσχουν στην επαναστατική διαδικασία με μια ολοένα αυξανόμενη κριτική συνείδηση του ρόλου τους ως ενεργών παραγόντων της αλλαγής. Ο διάλογος με τον λαό είναι απολύτως απαραίτητος για κάθε γνήσια επανάσταση. Αυτό ακριβώς διακρίνει μια επανάσταση από ένα στρατιωτικό πραξικόπημα. Όσο νωρίτερα ξεκινά ο διάλογος, τόσο πιο επαναστατική γίνεται η κινητοποίηση. Αυτός ο διάλογος, που είναι θεμελιώδης απαραίτητος για την επανάσταση, συνάδει με μια άλλη θεμελιώδη ανθρώπινη ανάγκη: την ανάγκη των γυναικών και των ανδρών ως όντων που δεν μπορούν να είναι πραγματικά άνθρωποι αν δεν επικοινωνούν

για να συνδεθούν, επειδή στη βάση τους αποτελούν επικοινωνιακά όντα.

Μετάφραση από τα αγγλικά: **Μαίρη Καλδή**

Σημειώσεις

1. Η Νάκμπα, που σημαίνει «καταστροφή» στα αραβικά, αναφέρεται στη μαζική εκτόπιση και στέρξη των περιουσιών των Παλαιστίνιων κατά τη διάρκεια του Αραβοϊσραηλινού πολέμου του 1948, όταν πάνω από 700.000 Παλαιστίνιοι εκδιώχθηκαν από τις πατρογονικές εστίες τους με την ίδρυση του κράτους του Ισραήλ. Η Νάκμπα αποτελεί θεμελιώδες τραύμα και σημείο αναφοράς της παλαιστινιακής ταυτότητας και μνήμης. (Σ.τ.Μ.)
2. Πρώτη Ιντιφάντα ή πρώτη Παλαιστινιακή Ιντιφάντα (1987-1993): Λαϊκή εξέγερση των Παλαιστίνιων ενάντια στην ισραηλινή κατοχή, που σηματοδότησε μια περίοδο μαζικής πολιτικής ανυπακοής, κοινωνικής οργάνωσης και διεθνούς ευαισθητοποίησης. (Σ.τ.Μ.)
3. Δεύτερη Ιντιφάντα (2000-2005): Νέα εξέγερση των Παλαιστίνιων, που ξέσπασε μετά την αποτυχία των ειρηνευτικών διαδικασιών, με εντονότερες συγκρούσεις και καταστολή, αλλά και βαθύτερη ριζοσπαστικοποίηση της παλαιστινιακής αντίστασης. (Σ.τ.Μ.)

Βιβλιογραφικές αναφορές

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5η έκδ.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Abu-Lughod, L. (1993). *Writing women's worlds: Bedouin stories*. University of California Press.
- Alshaer, A. (2016). *Palestinian poetry and the politics of exile: Gender, aesthetics and resistance*. I.B. Tauris.
- Ankori, G. (2006). *Palestinian Art*. London: Reaktion Books.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.
- Amiry, S. (2023). *Telling Ramallah: Memory and satire in 60 seconds*. Personal podcast series.
- Art is freedom without force: An interview with the late Juliano Mer-Khamis (5 Απριλίου, 2011) <https://southissouth.wordpress.com/2011/04/05/art-is-freedom-without-force-interview-with-the-late-juliano-mer-khamis/>
- Bishara, R. (2022). *Visual resistance through social media*. Instagram profile: <https://www.instagram.com/ranabishara>
- Butler, J. (2004). *Prearious Life: The Powers of Mourning and Violence*. Verso.
- Ceaușu, A. (2018). The Healing Power of Art-Therapy. *Journal of Education Culture and Society*, 9(1), 84-91.
- Cook, J. & Kanaaneh, A. (2004). *Stolen youth: The politics of Israel's detention of Palestinian children*. Pluto Press.
- Danieli, Y. (1998). *International handbook of multigenerational legacies of trauma*. Springer.
- Edelbi, K. & Waybright, C. L. (2025). Assessment and cultural sensitivity regarding international graffiti on the Separation Wall in Palestine. Στο *Routledge Handbook of Arts and Global Development* (σσ. 231-245). Routledge.
- Erakat, N. (2019). *Justice for some: Law and the question of Palestine*. Stanford University Press.
- Freak-Poli, R. & Ryan, J. (2019). The impact of psychological stress and trauma on later-life cognitive function and dementia. EUR Research Information Portal. <https://cordis.europa.eu/project/id/747487>
- Freire, P. (2000). *Pedagogy of the oppressed* (30ή επετειακή έκδ., μτφρ. M.B. Ramos,). Continuum. (Original work published 1970).

- Calder, G. (2013). Narrative, empathy and morality. *Ethical Theory and Moral Practice*, 16(2), 205-220.
- Gharavi, M. (Απρίλιος 2011). Συνέντευξη με τον Juliano Mer Khamis. *Jadaliyya*. <https://www.jadaliyya.com/Details/23831>
- Halawani, R. (2020). *The Rift: A Palestinian Journey* [VR installation]. <https://www.rulahalawani.art>
- Hirsch, M. (2012). *The Generation of Postmemory: Writing and Visual Culture After the Holocaust*. Columbia University Press.
- Hlehel, A. (2017). *Taha* [Theatrical monodrama]. Produced for online streaming by the Young Vic Theatre. <https://www.youngvic.org/whats-on/taha>
- Hooks, B. (1990). *Yearning: Race, Gender, and Cultural Politics*. South End Press.
- Kanafani, G. (2000). *Palestine's children: Returning to Haifa and other stories* (μτφρ. Β. Harlow). Lynne Rienner Publishers. (Το πρωτότυπο έργο δημοσιεύτηκε στα αραβικά.)
- Kanaaneh, R.A. (2002). *Birthing the nation: Strategies of Palestinian women in Israel*. University of California Press.
- Karim, R. (2022). *Art as Artillery: Art as a Method of Existence and Resistance in Palestine* (Διδακτορική διατριβή, School of the Art Institute of Chicago).
- Khalidi, R. (2020). *The hundred years' war on Palestine: A history of settler colonialism and resistance, 1917-2017*. Metropolitan Books.
- Kiser, L., Baumgardner, B. & Dorado, J. (2010). Practical Guidelines and Tools for Promoting Resilience in Children and Families Facing Trauma. στο *Treating Traumatized Children*, 1η έκδ. Routledge.
- Lughod, L.A. (1998). *Remaking Women: Feminism and Modernity in the Middle East*. Princeton University Press.
- Lupien, S.J., McEwen, B.S., Gunnar, M.R. & Heim, C. (2009). Effects of stress throughout the lifespan on the brain, behaviour and cognition. *Nature Reviews Neuroscience*, 10(6), 434-445. <https://doi.org/10.1038/nrn2639>.
- Luitel, B.C. & Dahal, N. (2021). Autoethnography: Writing lives and telling stories. *Journal of Transformative Praxis*, 2(1), 1-7.
- Massad, J. (2006). *The persistence of the Palestinian question: Essays on Zionism and the Palestinians*. Routledge.
- McEwen, B.S. (2007). Physiology and neurobiology of stress and adaptation: Central role of the brain. *Physiological Reviews*, 87(3), 873-904. <https://doi.org/10.1152/physrev.00041.2006>
- Nassar, J.R. & Heacock, R. (επιμ.). (1998). *Intifada: Palestine at the crossroads*. Praeger.
- Nilaweera, D., Freak-Poli, R. & Ryan, J. (2019). The impact of psychological stress and trauma on later-life cognitive function and dementia. *Journal of Gerontology and Geriatrics*, 67(2), 114-122.
- Palestinian Journeys. (χ.χ.). *An interactive platform*. Institute for Palestine Studies & Visualizing Palestine. <https://www.paljourneys.org/>
- Peteet, J. (1996). The writing on the walls: The graffiti of the Intifada. *Cultural Anthropology*, 11(2), 139-159. <https://doi.org/10.1525/can.1996.11.2.02a00010>
- Pennebaker, J.W. (2011). *Opening up: The healing power of expressing emotions* (3η έκδ.). Guilford Press.
- Reeves, M. (2021). Digital theatre and Palestinian resistance: The Freedom Theatre online. *Journal of Performance and Conflict*, 14(3), 228-243.
- Said, E.W. (1993). *Culture and Imperialism*. Knopf.
- Said, E.W. (2000). *Reflections on exile and other essays*. Harvard University Press.
- Sa'di, A.H. & Abu-Lughod, L. (επιμ.). (2007). *Nakba: Palestine, 1948, and the claims of memory*. Columbia University Press.
- Saloul, I. (2012). *Catastrophe and exile in the modern Palestinian imagination: Telling memories*. Palgrave Macmillan.
- Schore, A.N. (2001). The effects of early relational trauma on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22(1-2), 201-269. [https://doi.org/10.1002/1097-0355\(200101/04\)22:1<201::AID-IMHJ8>3.0.CO;2-9](https://doi.org/10.1002/1097-0355(200101/04)22:1<201::AID-IMHJ8>3.0.CO;2-9)
- Severs, W.B., McLoon, L.K. & Skornia, S.L. (2003). Psychological trauma and its neurophysiological impact. *Journal of Neurological Research*, 25(3), 193-202. <https://doi.org/10.1179/016164103101200123>
- Severs, M., Korosi, A. & Nyakas, C. (2003). Early-life stress-induced vulnerability to Alzheimer's disease and aging-related cognitive decline. *Neuroscience & Biobehavioural Reviews*, 27(1-2), 169-178. [https://doi.org/10.1016/S0149-7634\(03\)00018-3](https://doi.org/10.1016/S0149-7634(03)00018-3)
- Severs, E., James, T., Letrondo, P., Løvland, L., Marchant, N.L. & Mukadam, N. (2023). Traumatic life events and risk for dementia: a systematic review and meta-analysis. *BMC geriatrics*, 23(1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s12877-023-04287-1>
- Sium, A. & Ritskes, E. (2013). Speaking truth to power: Indigenous storytelling as an act of living resistance. *Decolonization: indigeneity, education & Society*, 2(1).
- Tawil-Souri, H. (2014). Social media and the politics of Palestinian visibility. *Middle East Journal of Culture and Communication*, 7(2), 172-189. <https://doi.org/10.1163/18739865-00702005>
- Teicher, M.H. & Samson, J.A. (2016). Annual Research Review: Enduring neurobiological effects of childhood abuse and neglect. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 57(3), 241-266. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12507>
- The Palestine Project. (χ.χ.). *Digital comics and storytelling*. <https://www.palestineproject.org/>

- Van der Kolk, B.A. (1998). The body keeps the score: memory and the evolving psychobiology of posttraumatic stress. Στο M.J. Horowitz (επιμ.), *Essential papers on posttraumatic stress disorder* (σσ. 301-326). New York University Press.
- Van der Kolk, B.A. (2014). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. Viking.
- Weizman, E. (2007). *Hollow Land: Israel's Architecture of Occupation*. Verso.
- Yehuda, R., Daskalakis, N.P., Desarnaud, F., et al. (2018). Epigenetic mechanisms contributing to trauma-related disorders and the intergenerational transmission of trauma. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 20(3), 241-253. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2013.00118>
- Young, S. (2022). The art of resistance: art and resistance in Palestine. *JANUS.NET e-journal of International Relations*, 12(N2,TD2), 18-36. <https://doi.org/10.26619/1647-7251.DT0122.2>

Η δρ. **Khitam Edelbi** (Ph.D., Πανεπιστήμιο Lesley) είναι ειδική στις Θεραπείες μέσω Παραστατικών Τεχνών και έχει πάνω από 30 χρόνια εκτεταμένης εμπειρίας στο θέατρο, στην αφήγηση ιστοριών, στην παραγωγή θεατρικών έργων και τη θεραπεία μέσω της τέχνης. Σήμερα διδάσκει στο Πανεπιστήμιο Dar al-Kalima στη Βηθλεέμ, στο Πρόγραμμα Θεραπεία μέσω της Τέχνης. Από το 2009, η δρ. Edelbi εκπαιδεύει ψυχολόγους και κοινωνικούς λειτουργούς στη χρήση διαφορετικών μεθόδων τέχνης για την έκφραση και την ψυχολογική υποστήριξη. Εργάστηκε στο θέατρο, στο παιδικό θέατρο και στον κινηματογράφο ως ηθοποιός για αρκετά χρόνια. Γράφει και αφηγείται ιστορίες για παιδιά.

Η διδακτορική της διατριβή με τίτλο *Χρήση του θεάτρου Playback με εφήβους στο προσφυγικό στρατόπεδο Qalandia στην Παλαιστίνη* δημοσιεύτηκε από το Πανεπιστήμιο Lesley. Έχει συγγράψει και δημοσιεύσει ακαδημαϊκά άρθρα, όπως το «Μια πολύχρωμη γλώσσα: Το θέατρο Playback ως τρόπος ακρόασης των νέων στην Παλαιστίνη» μαζί με την Hussein-Shannan το 2023 και το «Αξιολόγηση και πολιτισμική ευαισθησία σχετικά με τα διεθνή γκράφιτι στο τείχος διαχωρισμού στην Παλαιστίνη» με τον Waybright το 2025.

Η **Shams Almanal Timraz** είναι παραγωγός, κριτικός τέχνης και σύμβουλος πολιτισμού και έχει πάνω από είκοσι χρόνια εμπειρίας στην παραγωγή τέχνης και τη δημιουργική συμβουλευτική σε όλους τους κλάδους. Με παλαιστινιακές ρίζες και μεγαλωμένη στην Ευρώπη, έχει αφιερώσει την καριέρα της στον εμπλουτισμό του παλαιστινιακού πολιτιστικού τοπίου μέσω της κριτικής συζήτησης, της δημιουργικής παραγωγής και της στρατηγικής συμβουλευτικής. Η εμπειρογνωμοσύνη της εκτείνεται στην κριτική κινηματογράφου και θεάτρου, στην ανάδειξη καλλιτεχνών και την επιμέλεια προγραμμάτων που συνδέουν τοπικές αφηγήσεις με το παγκόσμιο κοινό. Κατέχει μεταπτυχιακό τίτλο στην Επίλυση Συγκρούσεων και τη Διεθνή Διαμεσολάβηση, με πολυετή εμπειρία στη Μέση Ανατολή. Έχει διαχειριστεί πολιτιστικούς χώρους, διοργανώσει εκθέσεις και συμβάλει στη διαμόρφωση πολιτικής για τις τέχνες. Η Shams διαθέτει μοναδική εμπειρία στην πολιτιστική διαμεσολάβηση και στις δημιουργικές πρακτικές που διαχειρίζονται με ευαισθησία τις συγκρούσεις. Έχει ιδρύσει και διευθύνει τη Shams & Rise Arts, μια πλατφόρμα συμβουλευτικών υπηρεσιών και παραγωγής, που προωθεί ανεξάρτητες πολιτιστικές πρωτοβουλίες με κοινωνικό αντίκτυπο.