

INSTANTES

SARA JUNG



*Y la vida es eso... instantes que
atrapas o pierdes para siempre*

Instantes

Y la vida es eso...instantes que atrapas o pierdes para siempre

Copyright © 2020 Sara Jung
Todos los derechos reservados.

Enlaces de Contacto

Email

jungciocontact@gmail.com

Instagram



traficantes_d_palabras

Página de Facebook



Libre-Mente

Se paró el tiempo para regalarme este instante.

La poesía es vida...

La poesía es vida...

La poesía es amor...

La poesía es libertad...

La poesía son instantes fugaces,
presente y pasado.

La poesía son sentimientos,
en ocasiones alterados,
versiones de uno mismo,
que se magnifican en cada palabra escrita.

La poesía son regalos inesperados
nos abren las puertas
a los sueños y esperanzas.

La poesía nos libera,
nos emerge y sumerge.

La poesía unifica a la humanidad
a través de expresiones,
por eso quizás y sólo quizás...
tú y yo no resultemos tan diferentes.

Índice

[Amor en el balcón](#)

[Esperanza](#)

[Ciclos](#)

[Incertezas](#)

[Las horas](#)

[Perdón](#)

[Encontrarse](#)

[Mare temido](#)

[Un día a la vez](#)

[Renacer](#)

[Manos lastimadas](#)

[Fugaz](#)

[Tristeza](#)

[Tecnología](#)

[Rabia](#)

[Un relato](#)

[Hablo de mí y de ti](#)

[Confianza](#)

[Se tú](#)

[La cocina y la vida](#)

[Sueño](#)

[Gracias](#)

[Noche](#)

[Olvido](#)

[Nuevo orden](#)

[Despertar](#)

[Rutina](#)

[Anochecer](#)

[Soledad](#)

[Partir](#)

[Frío amor](#)

[Ilusión](#)

[Psicopatía](#)

[Palabras](#)

[El desván](#)

[Mañana](#)

[Tula](#)

[Howl](#)

[Veraz](#)

[Poesía](#)

[Por todo ello](#)

[Sin ver](#)

[Saber](#)

[Mil verdes](#)

[Esporas](#)

Amores por veintena

Yo sí lo quiero, es mentira,
pero ¿cuándo no lo quise?
Mi viento buscaba su voz
para encontrar su oído.
Será mío y yo de otro,
como después de sus besos.
Era mi voz, su cuerpo oscuro
y mis ojos claros.
Yo siempre lo querré, no es cierto,
pero tal vez lo quise.
Es tan largo el olvido
y tan corto el amor...

En honor a Pablo Neruda: “ Veinte
poemas de amor y una canción
desesperada”

Amor en el balcón

Shakespeare lo inventó.

Julietta a escondidas lo intentó.

Melibea no lo soportó

y rota de dolor lo terminó.

Amor en el balcón,

naciste como espacio de inocencia sin ser inocente.

Amor en el balcón

espacio de amor y a veces de muerte.

El tiempo te cambió.

La pandemia te transformó.

Mucha gente en ti bailó, cantó, aplaudió y se casó.

No volviste a lo un día fuiste,

ahora eres mil veces potente.

No pasas indiferente, ausente

de uso para penitentes.

Hoy te luces,

y por supuesto

tu mágica alegría traduces.

Esperanza

Dibujé nuestro futuro atado a un sinfín de recuerdos.

Aun sintiéndolo,

veré cómo se pierde en el tiempo.

Ahora ya no queda nada, sólo memorias aturcidas.

¡Quién pudiera volver atrás para darle alas de nuevo!

Intenté resucitar, dar riendas a los engranajes.

Esperé un milagro,

y nunca llegó.

Seguiré por las calles divagando en la esperanza...

Ciclos

Intenté llegar a mí demasiado lejos estaba,
las tinieblas oscuras me hacían pensar,
cómo recuperar las riendas de mi desdichada mirada.

Ciclos, ruidos, gritos, aumentaban.

Las penumbras me acogían.

Miénteme, locura, miénteme.

Me lloré sin sentir,

un estilo ruin afina los lazos,

descuartiza mi ira.

Incómoda, siento como roza mi piel.

Sal que desciende, que se incrusta,

como lava de un volcán,

que sin consciencia me ahoga.

Ciclos, ruidos, gritos, aumentaban.

Las penumbras me acogían.

Miénteme, locura, miénteme.

Incertezas

Veré lo que no es.

Sólo con mis ojos cerrados sentiré lo que es.

El viaje aéreo de tu mano a la mía

termina en una fusión tardía

Quien toca, trastoca

y mis sentidos se desbocan.

Yo te sé mi Lazarillo

en este mundo color amarillo.

No quiero que te ates a mis pedidos.

No quiero que me expliques.

No quiero que por mí en todo apliques.

No quiero que seas mis sentidos.

Carezco de vista

pero ni el oculista

con su panorama más realista,

ha roto mi imaginación surrealista.

Las horas

Es igual si son sucias o amargas,
estas horas donde el tiempo se me escapa.

Donde mezclar palabras
es más fácil que la vida misma.

¿Quién me enseñó a soñar?

Supongo que en mí está la respuesta.

¿Cuándo el corazón se hace escarcha hacia dónde tirar?

Si la esperanza esa que nunca perdí,
sólo queda en una palabra.

Perdón

Aprendí que el odio
llenaba las arcas que hundían mi barco.
Aprendí que el enojo
me absorbía en los suburbios más profundos.
Aprendí que los prejuicios
destruyen la imagen más viva del amor.
Aprendí lentamente a perdonar.
A liberarme de la carga.
Lancé lejos cada suspiro de infelicidad,
y lo desterré a lo más hondo.
Finalmente acepté,
que cada rincón de rencor
me separaba cada vez más
de la esencia de mi alma.

Encontrarse

Mantuve mi corazón cerrado
por expectativas no satisfechas,
decepciones e injusticias.

Sin saber que al romper
mi armadura de hojalata
encontraría el amor.

Ese que permanecía en el descuido.

Ese que brotó en otra oportunidad.

Amanecí junto el aroma de las flores.

Sentí el aire fresco del día que empezaba.

Florece en mí una nueva persona.

Encontré un firmamento de estrellas
y me acompañó por el resto de mis días.

Mare temido

No puedo contigo

pero tú puedes conmigo.

Me atraes y te deseo

no te traigo pero me deseas.

Oh mare temido y amado.

Oh respeto al ser amado.

Nuestros encuentros son furtivos,

en ocasiones hasta lascivos.

Nuestros encuentros son carnales,

en ocasiones sexuales.

Te temo y te amo

cual pareja donde tú eres el amo.

Yo tu esclava hipnotizada,

me arrojó a tus extrañas

lujuriosas, obscenas y obstinadas.

Un día a la vez

Vivimos un día a la vez,
igual que nacemos
y morimos una sola vez.
Somos niños y luego jóvenes alguna vez
y transitamos esa etapa con avidez.
En la adultez
deseamos volver a lo que fue una vez.
Volver a la timidez,
a los besos por primera vez.
Sin quererlo transcurre nuestra vida con rapidez
y llegamos a la vejez.
En ese tiempo, tal vez,
nos reprochemos nuestra taradez.
Es corta la vida.
Es largo el olvido.
Vivamos ¡por favor!
un día a la vez.

Renacer

El sol iluminaba sus pasos.
Sintió el vivo resplandor
de los próximos capítulos de su vida.
Tenía la certeza de un destino ahumado.
Siguió en el ahora
y descubrió sin prisa.
La intuición le dijo:
"Este es el camino correcto"
Sin más divagar.
Propio de su seguridad.
Engendró un amor plausible
que fluyó con el paso del tiempo.
Encontró en sí misma,
un nuevo amanecer,
que la llevaba a vislumbrar,
las particularidades de su existencia.
Descubrió la nobleza de un pasado olvidado,
que le entregó el fruto de este presente.

Manos lastimadas

Son tan viejas y usadas
mis manos lastimadas.
Padre tiempo, madre tierra
no tuviste piedad con ellas.
¿Qué fue de la tersura de la mocedad?
La vida las maltrató.
las lastimó, las cortajeó y dañó.
Recuerdo mis manos sobre tu piel,
recuerdo tu placer sabor a miel.
Don tiempo nada perdona,
nos embroma,
nos traiciona.
Y quedaron vacías solitarias.
Tú las rechazastes por ordinarias.
Eres ingrata,
pero ya no toco aunque quiero
tu piel de gata
con estas manos lastimadas,
ajadas, desgastadas.

Fugaz

En la noche, cerca de la orilla
yo buscaba el silencio.

Encontré el sentir de mi alma
que por mi piel supuraba.

Sin reparo y consciente.

Sentí paz.

Dejé pasar el tiempo,
entre sentimientos livianos.

Daba forma a los sueños abandonados.

En la noche, cerca de la orilla
yo buscaba el silencio.

Una vez más para recordar
la vida fugaz de este presente.

Tristeza

Se estancó sin vivir
entre sueños y pesadillas.
Entró en un ciclo sin salida,
años perturbados,
luces sin encender,
brechas abiertas que supuraban tristeza,
agujas que desgarraban su alma,
buscando el hilo que las cerrara.
De las cenizas pintó nubes claras
para usarlas en los días grises,
y así alzar el placer de lo mundano.
Descubrió que hacer que la vida se detenga
no la ayudaría a que volviese.

Tecnología

Nada sería sin ti,
te has vuelto indispensable en mi vida.

Quién lo diría.

Me llevas donde quiero,
puedo decir un te quiero
a quien yo más quiero.

Lo llaman globalización,
la era de la digitalización.

La tecnología tiene cara,
es mi hermana, mi amiga
y mi amor.

Sólo pido una cosa
que no devore las almas,
y vayamos siempre con calma.

Todo es bueno
en su justa medida
y si un día caí a tus pies rendida
si me quitas lo humano
te dejaré ofendida.

Rabia

La rabia devora,

hierve, quema.

Sin razón aparente,

mi mente la engrandece.

Quiero quitármela pero no me deja.

Vive en mis días y mis noches.

Le pregunto: “*¿Qué puedo hacer para aliviarte?*”

Y responde: “*Respira, respira,*”

Y sobre todo susurra “*Perdona*”

Un relato

Desvanezco,

sin pena, ni odio.

Reclusa en el hielo, afloran mis lágrimas.

Lágrimas saladas como el mar.

Me cuesta gestionar los sabores nocturnos.

Cierro los ojos y veo lunas vertebradas.

Mientras tanto escribo palabras,

de esta esporádica vida,

soy esclava.

El culpable es el amor.

Te dejo escapar,

y yo en las nubes,

sueño sin sentir la brisa que relumbra.

Hablo de mí y de ti

Nacid@s en éste u otro siglo,
open or closed mind,
bi, trans, homo y demás,
vegan@s, vegetarian@s o crudian@s,
todos somos hermanos.

Católicos, musulmanes o budistas
guiados por un espíritu altruista.

Africanos, europeos o americanos
unimos nuestras manos
por un mundo mejor,
lejos del rencor,
cerca del amor.

¡Qué explote el corazón!
¡Qué funcione la razón!
Trabajemos a contrarreloj
por un mundo mejor,
lejos del rencor,
cerca del amor.

Confianza

Pensé que era oportuno.

Pensé que el tiempo lo haría durar.

Dejé en tus manos, mi confianza.

Creí que era de verdad.

De golpe apareció la opacidad.

De la nada me enseñó el final.

Me aseguró que la confianza vertida,

ya no la daría nunca más.

Se tú

Regala al presente tu autenticidad.

No sacrifiques tu esencia.

No te olvides de ti mismo.

Se tú en cada momento de tu vida.

No dejes de ser tú.

Porque quién pierde su esencia,

vistiendo trajes ajenos,

pierde la oportunidad

de descubrir su Alma

en su máximo esplendor.

La cocina y la vida

Son los huevos revueltos
en el desayuno.

Los espaguetis al almuerzo
y el omelette para la cena.

Cada segundo junto a ti,
mi cocinero favorito,
vale la pena.

Dicen que la cocina es pasión
y vaya si llevan razón.

Amor entre ollas y sartenes,
mis caderas y tus vaivenes.

Yo quisiera decirte,
mi cocinero favorito
que tienes un gusto exquisito.

En la cocina y en el amor.

Cada día entre fogones,
yo te quise, te quiero y te querré
con más ardor.

Vocación

No vale la imposición,
es indispensable la devoción.
Todos hablan de profesión,
de meritocracia, de audacia
pero nadie de vocación.
Nadie recuerda a los artesanos,
que trabajan con sus manos.
Pocos valoran a los artistas
con sus múltiples aristas,
dicen que con visión futurista,
yo pienso que son arribistas.
Todos parece expertos,
respaldados por marketing de acierto.
¿Dónde quedó la pasión de ejercer tu vocación?
Que vuelva lo singular,
lo particular, y ponga con acierto
a cada quien en su lugar.
Cada quien a su oficio
por vocación obtiene su beneficio.

Sueño

En el vaivén de las calles,
tropiezo con ladrillos,
dejo correr el aire,
camino sin encontrar el sentir.

Mi imaginación de ensueño,
llega donde tú estás.

La realidad camina en otra dimensión.

Te has ido, me has dejado.

Y por cada paso que doy,
un camino de agua se desliza.

Gracias

He desterrado viejas tristeza,
gracias a ti.

He transformado mis días,
gracias a ti.

Un ciclo sinfin en armonía,
iluminan mis ojos.

Ahora sí creo en un mundo mejor,
gracias a ti.

Pensé que ya no había tiempo,
pero me lo devolviste.

Gracias a ti.

Pienso que no puede ser real.

Sigo latiendo,

gracias a ti.

Noche

Me acompañó en los ciclos más tenues.

Liberándome.

Buscaba el silencio entre mis palabras,
que tantas veces repetía.

Era una nube de dudas, de inseguridad.

La confusión se extendía.

Su vacío cantaba a la noche: *“no te vayas luna,
sigue aquí a mi lado,
deja tu luz brillar y desencadenar mis virtudes”*

La noche le murmuró:

*“deshazte de viejos patrones que no te llevan a ningún lugar,
resurge como el viento que te susurra al oído,
hoy es un gran día”.*

Olvido

La noche es oscura y larga.

Mañana entraré en letargia.

No es nada nuevo para mí.

Culpo a las estrellas

que velan sobre mí.

Las miro y vuelvo

a los momentos que viví junto a ti.

Pensando que ya nunca más estarás aquí.

A la luz de la luna

tropiezo con recuerdos afilados

que me perturban.

En mí vive

la incapacidad de tu olvido.

Nuevo orden

Nuevo orden.

Nueva vida.

Video, zoom, meet, Live.

Somos virtuales, casuales y poco reales.

Vamos presurosos al siglo veintidós

pero no sé si llegaremos de a dos.

Preferimos el chat y hacer match

en lugar de largas charlas,

practicando la parla.

Cupido se metió en el ordenador,

se puso un traje de metal,

en apariencia ideal

pero quizás desleal.

Nuevo orden,

llegaste para quedarte

no me pidas

quererte, entenderte o comprenderte.

Quien pueda lo haga,

si siente que con ello

su sed de amor se acaba.

Despertar

De madrugada abrió la ventana,
se dio cuenta del tiempo que había transcurrido.
Se permitió el lujo de “ser”,
de no abandonar, de luchar,
de dejar atrás batallas perdidas,
que le llevaron a una vida sufrida.
Pensó; “*No hacen falta más cavilaciones*”,
resurgió la luz,
se sintió libre.
Libre de volver,
libre de emocionarse,
con cada instante que la vida le regalaba.

Rutina

He perdido el prisma,
las piezas que encajan.

He perdido el rumbo,
voy a la nada.

Sigo en línea recta,
rutina infeliz,
me ahoga lentamente.

Sin sueños.

Sin sentimientos.

Sigo en línea recta,
rutina infeliz.

Anochecer

Este anochecer me susurró dos palabras.

Dos últimas palabras.

Hoy, para mí son primeras,
tus labios las dicen por última vez.

Dos palabras tan amargas
que el sol oscureció.

Se detuvo en tus labios y no brilló.

Se detuvo en mi corazón y murió.

Amargas son esas dos palabras,
que digo aún queriendo.

Miro al cielo pidiendo que enmudezcas
retumban las dos palabras

¡Hasta nunca!

Tan amargas e inesperadas.

Soledad

Es mentira.

No es verdad,

que sea mala la soledad

o haya en ella maldad.

Nada malo puede suceder,

si en el acontecer

temprano o al anochecer

nos quedamos solos.

Estará la compañía de un buen té

ya no contigo

pero siempre conmigo.

Estará la compañía de un buen libro

que hará magia en mis sentidos.

Y así yo y mi amiga soledad,

en perfecta amistad,

nos acompañamos,

día a día,

cara a cara,

con total sinceridad.

Partir

La vida me recuerda,
que el crepúsculo cierra un ciclo.

Que la marcha es segura,
y comúnmente inexplicable.

Que me escondo en creencias,
para así combatir,
para darle respuesta.

Darle respuesta a la vida, y
a tu adiós.

A una despedida
con sentimientos encontrados,
que ahora rememoro.

Frío amor

Nada mejor para los dos
que frío amor.

Calientas mis manos,
mis labios, alientas mis pasos.

Nada mejor para el frío
que sentir tu cuerpo junto al mío.

Amaneceres llenos de rocío, al lado del río.

Todo es peor en el estío,
entre nosotros se produce un vacío.

¡Ah! pero cuando vuelve el frío,
¡Amore mío!

Vuelve tu cuerpo junto al mío.

Junto a ti me arrojó, me abrojo y me sonrojo.

No me digan que soy egoísta,
soy costumbrista e intimista.

Sólo falta una cosa por pedirte amor,
quiero en este frío invierno,
vivir junto a ti
un amor eterno.

Ilusión

Aún no sé hablarte,
me gusta contemplarte,
sentirte y desearte.

Mientras tanto sueño,
me esfuerzo, sigo
porque sé que
llegará el momento,
en que no serás más una ilusión,
una ilusión anclada en mis pensamientos.

Psicopatía

Rígidos mandatos,
amor en forma de contrato,
callados ante el maltrato.

Así parece ser que fue y espero que no sea
que pasemos una odisea
y justifiquemos lo que sea.

No soportemos el odio,
o el oprobio.

Rompamos con la apología del uso,
con claros síntomas de abuso.

Si alguien te maltrata,
usando psicopatía barata,
hombre, mujer o lo que seas
porque siempre fue así y espero que no sea
acaba con la odisea
por ti, por mí o por quien sea.

Palabras

La lengua engendra
poderosas expresiones,
que lidian nuestra voz
y enlazan vocablos.

Palabras extrañas, dulces, saladas.

Esas que a veces nos curan y
a veces nos dañan.

Sonidos suaves y bruscos,
que nos unen o dilatan.

El desván

En el baúl de los recuerdos
se encerraban olvidos poco placenteros,
por el simple temor de abrirlos.
En el rincón del pensar
se apoderaba de él la encrucijada,
de destapar las memorias abandonadas.
Dejó en el tintero su dilema,
empezó sigilosamente a destapar su cofre,
despertando su conciencia a los instantes olvidados.
Rememoró con certeza
el miedo que un día lo acorraló,
aunque era más grande su voluntad.
Engendró el pensamiento libre
para enfrentar lo que había empezado,
y entrever
los secretos postergados en el desván.

Mañana

No hablo del mañana prefiero el hoy,

prefiero el presente,

al que le doy infinito valor.

No hablo de planes de mil cosas.

Prefiero mi anclaje,

vivir en el presente,

dejarme llevar por el oleaje.

Me dejo fluir en un sólo sentir,

con el mundo,

con la naturaleza

en toda su belleza.

Lo que tenga que ser será.

Lo que pase pasará.

Y mañana...

Dios dirá.

Tula

Astuta de doble mirada.

Vestida de azul y clima otoñal.

De mirada lúcida y ánimo en vigor.

Leal, siempre sincera,

cada vez más traviesa.

Sin hablar, sin decir,

conversamos con ladridos al aire.

Sin hablar, sin decir,

conversamos con besos lamidos.

Hablamos nuestro idioma.

Te acaricio.

La invito a pasear, a jugar.

Si me atacan te abalanzas,

con aire protector.

Fiel amiga.

Alianza divina.

Ella es la mejor compañía.

Howl

Tu primera palabra, un rasguño.

Mi segundo intento, un esbozo diáfano.

La tercera una conquista.

Y así siguió.

Con caricias ariscas,

que poco a poco se transformaron en confianza.

Su piel oscura,

me recuerda a la noche.

Su mirada ingenua,

indica la manera de acercarme.

Y en su baile felino circundante,

establecimos el ronroneo.

Veraz

Era verazmente libre,
salvaje, sin domar.

Su libertad descuartizaba las almas
que cerca de él pasaban.

Las llevaba al abismo.

Las castigaba,
recreándose en atrocidades.

En el fondo no era humano,
ni salvaje, ni libre.

Era dolor, dolor que irradiaba
que consumía a cualquiera que pasara.

Robando la libertad de los demás,
pensando que así él era libre.

Viviendo en una absurda realidad,
que él mismo había creado.

Poesía

Recuerdos recelosos e ilusorios...

instantes poéticos.

Escritos para la luna.

La luna inspira,

inspira experiencias insólitas,

que transmutan en poesía difusa.

Si sin la sombra no hay luz,

sin ti no habría libertad.

Por todo ello

Por la mentira,
por la decepción, por el insulto,
por el desinterés, por los gritos,
por los golpes, por la maldición,
por la tortura, por todos y cada uno de ellos,
te pido que te alejes de mí.

Porque busco la verdad,
porque busco el amor y la sensatez,
porque busco la amistad y el vínculo,
porque busco la humildad y la felicidad.
Esto al contrario de lo primero,
no lo da cualquiera.

Sin ver

Con la venda en los ojos,
no supe ver mejor,
ni siquiera vislumbrar,
dormía, andaba, vivía con el enemigo.
Sin aliento salí de allí,
lamiéndome las heridas.
Cerré la puerta,
abrí los ojos
dormí, creí y viví conmigo misma.
Libre de ataduras, de gritos y rupturas.
De palabras infames, y dolor en la piel.
De una vida estrecha.
De puñales en el alma.
Ahora, la luz me ilumina el camino.
Ahora vivo con ganas.
Ahora vivo sin ti.

Saber

Antes supe que era para nunca,
Primera vez, casi en la niñez,
se cortó en la adultez.

Antes supe que era para nunca.

Familia en los noventa.

Hijos en los dos mil.

Separación a los cuarenta.

Antes supe que era para nunca.

Sueños rotos, bienes rotos,
corazones rotos.

Antes supe que era para nunca.

Lo que firmamos temprano,

lo borramos con la mano

y de repente fui a contramano.

pero después y no tan tarde

supe aquella tarde

en otros brazos hacer alarde.

Ahora sé que es para siempre.

Tú serás para siempre.

Mil verdes

No puedo contarlos.

Menos aún clasificarlos.

El suave verde otoñal me invita a ser pasional.

Durmiendo en sus brazos,
amando despacio.

Verde profundo de invierno,
tú no dejas de ser tierno.

Apareces donde quieres,
como verde musgo después que llueve.

Verde primaveral siempre tan jovial.

Pones luz donde antes había sal.

En tu extensión nos quitamos el mal.

Llega el verde veraniego.

Él nunca nos da sosiego.

Entre los cuatro no podemos decidirnos.

Sería dividirnos.

No puede un alma pasional,

poner freno con rudeza,

a lo que nos brinda la naturaleza.

Esporas

Diente de león,
esporas al viento.

Te soplo sueños,
dispersados en el aire.

Diente de león,
esporas al viento.

Fantasías fluctuantes
y mil suspiros en instantes.

“A los dientes de león que tanto soplé”

28 de octubre del 2020