

Sara Búho



FRAGILIDADES

FRAGILIDADES

Sara Búho

Ilustraciones de norte.00

ÍNDICE

Entrego toda mi fragilidad	13	Un corazón puede romperse	53
Palomas	15	Altura	54
La herida que más me duele	16	El mar	55
Conocidos	17	Nos gusta sentirnos libres	56
La flor	18	Expectativas	57
Negar la fragilidad	19	¿Hacia dónde vas cuando huyes?	59
Hastío	23	Poniendo orden	60
Cura tu herida	24	Ansiedad día cuatro	61
Aristas	25	La clave estaba en no esperar nada	62
Mi fragilidad no depende de ti	27	El olvido	63
Antes de la tormenta	28	Algo parecido	67
Ansiedad día uno	29	No es un duelo	68
Lejanía	30	Me rindo	69
Tiempo	31	Escribo	70
Ansiedad día dos	33	Fuerza o resistencia	71
Un día de estos un abrazo te salvará la vida	36	La otra cara del olvido	72
Exceso de palabra	37	Mis sombras	73
Pide ayuda a la niña	38	Diario III	74
Despersonalización	39	La vida comienza	75
Diario I	40	Lo que no es amor	77
Umbral	41	Hemos quitado las espinas	78
Aplauden mi vuelo	42	Recuerdo del propio cuerpo	79
Ansiedad día tres	43	Uno solo puede volver	80
Llegamos a tiempo	44	Eres frágil	81
Que la culpa no te moje las alas	45	Y estos ojos míos	84
Diario II	46	Quiero abrazarte	85
Destiempos	47	La distancia se mide en ganas	86
Contradicciones	48	Cristales	87
De estaciones y trenes	49		

Uno de enero	88	Concilio	128
Hablan de amor propio	89	Delirios de apatía	129
Qué puedo decirle al espejo	90	Experimento	130
Lo que no sucedió	91	Algo hermoso	131
La vida	92	Vivir en el intento	132
Amarillo	93	Te sé	133
Calma	95	Veo en tu oscuridad, yo	134
Qué débil tú	96	Fragilidad es saberse frágil	135
Me sitúo a contraluz	97	Estacas	136
Ansiedad día cinco	100	Autoborrado	137
Soy capaz de quedarme quieta	103	Buenas noticias	138
Qué quedará de nosotros	105	Te quiero como debería quererme a mí	139
Recuerdas	106	Clarividencia	141
Amaneceres	107	Soy	142
Todo lo que un día lloramos	108	Soledad	143
Vuelta a la timidez	109	Huida distorsionada	144
Aprender a quererse	110	Lluvia y lágrima	145
Quien no conoce su herida	111	Te veo	146
<i>Déjà vu</i>	113	Un poema y tú	147
Andalucía	114	Hogar	148
He de aprender	115	Y si ahora	149
Dime que todo va a salir bien	116	Se hace necesario	150
Ansiedad día seis	117	Intenciones	151
En visto	118	Nadie permanece perdido eternamente	152
Cenizas	119	Debes saber	153
Un adiós a tiempo	123	Poema para perdonarse	154
Diario IV	124	Apunté tu nombre en un papel	159
Vicios	125		
Existes	127		

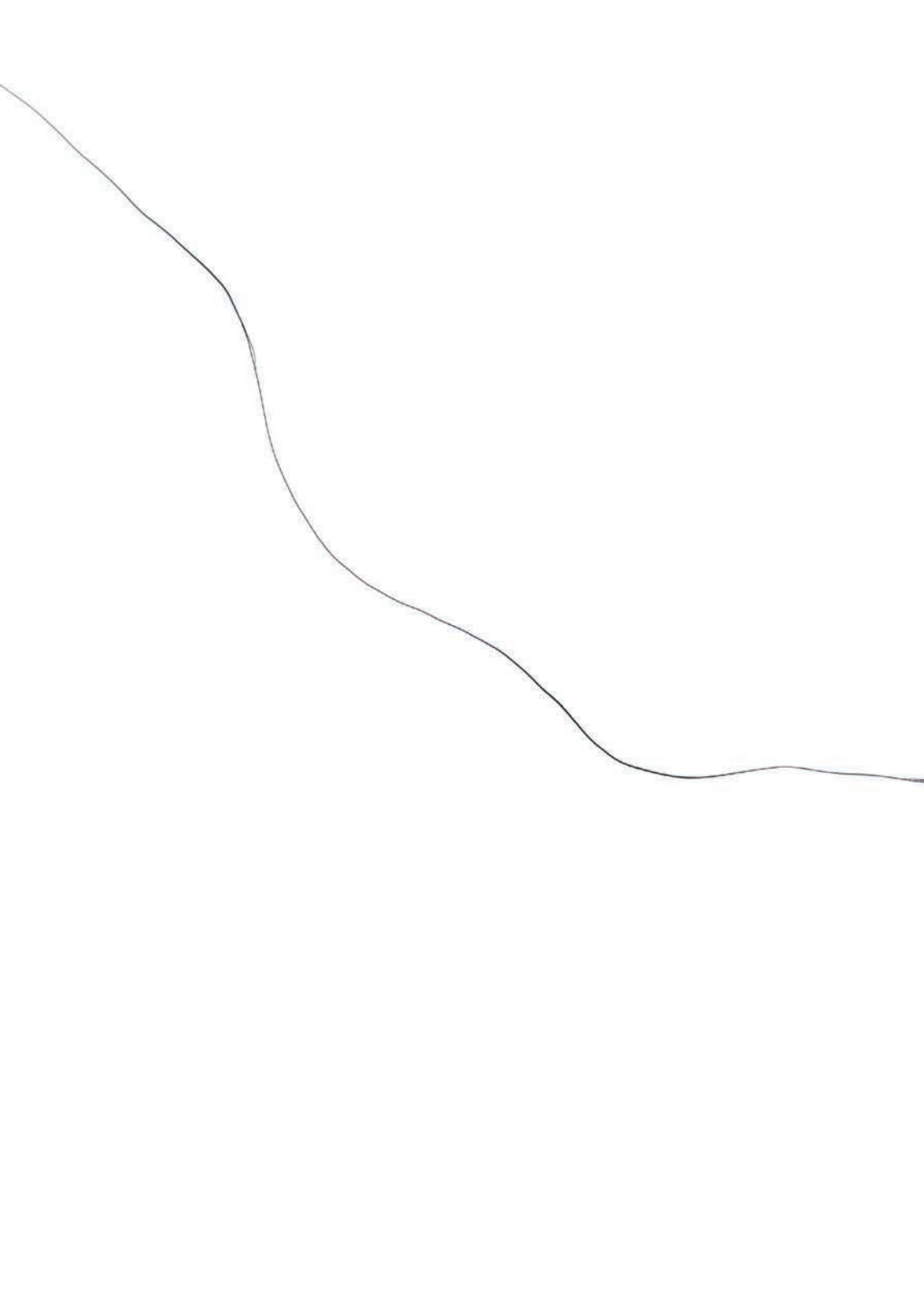
Fragilidad:

Del lat. *fragilitas, -ātis*
f. Cualidad de frágil.

Frágil:

Del lat. *fragilis*.

1. adj. Quebradizo, y que con facilidad se hace pedazos.
2. adj. Débil, que puede deteriorarse con facilidad.
Tiene una salud frágil.
3. adj. Dicho de una persona: Que cae fácilmente en algún pecado, especialmente contra la castidad.
4. adj. Caduco y perecedero.





Entrego toda mi fragilidad
para recordarle al mundo
que por más peso que ponga
en mi espalda,
una flor puede atravesar el asfalto.

PALOMAS

En marzo de un año que nunca lograré olvidar
entendí que el mundo es un lugar frágil,
que lo impensable sucede,
y que vivir huyendo de la vulnerabilidad
es entregarse sin remedio al miedo.
Nos hacía falta una primavera sin sus flores
para volver a entender la raíz.
Una mañana de esas en las que todo era igual,
a pesar de que nada se parecía a lo que fue,
me sorprendí odiando la naturalidad
con la que los pájaros visitaban mi balcón.
Solo enfrentando esa inquina
pude comprobar que eran palomas
y que venían a cuidar de su nido.
Ellas me permitieron ver nacer a sus criaturas,
y me regalaron una parcela emocionante de tiempo
que antes dedicaba al lamento.
Cada mañana al levantarme, iba a comprobar
si el milagro había sucedido y ya habían roto
el cascarón. Sin darme cuenta,
le arrancaron a mi día
un trozo de pena.
Nacieron, y la belleza no estaba en sus
pequeños cuerpos, pero sí en todo lo demás.
Piaban con los ojos cerrados,
como si ya conocieran el hambre y el amor
y quisieran saciarse rápido.
Fueron creciendo, llenándose de plumas,
y un día al despertar ya no estaban ahí.
Esos pájaros molestos
que venían a lucir libertad,
me hablaron de la ternura, de la ilusión,
de la paciencia y de la esperanza.
Durante casi dieciocho días
entendí un poco más la vida
y lo importante que es nuestra
insignificancia.

La herida que más me duele
nunca está en mi cuerpo.

CONOCIDOS

Entre ellos y yo,
un sendero construido rápido,
desnivelado, difícil,
un sendero que no quiere ser recorrido.

No se me da bien decir adiós.
A veces me sobra contundencia
y otras me falta.
No se me da bien mantener en el corazón
lugares desocupados,
aunque también me faltan fuerzas
para arrancarlos del todo.

Entre ellos y yo,
carreteras abandonadas
hablan del camino que ya nunca haremos
pero que no puede dejar de existir.

LA FLOR

Mira tus manos,
las mías,
nuestras manos ensangrentadas
de intentar quitar todo
lo que nos hacía daño.

El problema no era la espina,
era vivir queriendo arrancar la flor.

negar la fragilidad
es negar la cicatriz