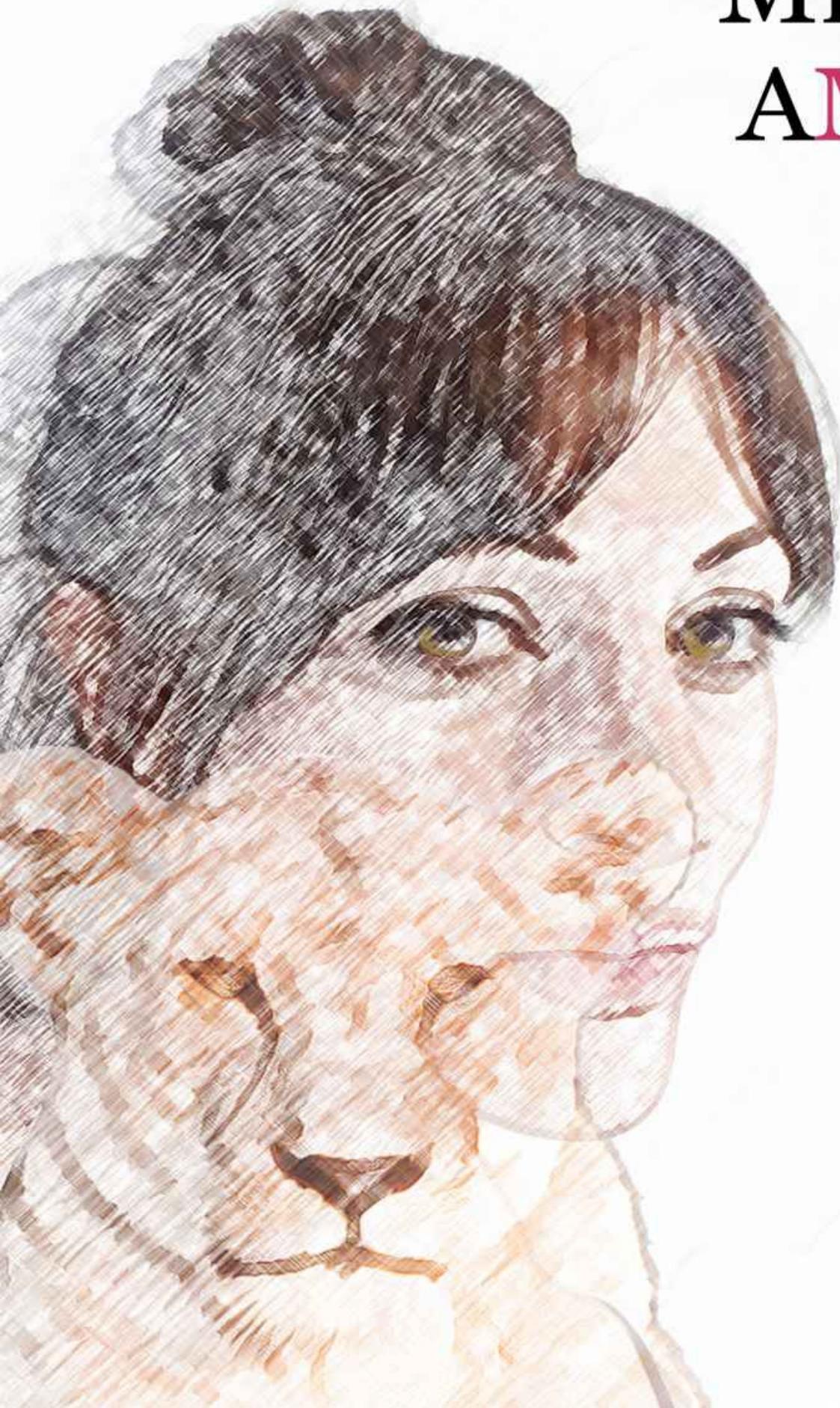


Mi viaje AMarte

Sonia
Soriano



Cómo leer “Mi viaje Amarte”

Como ya os he contado, escritura siempre ha sido para mí una forma de liberar tensión o euforia o lo que sea que me esté comiendo por dentro, con ella expreso sentimientos, pensamientos, situaciones, momentos... No sé si se me da bien o no, pero me reconforta.

Esta última etapa que he vivido no ha sido del todo fácil y empecé escribiendo algunos poemas/prosa para no asfixiarme, después seguí escribiendo porque era feliz y continué porque me dio por reflexionar.

Al final he recopilado todos esos escritos en este pequeño, pero para mí, gigante libro, que está dividido en tres partes.

La primera “*mi viaje contigo*” habla del amor, cuando ya tenía asumido que mi vida no la iba a compartir con nadie, cuando ya estaba cansada de la forma de querer que corre por la sociedad, apareció él y rompió mis esquemas, por eso es la primera de las partes, porque empiezo de cero, de nuevo.

La segunda “*mi viaje antes de ti*”, ya habrás supuesto que habla del desamor, sin duda una parte dura para mí, pero de la que he salido reforzada y con muchas cosas aprendidas, si estás pasando por esta fase, decirte que *esto también pasará*.

Y la tercera parte “*mi viaje conmigo*”, son mis pensamientos, temas de los que me apetecía hablar, escritos para personas a las que quería contarles algo o animar, algún tema social, en definitiva, un poco de todo.

Así que este libro no tiene por qué leerse por el principio, necesariamente, según tu estado de ánimo haz lo que te plazca.

Espero que su lectura te haga SENTIR, así, con mayúsculas, sólo eso.

A Iván por robarme el corazón,
por ser mi fuerza y mi incondicional.

A Izan por inundar la casa de risas
y aceptarnos como “si fuéramos”.

A Jorge por haber llegado a mi vida
para quererme como nadie antes.

A los tres por ser mi hogar.

Mi viaje

contigo

siempre, si luchamos...

Entraste en mi vida

... para abrir ventanas y cerrar puertas a todo lo que no era amor, has ordenado mi corazón y desordenado mis instintos. Me has enseñado a desaprender para aprender de nuevo a amar con los 5 sentidos. Te has armado de paciencia para luchar con mis miedos y desconfianzas y has ganado la guerra dejando en calma mi alma. Has llegado para no marcharte, para besar mi frente cada mañana y decirme al oído que juntos todo pasa, y yo soy feliz porque sé que no mientes, que sí me das tu palabra es para no fallarme, y te creo, te creo y te quiero como nunca a nadie. Contigo los días son más cortos y las noches más largas para disfrutarlas, las penas son menos malas y los momentos mejores. Contigo no hay discusión sin argumento que no acabe con nuestras manos entrelazadas y nuestros labios comiéndose a besos. Entiendes mi mundo inquieto y haces que me venga arriba con mis ideas de bombero compartiendo mi locura.

Entraste en mi vida para hacer de tu mundo el mío y del mío el tuyo, creando un nuevo planeta llamado nuestro.

Futuro

Aquella primera noche, estaba tan asustada como deseosa de tenerte, intentaba disimular mis nervios, pero tu boca cerca de mi nuca desataba mis deseos.

¿Recuerdas cómo temblaba?

Tenía miedo a equivocarme de nuevo, a caer rendida y que no sintiéramos lo mismo,

pero tus manos en mi cintura, tus palabras, aquel beso suave en mis labios, me hicieron sentir a salvo, tus ojos eran sinceridad,

nunca unos ojos me habían dicho a gritos cree en mi...

supe entonces que tú serías mi casa y dejé rienda suelta a mis instintos.

Dormiste a mi lado.

Aquella primera noche borre mi pasado y supe que había conocido mi futuro.

Siempre

Nunca siempre fue tan cierto, nunca siempre me había sonado a eternidad.
Tú siempre.

Eres

Eres los pequeños detalles, el pasa tú primero, el beso antes de dormir, las manos cogidas al cruzar la calle, los buenos días, el mensaje a mitad mañana y los te quiero cuando menos los espero.

Eres el que me quita la ropa y enciende mi cuerpo, el que da vida a cada rincón de mi piel con su lengua, el que me vuelve loca dentro, pero aún más, fuera de la cama.

Eres el que me ha enseñado sin saberlo que perder, a veces, es sinónimo de ganar, el que ha escalado conmigo el pozo para devolverme a la vida con ganas de eternidad.

Eres el que me ha curado la vista mostrándome que el amor no es ciego devolviéndome los cinco sentidos para no renunciar a ninguna parte de mí.

Eres la discusión acalorada sin olvidar que la moneda tiene dos caras y la reconciliación antes de terminar el día, pasando del invierno al verano saltándose el mes de abril.

Eres el cuentakilómetros a cero para iniciar el viaje de nuestras vidas, sin echarte de menos si nos perdemos porque nuestro gps tiene grabado a fuego el camino de regreso.

Eres ese que buscaré siempre, en esta vida y en otros universos.

Vibrar

No siempre se quiere con la misma intensidad,
pero en todas las intensidades tú me haces vibrar.

A ratos

Dices que te quiero a ratos

y es cierto,

unos ratos te quiero,
los otros ratos,
te amo.

Amo quien eres

Amo como eres pero sobre todo amo quien eres...

Amo tu corazón enorme, tu paciencia, la sensibilidad de tu alma, la empatía que derrochas con las personas, conocidas y desconocidas.

Amo la forma en que me haces reír cuando menos lo espero, amo tu mal genio que junto con el mío hace estallar la tormenta que, a su marcha, fortalece los cimientos de nuestra casa.

Amo tus ojos cuando se cruzan con los míos a modo de complicidad.

Amo tu picaresca cuando salimos a cualquier lado y sueltas tus frases ocurrentes haciendo inevitable mi carcajada.

Amo tu facilidad para ver el lado bueno de las cosas, tus ideas para hacer más práctica la vida, tu fuerza de voluntad.

Amo tus argumentos cuando necesito tu apoyo, la forma en la que aceptas mis defectos.

Amo tu manera de quererme sin peros y con el sí siempre en tu boca...

Tengo tantas cosas que amar de ti

que he cerrado la puerta a las dudas y miedos

para abrirla a los sí quiero.

Entre

Entre tu boca y tu ombligo hay un camino escondido que convierte mis lunes en domingo.

Entre tu cintura y tobillo una carretera sin reglas donde se pierde mi conciencia.

Entre tu cuello y tu pecho un andén sin barreras que pone a punto mi maleta.

Entre tu nuca y las nalgas un viaje sin escalas con parada sodomizada.

Entre tu oído y el mío una canción sin compás que pide más.

Entre tu cuerpo y el mío hay un infinito sin cordura que une dos almas en una.

Ahora que se....

lo que somos juntos, me entristece no haberte conocido antes, con menos viajes, con menos cicatrices y mi piel tersa. Me arrepiento de no haberte dicho sí la primera vez que te conocí porque es tiempo perdido sin ti.

Ahora que se...

lo que somos juntos, quiero contarte. Fracase muchas veces, me defraudaron y me defraudé a mí misma, se me congeló el corazón con cada desengaño, pero aprendí a moldearlo a mi manera, ya sabes, nunca estuve dispuesta a vivir una vida a medias... Quizás por eso tardé tanto en reconocerte, necesitaba ser yo sin nadie más.

Me bastó una cena para sentir que tus ojos descongelaban mis sentimientos, pero yo era un puzle con las piezas a medio montar, no podía, ni quería, hacerte albañil de mis heridas.

Mostré indiferencia.

A los meses, llegó la calma a mi vida y a mis oídos tu nueva amiga. Sólo podía culparme a mí misma, pero os deseaba lo mejor. Qué ironías tiene la vida!! Qué para abrirte los ojos te apuñala el corazón...

De nuevo el puzle con piezas sueltas... de nuevo noticias tuyas, las buenas y las malas... de nuevo, indiferencia, pero esta vez dolía más de la cuenta, mi corazón siempre gana a mi cabeza y decidí arriesgarme con un mensaje... la oportunidad llamó a mi puerta.

Y aquí estamos, tú y yo, construyendo un nosotros, haciendo de la vida su gerundio, creyendo por fin en los finales felices.

Ahora que se...

lo que somos juntos, sólo puedo darte las gracias por tu infinita constancia, por arriesgarte conmigo, por no rendirte, por haberme devuelto las ganas, por

llenar de ilusión los días, por ser el guardián de mis pesadillas, por hacer de la felicidad un estilo de vida.

Ahora que se...

lo que somos juntos, quiero más vidas para no dibujar un punto final a nuestra historia.

Contigo

Si existen más vidas las quiero contigo...

Fascinación

Todavía alucino cuando me sorprendo mirándote como si de una primera cita se tratara.

Y me entusiasma ver pasar los años queriéndonos más y mejor sumándole el descaro de habernos perdido la vergüenza.

Alucino cuando el ansia de ser y estar sigue siendo la prioridad dejando k.o. a la incertidumbre a la que hace tiempo me había acostumbrado.

Y me fascina lo rápido que mis pestañas dejaron de ver llover el día que me pediste compartir nuestras vidas para dejar de hablar en plural.

Hay muchas cosas que me flipan de nosotros, sobretodo el abrigo que ha cubierto mi alma helada y el futuro del que antes nunca hablaba.

Te quiero

Te quiero así,
no podría quererte de otra manera,
y aunque a veces duela
Te quiero así...
a tu manera.

Quédate

... para quitarnos las ganas.
... para deshacer la cama.
... para saltarse los prejuicios.
... para despertar juntos cada mañana.

Quédate....

... para curarnos las heridas.
... para luchar en compañía.
... para reír por tonterías.
... para poner nuestros nombres a los días.

Quédate....

... para improvisar con la vida.
... para querernos como nadie.
... para amarnos como nunca.
... para creer en los finales de último día.

Quédate para toda la vida.

Tormenta

Y cuando todo está gris me da su mano y cruzamos la tormenta.
No hay temporal que nos lleve ventaja desde que él me abraza...

Tu mirada y la mía

Amor es lo que hacen nuestros ojos cuando se miran.

Hogar

Hogar es cualquier lugar
donde estemos tú y yo amándonos.

Mi sitio

Cuando estoy contigo no me gustaría estar en ninguna otra parte.
Tú eres mi sitio.

Sí

Quiero decir que sí,
a los años que nos quedan,
a los despertares a tu lado,
a las arrugas de tu frente
cuando el tiempo las aprecie.

Quiero decir que sí,
a tus maneras y manías,
a los malos días,
a nuestras diferencias,
porque en lo bonito, cualquiera lo estaría.

Quiero decir que sí,
a todo lo que venga,
a romper barreras,
a no tener excusas,
a llevarte de la mano cuando sientas que no puedas.

Quiero decir que sí,
a querernos bien
a invitarnos a ser felices,
a echar de menos la monotonía,
a mostrarnos como somos sin miedo a las cicatrices.

Quiero decir que sí,
a que nunca sea tarde,
a que nunca sea nunca.

Él

Es el único que se molesta
en mirar mis demonios
como se mira a los sentimientos,
en mirarme por dentro
como se miran dos almas,
y en lugar de salir corriendo,
arropa mis días con la comprensión en su mirada.
No puedo sentirme más afortunada...

Inhumano

sería vivir sin el calor de tu abrazo .

Magia

No usa chistera, ni pañuelos interminables, ni varitas con poderes.

Pero cura lo que dañan, provoca tormentas en mi cama, es el fuego que nunca se apaga, el agua cuando estoy sedienta y la carne que me sacia.... es la magia sin trucos, sin trampas...

Justo

Y te encontré justo
cuando empecé a quererme.

Así soy

Sabes que soy como un polvorín que a la mínima chispa explota,
que mi sensibilidad supera la media,
que mi filosofía es las tres patas al gato buscar,
que pienso de más,
que no me ganan a cabezona,
que la paciencia es una asignatura que me cuesta.
Que necesito abrazos, te quiero y tu hombro, siempre,
que aparento seguridad aunque los temores me despierten,
que cuestiono todo y me equivoco continuamente,
que el verbo callar no lo sé conjugar,
que follar es mi acción favorita,
que soy como el número pi, irracional pero infinita, para los que me importan,
que,
que,
que,
que,
que,
que...

y a pesar de mis que,
aquí estás tú, cada día,
todavía.

Convivencia

Como diría mi madre, la convivencia no es un camino de rosas, y no lo es, hay días en los que, literalmente, te arrancaría la cabeza, discutimos, damos un portazo y desaparecemos del mundo, o al menos, de nuestro mundo juntos. Y es justo ahí cuando me doy cuenta de todo lo bueno que echaría de menos, de que la balanza se inclina hacia el "arréglalo" y me digo a mi misma, una y otra vez, algún día el arréglalo no servirá, como no sirvió contigo cuando volvieron a buscarte. Y sonrío al pensar, menuda gilipollez, antes no te conocía.

Física

Su cuerpo provoca accidentes en mi mente.

Mi viaje
antes de ti
Caótico

Yo te quise

Te quise tanto que olvidé que la dignidad tiene precio y que el orgullo no siempre debe dejarse a un lado, olvide que el amor es ciego y no abrí los ojos para alejarme antes de que terminaras con el poco valor que me diste.

Te quise tanto que antepuse tu nada a mis ganas de creer en ti y aprovechaste que eras mi debilidad para satisfacer tu ego y jugar al escondite con mis sentimientos.

Te quise hasta el punto de ignorar las señales que tu silencio me mandaba a gritos y cuando quise verlas, era demasiado tarde para rescatar a la persona que fui antes de ti.

Te quise como para olvidar cada excusa de los sábados y festivos y conformarme con la película de los domingos en tu sofá.

Te quise a pesar de que mi razón me decía: no te fíes del corazón de las personas que no tienen buenos amigos.

Te quise de forma insana, haciendo oídos sordos a los consejos, sin querer ver que yo no era más que a la que volvías si las otras no eran lo que esperabas.

Te quise y ahora doy las gracias por no estar en tu vida, y pienso, pobres otras que no sabían que las probabas y pobre tú, que ya no tienes a donde volver, que mis brazos ya no son tu casa y que tu memoria te juega la mala pasada de acordarte de mí cuando las demás te fallan. Pobre de ti que me ves feliz venciendo todos los motivos que tu cabeza inventaba y derrotando todos los malos futuros que me augurabas para limpiar tu conciencia.

Te quise sí...
pero de eso ya ni me acuerdo.

Dichos

Qué pequeño es el mundo!
Y digo Yo... qué sabias las casualidades.
Cuando el río suena, agua lleva.
Y sí que llevaba sí,
como pez en el agua se encontraba, seguramente la noche lo confundía,
pero también las mañanas,
la ocasión le pintaba calva.
Pero el tiempo pone a cada uno en su lugar, se recoge lo que se siembra y,
te das cuenta,
que la tortilla siempre da la vuelta.
Cuando creyó que tenía todas las respuestas le cambiaron las preguntas...
Y aquí lo dejo,
a buen entendedor pocas palabras bastan... no hay mal que por bien no venga.

Anoche mientras dormía

Anoche mientras dormíate conté,
que extraño todo lo que no hemos vivido,
las noches que no hemos dormido,
los besos que se han quedado con las ganas,
las risas que estaban por llegar,
las palabras que no nos hemos dicho
y las que no nos diremos más.
Anoche mientras dormía te conté,
que echo de menos las conversaciones de madrugada,
la oportunidad de conocernos de verdad,
las cenas improvisadas,
el viaje a cualquier parte,
las carcajadas sin motivos,
buscar tus pies junto a los míos en las noches de frío.
Anoche mientras dormía te conté,
que hoy despertaría y ya sería otro día, otra vida, otra hoja, otro cuerpo.

Sólo amigos

Estuve convencida de que ser amigos con derecho no me daba "derecho" a nada.

Aguanté habladurías, desplantes, sospechas, algunos "tal vez" y muchos, muchos silencios.

Me sentí sucia por dentro demasiadas veces, menospreciada otras tantas, pero estaba enamorada.

No supe decir basta a tiempo.

Llegó el día en el que empecé a jugar a sus mismos juegos y la exclusividad no fue uno de ellos.

Qué mal perder!!!

cuando supo que hice las mismas trampas que él, me llamó puta...

Roto

Intenté curar tu corazón roto
y cuando me di cuenta,
tus pedazos habían roto el mío.
A base de tiritas aprendí
a no arreglar lo que yo no había estropeado.

Sin paracaídas

Nunca pude odiarte, aunque me empeñé en hacerlo, no creo en eso de que del amor al odio hay un paso, tal vez lo que hay es rabia, desconcierto, soledad, rencor, tristeza y una costumbre demoledora a tu compañía, que el tiempo convierte en madurez e independencia.

Te perdoné el mismo día que saliste por la puerta para no volver, y dejé de ser la misma cuando por la ventana seguí tus pasos dándome la espalda, prometiéndome que esta vez aprendería a no caer. Y fue así como tu adiós me hizo fuerte, impulsándome a cambiar de rumbo para convertirme en la protagonista de mi vida. Así que te estoy enormemente agradecida por abrirme los ojos de golpe y lanzarme a la vida sin tu paracaídas.

No te atrevas

a juzgarme
porque ahora estoy viva
y contigo
sólo existía.

Resta

Fuimos uno siendo dos
y ahora somos dos buscando un uno.

T

Hubo un tiempo donde mi nombre fue T...

Te deseo

Te adoro

Te extraño

Te necesito

Te aprecio

Te follo

Te divierto

Te rescato

Te alejo de la soledad en la que te han dejado hundida por enésima vez.

Ser T no está mal por un tiempo, es un salvavidas provisional hasta que llegas a la orilla y respiras algo más tranquila.

Lo bueno de ser T es que no juegas al engaño, ninguno de los dos bandos va a perder la partida, existe un pacto para abandonar el juego sin heridas. Para alguien puede parecer una frivolidad, pero no lo es, después de tantos desengaños se agradece la sinceridad entre dos seres humanos buscando piel.

Nos hicimos compañía, fuimos cómplices de noches frías durmiendo en camas separadas,

lloramos, reímos y terminamos siendo amigos.

Pero a la T le faltaba una letra para ser sílaba y una palabra para formar una oración. Buscando nuestra Q pasamos a otra letra del abecedario abandonando la partida, sin explicaciones, sin dramas, con la comprensión de dos jugadores que acaban en tablas ...

Cobarde

Si alguien que dice que te quiere decide no apostar por ti, ¿es que te quiere?
¿o te miente? ¿o se miente?

Porque no existe ningún sentimiento más valiente que el amor.

Si alguien que dice que te quiere no está,
tal vez no te quiera tanto.

Raíces

Eché raíces en tu corazón y me quedé a vivir pese a la sequía.
Terminaron siendo raíces sin vida.

Empatía

Eres de esas personas que asfixian,
no ves más allá de tu moral impuesta,
el ego te ha comido la conciencia.
Pero sólo te digo una cosa,
existen tantas verdades como personas,
no sólo tu versión importa,
aprende a conjugar el verbo equivocar
te ayudará a calzar otras botas.

Podría

Podría reprocharte mil cosas,
odiarte hasta la muerte,
hablar sobre lo que me hiciste sentir,
podría...

Pero decidí aprender la lección,
pasar página,
valorarme a mí misma,
y no guardar rencor,
dar lo mejor de mí a quien realmente merece la pena, a quien me cuida, me
respeto y no me juzga, a quien entiende mis miedos y mi psique paranoica y
desconfiada, a ese que trata de curarme con sus palabras y, mejor aún, con sus
actos...

Podría perder mi vida en el pasado,
podría...

Pero decidí ser feliz, con quien comparto mis días, a pesar de mis defectos...

Cordura

Eso que perdí cuando te fuiste.

Última noche

La despedida nos había dejado un mal sabor de boca,
las malas formas nos pudieron.
maldita fue la costumbre,
de encontrarnos a deshora ese sábado noche.
Ganas de acabar bien,
de agotar oportunidades,
de sanar conciencias.
Sábanas revueltas
con miradas desafiantes,
movimientos descoordinados,
mal aliento, reproches,
desilusiones compartidas,
cuerpos solitarios aun teniendo compañía,
besábamos el cadáver de lo que un día fue lo nuestros.

Asistimos al festín de un funeral esa última noche.

Silencio

Mi habitación oscura,
la almohada mojada,
el sueño no llega,
la calma me falta,
mi cama vacía,
las horas no pasan,
el alba no llega.
No estás,
y todo es recuerdo
y ausencia,
y silencio,
mucho silencio
llenando de ruido mi juicio
que aún...
te espera.

Idas y venidas

Vienes,

te vas.

Vuelvo,

me marcho.

Nos vemos hoy,

mañana nos despedimos de nuevo.

Vienes,

voy,

nos decimos adiós mil veces.

Y de tantas idas y venidas nos perdimos por el camino.

Demasiado tarde...

para un lo siento,
para los te echo de menos,
para un me he dado cuenta que te quiero,
demasiado tarde para reparar el daño que pudiste evitar a tiempo.

Equivocados

Los dos estuvimos equivocados,
tú por pensar que yo estaría ahí pese a todo,
yo por pensar que algún día me verías para siempre

Mariposas

Dibujé alas a mis recuerdos cansada de que vinieran a jugar a mi almohada,
y pinté raíces a cada momento nuevo que me enamoraba.
Ahora tengo un jardín lleno de instantes en el que crecen mariposas.

A nadie

Se acabó. Pero no porque tú me dejaras sino porque yo ya no te siento, ni te pienso, ni te deseo el bien o el mal.

Reconozco que me dolió, que me volví loca, que me asustó conocer esa parte de mí, que descubrí mi yo más profundo y desequilibrado, que me di miedo y pena al mismo tiempo.

Pero ahora no me importa, hasta me siento aliviada de que desaparecieras de mi vida, hoy sé que amor no es lo que teníamos y yo no soy la que era.

Fue el mejor final y el más doloroso que he vivido, pero me permitió madurar, exigir lo que realmente merecía, ganarle la partida al desamor y salir reforzada de ella, tener ganas de volver a empezar para conocer al que hoy es el hombre de mi vida.

La vida sabe a quién ponernos en el camino y para qué, ahora entiendo esa frase que tantas veces he leído "cuando eches la vista atrás entenderás porque las cosas tuvieron que pasar de esa manera".

Ahora entiendo que no eras suficiente para mí pese haber pensado tantas veces que era yo la que no te merecía.

El tiempo siempre acaba echándonos una mano.

Ahora o nunca

Me decías que habíamos empezado mal y que los malos comienzos tienen peores finales, que quizás en otra ciudad, lejos de tu familia, que si teníamos que habernos conocido antes, sin tantas cargas, sin tanta vida....

¿Pero sabes?

las circunstancias no son un límite, a veces o arriesgas o es ahora

o

nunca.

Perdonarnos

Quiero decirte que me alegró tu llamada,
que tus palabras fueron calma,
que soy consciente de mis fallos
y de tu freno.

Quiero decirte que los dos erramos,
que perdimos la sonrisa
que atreverse a veces cuesta,
que la confianza se gana.

Quiero decirte que el pasado ya no importa,
peleamos con molinos y ganaron la batalla,
que ser gigante cansa,
tanto, como ser enano.

Quiero decirte que siempre hay nuevos días,
nuevas mundos,
nuevas vidas.

Mi viaje conmigo

Cosas que me rondan,
por si te interesan

A mi hijo

Tú eres la fuerza, la ilusión y las ganas,
el aliento cuando estoy cansada,
el motivo que nunca falta,
la sonrisa en mi cara.

Por ti tengo el coraje
y el amor elevados al número Pi.
Por ti cambio penas por risas,
llantos por respuestas.

Y me pregunto si yo te di la vida
o fuiste tú quien despertó la mía.

Te mereces a alguien

Te mereces a alguien que se beba la vida contigo. Que bese tus fantasmas para darles las buenas noches por siempre. Que riegue tus virtudes porque tus defectos ya los riega el día a día. Que te de aliento con cada beso y saque tu sonrisa a pasear sin motivos. Que valore la mujer en la que te has convertido y salte contigo al vacío para nacer de nuevo con más fuerza. Que comprenda tus heridas y baile con tus inseguridades. Que no se guarde un te quiero y le parezca maravillosa cada marca del tiempo en tu cara y en tu cuerpo. Te mereces a alguien que alegre tu vida, tranquilice tu mente y llene tu corazón.

Cuando la vida te sorprende

Cuando la vida te sorprende
vuelves a nacer
y descubres que;
hay recuerdos que ya no desvelan,
pasados que hoy entiendes,
presentes que superan lo que sueñas,
momentos que no quieres dejar pasar,
valentía en el alma
paz en el corazón,
sabiduría en las palabras,
experiencia en las acciones...

Cuando la vida te sorprende
despiertas de un plumazo y entonces...
empiezas a vivir.

Abuela

Todavía siento tu ausencia, en esos días en los que necesito contarte mis cosas, preguntarte qué harías, escuchar tus historias de niña, o tus consejos llenos de la sabiduría que te ha dado la vida.

Muchas veces has sido mi cómplice en silencio, mi segunda madre, mi amiga. Te fuiste muy pronto y aun así no he conseguido llenar tu vacío, te revivo en mis sueños para que arropes mis miedos, te hablo dormida por si alguna noche decides salir a pasear por mi alma y me susurras al oído que voy por buen camino.

Fuiste mi mejor ejemplo, tuviste una vida dura pero no decaíste, siempre dispuesta, siempre involucrada, siempre quitándote para darnos, aunque te faltara, siempre el apoyo de todos.... y ahora, que he crecido, me pregunto quién fue el tuyo. Y siento tristeza por no haber sido mejor nieta, olvidé decir te quiero tantas veces que duele, olvidé preguntarte si me necesitabas cuando tu mirada lo pedía a gritos, créeme si te digo que nada deja peor sabor de boca que lo que llevas dentro sin haber dicho y sin poder hacerlo.

Siento abuela haber sido tan niña, tan mía, tan tonta.

Poesía

Te hablo de lo que me entristece, me apasiona o me hace feliz,
de lo que me asusta, conmueve, me preocupa,
saco a pasear mis emociones, pensamientos y sentimientos...
escribo con la esperanza de llegar a alguien,
de tocar corazones, derretir corazas...
y me llamas floja
y te ríes creyéndote más fuerte,
sin saber que a mí no me importa,
y pienso... pobre cobarde,
cuantas palabras silenciadas,
cuantos sentimientos encerrados,
cuantas piedras le pesan,
si supiera que hablar cura...
Y sigo escribiendo, por ti, para ti,
por si algún día alguna frase mía
abre tu mundo y saques a pasear tu poesía.

Las brujas que dan sentido a mi vida

Ellas tienen la habilidad de curar cuando las heridas sangran,
de pensar cuando la inteligencia falta,
de apaciguar cuando el caos reina,
de apagar fuegos y barrer cenizas,
de sacar la escoba para acabar con los gilipollas,
de montar aquelarres para invocar la risa.

Las llaman brujas, yo las llamo amigas.

Por suerte,
ahora,
ya no las queman en hogueras.

A los padres de mi hijo(astro)

A vosotros quería deciros,
gracias,
por no hacer del pasado una guerra
ni de un niño una moneda de cambio.

Quería deciros, que me preocupa que el día que el padre de mi hijo tenga pareja pueda no estar en buenas manos, así que quiero ser esas buenas manos para vuestro hijo.

Quería deciros, que nunca voy a pretender sustituir a nadie, pero no voy a apartarme, ni despreocuparme, ni hacer oídos sordos en lo que crea que debo involucrarme, al fin y al cabo, convive conmigo 6 meses al año.

Deciros también, que tenéis mi respeto y mi apoyo, en especial tú, que eres madre como yo y nos invaden los mismos miedos.

Quería deciros, que lo quiero, que es mi familia y un hermano mayor para mi hijo, que espero que se peleen, se diviertan, sean cómplices y cuando crezcan se llamen hermanos, porque no siempre la sangre pesa.

A vosotros quería deciros,
gracias,
por compartir lo más importante
conmigo.

Compañero

Soy mujer
y no defiendo el “feminismo”
ni el machismo,
lo mío es la igualdad.

Admiro a los hombres,
por sus diferencias,
porque nos complementan,
somos compañeros en una misma sociedad.

A veces alguien olvida
que sin los hombres no existirían las mujeres
y sin las mujeres no existirían los hombres,
sin un espermatozoide un óvulo no fecunda y viceversa... por qué esa
rivalidad?

No son los años 50,
ambos luchamos por las mismas cosas,
no culpemos al hoy de las cosas de ayer,
bailemos juntos y reiniciemos el mundo.

Somos madres, padres, hijos, hijas, familia...
cuidémonos!!!
antes de que nos echemos de menos.

Detalles

Pequeños gestos que te dan vida.

Tiempo

Viviríamos sin ser superfluos
recordando que la vida
termina en cualquier momento.

Seríamos felices
y comeríamos perdices
si cada día fuera el final.

Llenaríamos de momentos
nuestras retinas
si contáramos el tiempo.

Daríamos valor a las personas
si pensáramos en serio que algún día
no llegaremos a verlas.

Sentiríamos más
y callaríamos menos te quiero
si mañana no volviéramos.

Haríamos las cosas
con las mismas ganas que cuando las aprendimos
si por última vez las hiciéramos.
Discutiríamos menos,
follaríamos más
si no tuviéramos noche para hacerlo.

Los problemas pesarían lo justo,
las risas serían algo serio
si fuera el último día con los nuestros.

Y te pregunto... si todavía estás a tiempo,
a qué esperas para no perderlo?

Vive, porque cualquier día dejarás de hacerlo.

Heridas

No recojas pedazos de ti por las esquinas,
quien te quiera entera
te querrá a medias,
quien te quiera rota
es quien merecerá la pena.

No recojas pedazos de ti por las esquinas,
las heridas que sangran son las que nos renuevan.

Soledad

Un día como hoy en el que te echo de menos.

Brindo

Por los amigos, esos que están a cualquier hora que los llamemos.

Por la misma piedra, que sigue en el camino hasta que aprendemos.

Por la constancia, que nos hace conseguir los sueños.

Y las circunstancias, que nos llevan a lugares donde solos no hubiésemos sido capaces.

Por la fuerza, la que encontramos cuando creemos que ya no podemos.

Por los grandes amores, los que duran toda la vida, o días, pero nunca se olvidan.

Por los momentos, que se hicieron inolvidable en nuestra retina.

Por las sobremesas, las que cuentan historias y unen generaciones de por vida.

Por los recuerdos, que nos hacen volver atrás en el tiempo.

Por los ex, que formaron parte de nuestra vida, pero están mejor lejos.

Por la euforia, que tan rápido nos eleva al cielo como pone los pies en el suelo.

Por la vacuna, esa que curará los hogares que ahora invade la angustia.

Por las ganas de vivir, porque el mañana amanezca, por todos tus motivos y por lo que me dejó en el olvido.

Amigas

Ellas son como son y las quiero así.
Cada una a su manera es especial,
hay quien no las sabe apreciar
y quien se cree con derecho a juzgar.
Hay opiniones para todo...
Qué te voy a contar!!
No tienen la suerte de conocerlas de verdad,
sin ellas mi vida no sería igual.

Juntas arreglamos el mundo,
o al menos nuestro mundo.

Huella

Deja huella,
de la que no se olvida,
de la que cuenta anécdotas,
dibuja sonrisas,
conmueve corazones
y permanece generaciones.

Uno mismo

Hay que saber convivir con la soledad
para no lanzarse a los brazos de la primera compañía que se ofrezca.

Conocer el silencio
para apreciar una conversación.

Tener la casa vacía
para valorar un hogar.

Sentir la derrota sin un hombro al que acudir,
para distinguir el calor de unas manos.

Hay que superar dificultades
para reconocer la belleza de lo cotidiano.

Mirar al miedo de frente
para sacar las agallas a pasear por la vida.

Hay que quererse
para no minimizarse.

Hay que... no dejar de ser.

Ganas

A veces necesito reiniciarme para volver a llenar los días de ilusiones.

Vaciarme de aquello que me ha dolido y apagado un poquito por dentro dejando espacio para construir mejores momentos.

Reiniciarme para no arriesgarme a caer en los días grises, las noches largas y los atardeceres solitarios.

Reiniciarme para recuperar la capacidad de reemplazar lo malo por lo bueno, la paciencia, las risas y los momentos felices.

Reiniciarme para no perder la empatía, la alegría y las ganas.

Tú que estás leyendo esto...

Para alguien,
el mundo siempre será
mucho más interesante, divertido, sugerente... y mil adjetivos más,

contigo en él.

No
lo
olvides.

Felicidad

No te conocía así
constante, segura...

Te has establecido en mi vida
así que quédate aquí,
a ratos si quieres,
a días,
porque si te vas
no podrás librarte de mí,
ya no,
te encontraré de nuevo,
en los detalles,
en las miradas,
en mi gente...

Ya sé cómo eres
y te quiero aquí,
constante, segura, infinita, mía...

Ya no soy gris

No puedo sentir el amor
sólo la compasión que la sangre implica.
Llámame fría,
yo lo llamo valentía.
Fingir lo que no soy o lo que no siento
me nubla por dentro
y yo YA NO soy gris,
bailo con la lluvia,
y me quiero así,
sin filtro, sin máscara,
libre para pensar, sentir y elegir.
Nutrirme de personas maravillosas,
amables, risueñas,
con almas bondadosas,
las que no conocen los pecados capitales más mortales.
Mi mar tranquilo,
mis años, mis vivencias, mi conciencia.

Adversidades

Si vistes siempre de etiqueta,
que harás si tienes que revolcarte en la arena?
Llena el armario de todo tipo de vestimenta,
puede que algún día se acabe la fiesta.

Oveja negra

No me llames "oveja negra",
porque nunca fui borrega,
dejé el rebaño hace años,
cuando me di cuenta que no llegaba a ningún lado.
Decidí vivir como siento,
busqué mi propio camino,
seguir todos un mismo sendero
no es mi forma de ser libres y correctos,
correctos con uno mismo,
el corazón y la cabeza caminando al unísono.
Así que no me llames oveja,
por no ser peón de una sociedad ciega,
prefiero ser pastor con mis propias consecuencias.
Vivir sin estar pendiente de la opinión ajena.

Estaríamos a tiempo

Si el mundo fuera capaz de mirar con otros ojos, si los que tienen el poder tuvieran como prioridad a los que representan y no a ellos mismos y sus bolsillos, si tomáramos conciencia que sin planeta no seríamos, no estaríamos, si miráramos atrás de vez en cuando valorando el esfuerzo de nuestro pasado, si volviéramos a confiar en el vecino como hacían antaño, si el debate fuera encontrar soluciones y no culpables, si educáramos con más corazón y menos producción, si fuéramos más humanos y menos piedra... tal vez, sólo tal vez, estaríamos a tiempo...

Amar no es cualquier cosa

No he sabido nada del amor hasta que aprendí la diferencia entre...

ver o mirar,
atender o respetar,
necesitar o querer,
creer o confiar.

De eso se trata la vida

Me encanta cuando mi hijo con risas me dice "mami, estás fatal, se te va la olla!!"...

Cuando crezca entenderá que de eso se trata,
de hacer reír a los que amas,
de crear momentos buenos, los malos nadie los llama,
de disfrutar de cada día,
de dar las gracias porque hoy estamos,
de volver a empezar si hace falta,
de construir felicidad cada mañana,
de que te recuerden entre sonrisas cuando ya te vayas.

De ser ejemplo,
anécdota
y huella.

Si juegas que sea para quemarte

No juegues conmigo si no vas a terminar la partida,
si entras en mi vida hazlo con las cartas boca arriba,
he perdido tantas veces que ya no estoy dispuesta.
Primero mis hijos, yo, y si nos apetece, habrá un nosotros.
Sin excusas, sin rodeos, sin tanto cuento...
A estas alturas ya sabemos de más y queremos de menos.

Si vas a entrar en mi vida, hazlo
y si no,
hasta luego.

Ella me dice que se ve fea...

Su físico es normal, el de una chica entrando en la adolescencia, no es alta ni baja y viste con ropa, a veces, del año anterior, en su casa le han enseñado a priorizar necesidades.

A penas tiene seguidores en redes sociales, no es popular, un puñado de amigos y familiares, poco más, realmente son los que importan, pero se siente poca cosa.

Cada día percibe la frialdad de este mundo en las miradas de sus compañeros de clase, esos que admiran cuerpos y no cerebros, de momento.

Y se me hace complicado explicarle que los patos se vuelven cisnes, yo también fui pato, aunque fueran otros tiempos, que cuando crezca las cosas cambiarán, no entiende lo que le digo porque lo está pasando mal, y no puedo ponerme en su lugar, ni en el de la gente de su edad, hacer que vean la vida con los ojos del tiempo para que se den cuenta que la belleza también se encuentra en la calidad de los pensamientos, en la dulzura de las palabras, en la bondad de los corazones, que la belleza que atrae es menos duradera que la que enamora, que el espejo importa cuando lo que refleja es humanidad, que las circunstancias pueden cambiar y que la vida igual que da te quita.

Se me hace difícil explicarle que todo pasará, que los que hoy la rechazan quizás mañana quieran estar en su lugar. Que el cuerpo es importante por salud, pero las personas lo son aún más. Que la actitud es lo que cuenta, que hacer sentir es lo que cuenta, que la alegría de unos ojos es lo que cuenta, que ser buena gente es lo que cuenta.

No me entiende, no le es suficiente todo lo que le digo, en parte la entiendo y en parte me gustaría pensar que estamos a tiempo, a tiempo para ablandar los corazones de los más pequeños.

Actitud

Pisa fuerte,
aunque el aliento te falte.

Pisa fuerte,
aunque las piernas te tiemblen.

Pisa fuerte
aunque el lamento te pueda.

Pisa fuerte,
aunque se hunda tu suelo.

Pisa fuerte,
aunque inseguro te sientas.

Pisa fuerte,
aunque brillar no te veas.

Pisa fuerte,
aunque motivo no encuentres.

Pisa fuerte
porque la actitud es la llave que abre las puertas,
y rompe barreras.

ÍNDICE

Mi viaje contigo

Entraste en mi vida

Futuro

Siempre

Eres

Vibrar

A ratos

Amo quien eres

Entre

Ahora que se

Contigo

Fascinación

Te quiero

Quédate

Tormenta

Tu mirada y la mía

Hogar

Mi sitio

Sí

Él

Inhumano

Magia

Justo

Así soy

Convivencia Física

Mi viaje antes de ti

Yo te quise

Dichos

Anoche mientras dormía

Sólo amigos

Roto

Sin paracaídas

No te atrevas

Resta

T

Cobarde

Raíces

Empatía

Podría

Cordura

Última noche

Silencio

Idas y venidas

Demasiado tarde

Equivocados

Mariposas

A nadie

Ahora o nunca

Perdonarnos

Mi viaje conmigo

A mi hijo

Te mereces a alguien

Cuando la vida te sorprende

Abuela

Poesía

Las brujas que dan sentido a mi vida

A los padres de mi hijo(astro)

Compañero

Detalles

Tiempo

Heridas

Soledad

Brindo

Amigas

Huella

Uno mismo

Ganas

Tú que estás leyendo esto

Felicidad

Ya no soy gris

Adversidades

Oveja negra

Estaríamos a tiempo

Amar no es cualquier cosa

De eso trata la vida

Si juegas que sea para quemarte

Ella me dice que se ve fea

Actitud

Sobre mi

Me llamo Sonia Soriano Ramón, desde pequeña me he sentido atraída por la escritura y la pintura, pero la vida y mi curiosidad por el ser humano y la influencia de la educación en la conducta me llevaron a licenciarme en pedagogía. Ejercí pocos años, como siempre me decía mi abuelo "*la cabra tira al monte*" y efectivamente, no se equivocaba, ahora trabajo en el sector del diseño gráfico y saco tiempo para pintar y escribir, son mi forma de gritarle al mundo lo que siento.

Vivo en Valencia, tengo 43 años y soy madre, divorciada, rejuntada, madrastra.

Me gusta la espontaneidad, la risa y la buena gente, no se guardarme nada dentro, quizás por eso escribir es una válvula de escape y este libro una satisfacción personal.