

Jairo Guerrero

# SANANDO HERIDAS

*Mientras Rompo en Llanto*



# **SANANDO HERIDAS**

## **Mientras Rompo en Llanto**

Jairo Guerrero

*Sanando Heridas: Mientras Rompo en Llanto*

Copyright © 2021, Jairo Guerrero

@jaiiwriter

Ilustraciones y portada: Ricardo Enríquez Ramírez

@enra\_arte

Primera Edición: Noviembre 2021

**Todos los derechos reservados.**

Prohibida su total o parcial reproducción por cualquier medio de impresión o digital en forma idéntica, modificada o extracta sin previa autorización del autor.

La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual.

## **ÍNDICE**

[AGRADECIMIENTOS](#)

[PRÓLOGO](#)

[AHÍ NUNCA](#)

[SERÁ DEMASIADO TARDE](#)

[TE SIGO LLEVANDO AQUÍ](#)

NO ERA TU CULPA

PENDIENTES

ACEPTAR Y CONTINUAR

JUNTO A MÍ

EFÍMEROS

VIVIR CON EL DOLOR

YA NO CREO EN EL AMOR

LO MUCHO QUE TE QUISE

TANTO AMOR TE ESPANTÓ

SIEMPRE TÚ

LO QUE NO ES, NUNCA SERÁ

VIVIR CON TUS RECUERDOS

HISTORIAS INEVITABLES

TE LO LLEVASTE TODO

SIN ALAS PARA VOLAR

LO QUE PUDIMOS SER

ME VAS A EXTRAÑAR

DESILUSIONES

NO ES EL FIN DEL MUNDO

ESO DE ODIAR NO VA CONTIGO

LLORA

YO TE MIRABA MEJOR

CADA DÍA UN POCO MENOS

NO ES TU CULPA

PERDER PARA APRENDER

NADIE DE AMOR SE MUERE

TE LLEVARÉ EN LOS RECUERDOS

LA VIDA AQUÍ NO ACABA

UN SIMPLE SUSPIRO

LECCIONES DE LA VIDA

LA VIDA VOLVERÁ A JUNTARLOS

NUESTRA COBARDÍA FUE MAYOR

NO TE RINDAS

POR TODO LO QUE PUDIMOS SER

COMIENZO A CURARME

NO HAY MAL QUE DURE 100 AÑOS

NO MERECE TU LLANTO

LO TIENES TODO EN UN SIMPLE ADIÓS

ÁMATE Y ÁRMATE

DOS DESCONOCIDOS

¡VIVE!

JURO QUE LO INTENTO

YA OLVIDÉ CÓMO QUERER

PODRÁS CON ESTA Y CON MUCHAS MÁS

LAS RESPUESTAS YA ESTÁN

LAS DESPEDIDAS SON NECESARIAS

SIN TI TAMBIÉN PUEDO

YA ES HORA DE DECIR ADIÓS

NO SERÁ NUNCA

HUYÓ

ALGÚN DÍA YA NADA DOLERÁ

PERDÓNATE

TE PERDIERON

SALIR DE LA JAULA

VOLVER A CREER

NO RENUNCIES TODAVÍA

RESTOS DE TU ALMOHADA

TIEMPO AL TIEMPO

HASTA QUE SEA UNA CICATRIZ

DECIDÍ ELEGIRME

UN MEJOR DESTINO

ESA HISTORIA QUE NO FUE

TU AMOR MERECE MÁS

LAS COSAS VAN A MEJORAR

LÁGRIMAS Y RECUERDOS

NOS HIZO FALTA TIEMPO

VOLVERÁS DESPUÉS DE TANTO

NUNCA TE IRÁS DE MÍ

VOLVER A EMPEZAR

EL ERROR FUE DARLO TODO

EL AMOR DE TU VIDA NO SE VA

VOLVER A VIVIR

NUNCA MENTÍA

AHÍ NO ERA

DEJAR IR

NO VALÍA LA PENA

DEJA DE ESCRIBIRLE

NUNCA VOY A OLVIDARTE

VAS A ESTAR BIEN

YA LO TENÍAS TODO

PENSABA QUE TE HABÍA OLVIDADO

SIEMPRE LO DESEÉ

NO PERDISTE

NUNCA TE OLVIDÉ

PERDISTE Y YA ESTÁ

TODAVÍA TE ESPERO

AMORES PROHIBIDOS

TOMA TIEMPO

TE ESPERA ALGO MEJOR

AÚN TE QUIERO, CADA VEZ MÁS

OTRA OPORTUNIDAD

Y TE FUISTE

VAS A CURARTE

MARTES 13

NO AHORA

NO ME ENSEÑASTE A DECIR ADIÓS

TODO SIGUE IGUAL

NO TENGO A QUIEN AMAR

S.O.S.

TE EXTRAÑO A VECES

ME ESTÁ(S) COSTANDO CARO

QUIZÁ TENÍAS RAZÓN

MI SOLEDAD Y YO

DESPUÉS DE TANTO TE DIGO ADIÓS

ES NECESARIO DEJARTE IR

VOY A DARME UN TIEMPO

YA NO VOLVERÉ

EPÍLOGO

## **AGRADECIMIENTOS**

A mis padres por regalarme la vida, por enseñarme a respetar a las personas, por demostrarme la humildad, a mis abuelos, a mis hermanos, tíos, primos, amigos y amigas, porque siempre confiaron en mí, siempre apoyándome en todo momento.

A mi hermana y compañera de letras Darling Salas y a mi gran y eterna compañera de vida Fátima Salinas, por ayudarme e impregnar su magia con los complementos del libro: Prólogo y Epílogo, eternamente agradecido con ellas.

Y a ustedes, mis lectores, que sin su compañía nada de esto sería posible, gracias por estar cada día en este viaje, en cada post que comparto en redes sociales, por cada comentario y cada palabra de aliento. A los que están desde el principio, a los que ya se fueron y a los que apenas vienen llegando, infinitas gracias por creer en mis escritos y en el sentimiento impregnado en cada letra.

*Todavía te quiero...*

*Pero intentar quererme,*



*duele menos*

*que volver a buscarte.*

## Prólogo

*“El mar de mis ventanas lleva tu nombre”*

Dicen que cuando una persona llega a nuestras vidas es para regalarnos felicidad, que el amor es paz, caricias y tranquilidad, que deberíamos entregarnos sin pensar de más, pero nadie, absolutamente nadie nos advierte sobre las consecuencias que tiene abrir el corazón para que entre alguien más.

Nadie nos dice que, a veces, ni dándolo todo es suficiente, que hay amores que carecen de alas así tengan el cielo entero para volar, que hay personas a las que duele más amarlas que quererse uno(a) mismo(a), que hay quienes rompen las almas más puras y aun así logran salir ilesos(as) de los daños, de los campos de guerra y los mares que desataron.

Quien diga lo contrario es porque nunca ha amado o quizá, solo quizá ha tenido la suerte suficiente para no caer en las manos de un amor efímero con aroma a eternidad. No obstante, yo, que he amado y me he entregado en cuerpo y alma a una persona puedo decirles que he conocido el suelo, que sé lo que es tener que pasar de página queriendo aferrarme al último renglón que está escrito para no tener que decir adiós, para querer evitar lo inevitable; ver cómo se llevan hasta mi corazón y me dejan solo el polvo y los pedazos rotos como evidencia de que alguna vez algo existió. Yo, que nunca le deseé el mal a nadie, quise que alguna noche esa persona especial me extrañara estando en los brazos de alguien más, que se diera cuenta de que no se coincide dos veces con un amor real, quise que un día entendiera que a pesar de las decepciones yo le había guardado un lugar aquí, dentro, donde ahora todo duele.

Sin embargo, comprendí que de nada servía todo eso si ya no tenía deseos de regresar. Todavía no sé si fue culpa del destino o de los tiempos, no sé si no era nuestro momento, si había llegado temprano o demasiado tarde, nunca lo sabré, no obstante; sé con certeza que aunque pase el tiempo en memorias

siempre le recordaré, porque aunque lo nuestro duró lo mismo que un diente de león, por esa persona fue que conocí el verdadero amor.

Hoy ya no cargo con la culpa o eso quiero creer. Juro que lo intento, aunque a veces su recuerdo me golpea como los dos desconocidos que volvimos a ser.

Juro que lo intento aun cuando el mar de mis ventanas lleva su nombre y me recuerda que ya no está, que no volverá. Juro que lo intento cuando brindo conmigo mismo por lo que fuimos y por lo que no, porque así es el amor, cuando es real no muere ni aunque se diga adiós con una bala en el corazón.

El amor es maravilloso, es cierto, pero también es incomprensible, así que no te culpes ni te cuestiones si un día dándolo todo se despiden de ti para siempre, sin dejar rastros enteros de lo que fue. No trates de entender, no busques respuestas donde duele, tan solo cierra tus ojos, rompe en llanto y deja que el tiempo y las gotas saladas limpien tu interior. Ese dolor no durará cien años, volverás a brillar, pero antes, por el océano tendrás que pasar y es que, a veces, las heridas son tan grandes que, la única manera de sanar es mediante lágrimas, gotas de dolor que caen desde el alma.

***"Sanando Heridas: mientras rompo en llanto"*** es la revolución a través de las lágrimas entre el dolor de una despedida y la superación de un gran amor. Es un libro escrito desde lo más profundo de un alma, de un corazón, así que te invito a sumergirte entre las letras de Jairo, quien más allá de evidenciar el amor nos enseña que siempre, siempre, sin importar cuánto haya dolido algo, se puede volver a sanar, incluso si la única forma de hacerlo es aceptando el dolor mientras rompemos en llanto.

Darling Salas / @escritossalas

Pérez Zeledón, San José, Costa Rica.

02 de noviembre de 2021.

**Ahí nunca**

Yo buscaba la manera

para lograr conquistarte...

Y nada bastaba.

No hacía falta insistir,

porque a veces la suerte

es tan cruel,

que así lo intente una y otra vez,

tendrá siempre mil opciones

para hacerme entender

que ahí,

contigo,

no es,

no será...

***Ahí nunca.***

**Será demasiado tarde**

Quiero que sepas que las personas

están de paso en tu vida,

van y vienen,

no es necesario que te mortifiques

y le llores a una despedida,

ponte bonita niña,

levanta la cara amigo,  
y desea siempre lo mejor,  
probablemente en unos días,  
semanas,  
meses o años,  
quiera volver y te vea tan feliz,  
que se arrepienta de haberse ido,  
que vuelva a insistir...  
pero, ***será demasiado tarde.***

### **Te sigo llevando aquí**

Sé que la vida sigue, que después de ti vienen más, que solo es cuestión de un intervalo para soltarte y comenzar de nuevo. Sé también que todo es un proceso, que no voy a sanar de la noche a la mañana, que llevará muchas noches de insomnio y pesadillas donde me vas a perseguir hasta que por fin te pueda dejar ir. Dicen que no será fácil, pero tampoco imposible. Lo que nadie sabe es que yo te sigo llevando aquí, muy dentro de mí, en cada pendiente, en cada situación, en cada experiencia y en cada aventura. Te sigo llevando al abrir los ojos y despertar, en la sala, la cocina, en el parque, en el cine, en las calles, en los campos, cuando llueve y al ocultarse el sol.

Sé que voy a olvidarte, pero eso no evita que ***yo te siga llevando aquí***, en cada periodo y en cada estación.

### **No era tu culpa**

Muchas veces te señalé por tu falta de interés,  
porque yo quería pasar más estaciones a tu lado, quería caminar de tu mano,

ver el atardecer,  
ir por otro helado,  
llevarte hasta la puerta de tu casa,  
llenarte de besos y caricias.  
Así como lo había soñado,  
pero no.

### ***No era tu culpa***

que nada saliera como yo quería,  
era yo,  
que no intentaba entender tu desprecio,  
que cada vez te cansabas de mí,  
y que cada día te perdía un poco más.  
Te fuiste,  
pese a que yo lo daba todo...  
y hasta entonces lo comprendí.

### **Pendientes**

Aunque al final terminó y no logramos cumplir con todos nuestros juramentos, me fui con la esperanza de algún día volver a coincidir. El destino no nos quería juntos por ahora. Tal vez en el futuro sea diferente. Porque siempre tendremos algo ***pendiente***. Pero por lo pronto, puedes irte, sin rencores, siempre estaré para desearte lo mejor. Quiero que te vuelvas a enamorar, quiero verte sonreír, que vuelvas a vivir esos instantes que se quedan clavados en la mente por siempre.

Pero sobre todo, espero que la vida nos alcance, para vivir todo lo que dejamos estancado, en un mañana, cuando ya estemos más maduros y conscientes de querer estar juntos.

### **Aceptar y continuar**

Se ha ido...

Ya está,

perdiste,

y te aseguro que ya no volverá.

Ahora va a doler tanto,

pero la única forma de seguir adelante

es asumir que ya se acabó,

entender que a veces la vida es cruel

y no siempre podrás tener todo lo que deseas.

Toca ***aceptar y continuar***,

no es justo hundirse,

no es justo caer.

### **Junto a mí**

¿Te confieso algo?

A pesar de que te solté, ya no te busqué, ya no insistí y no volví a saber de ti, nunca dejé de sentir, no te olvidé. Me costó demasiado ya no enviarte un mensaje o despertar y aceptar que ya no estaban tus buenos días en el teléfono, ya no ver más tu foto en el chat, ya no dar esos paseos por los callejones de la ciudad. No volví a saborear tus besos o tomarte de la mano, no volví a sentir lo suave de tu piel o acariciar tu despeinado pelo.

Se terminó y me fui. Pero te seguí llevando, en cada rincón, en cada pensamiento, en cada fantasía, en mis triunfos y derrotas, hasta en mis nuevas aventuras. En realidad no te fuiste del todo, porque seguiste presente, ahí, en un rinconcito del corazón, justo donde duele al pronunciar tu nombre, aquí, **junto a**

**mí.**

### **Efímeros**

Yo deseaba que todo a tu lado fuera eterno,

despertar cada mañana

y perderme en tu mirada,

estar por siempre de ti acompañado,

pero no,

terminamos siendo un simple trance,

que se quedó ahí,

congelado,

perdido en el universo...

Fuimos **efímeros**.

### **Vivir con el dolor**

No, a veces no es necesario superar para poder continuar. Porque muchas veces el olvido se alarga, se hace eterno y por más que se intenta y se desea no llega.

Es ahí cuando debes persistir, sin importar que siga pesando el ánimo y los capítulos que vivieron no desaparezcan. Porque seguir estancado o estancada, sufriendo, preguntándose una y otra vez, ¿qué fue lo que hice

mal?, es la peor forma de dejar pasar la vida. Es necesario dejar todo como está, porque ya pasó y no hay solución, porque el pasado no regresa. Y porque a veces se necesita aprender a **vivir con el dolor**, para seguir con nuestro camino.

### **Ya no creo en el amor**

Voy a sanar heridas, voy a vivir la vida como si nada hubiese pasado, no me lastimaste, nunca lo hiciste, fue mi insistencia lo único que me lastimó. Pero ya no voy a creer en el amor, no sé si sea una postura de días, semanas, meses, años o para toda la eternidad.

Porque esto de amar no es para mí, quiero pensar que nací en otra época, en otro mundo, en otra dimensión, en una etapa que no era para poder estar con alguien más.

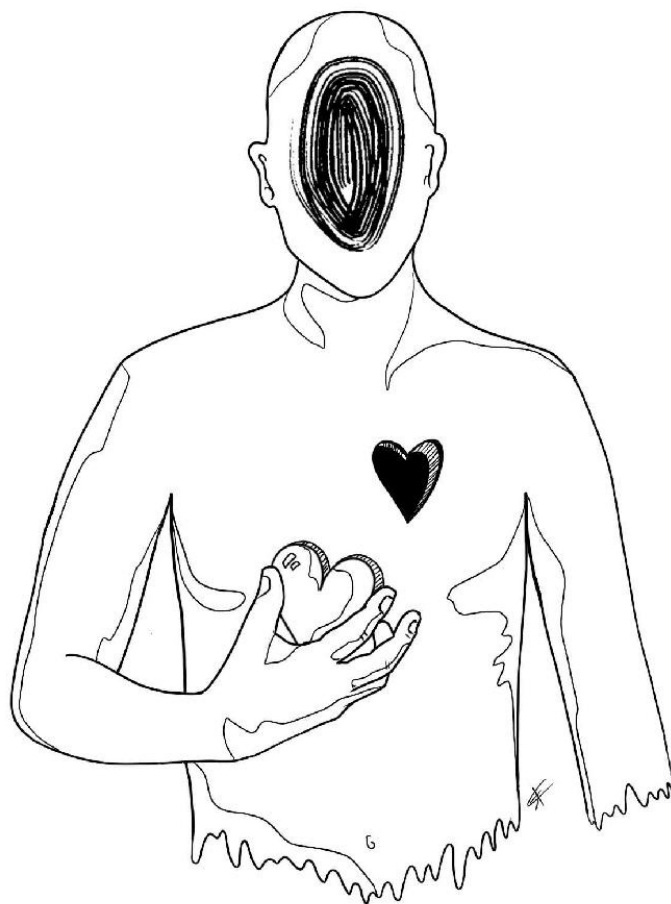
Ya lo di todo, perdí hasta el alma entera en batalla, no puedo ofrecer ya nada, solo voy a quedarme con los trozos de un corazón que dio hasta su último esfuerzo por recibir al menos un poco de afecto.

Ahora voy a darme todo lo que nadie valoró, voy abrazarme siempre que lo necesite, sentiré mi propio calor, me diré palabras de aliento cuando ya no pueda seguir, secaré mi llanto y perdonaré mis malos pasos.

### ***Ya no creo en el amor.***

Ya solo creo en mí.





Me declaro culpable de quererte más que a nadie.

Te declaro inocente por no saber amarme.

**I.**

Tú y yo ***pudimos*** serlo todo,

pero terminamos siendo puro cuento

y sin final feliz.

## II.

Deja que se vaya,  
porque si realmente fuera  
el amor de tu vida,  
tarde o temprano volvería  
o incluso,  
**nunca** se iría.

### **Lo mucho que te quise**

Ojalá que la vida te recuerde **lo mucho que alguna vez te quise**. Cuando vayas por la calle y no te tomen de la mano con tanta delicadeza, cuando nadie te pregunte hace cuánto que no pruebas tu helado favorito y te lleve al puesto de la esquina para volver a saborearlo. Cuando no encuentres en otros brazos esos abrazos que te hacían vibrar el espíritu, cuando entre tantas almas se te cruce mi aroma. Ojalá recuerdes que incluso con mis errores siempre te dejé en claro que sí, que sí te quería.

Que a pesar de todo lo malo o lo arruinada que estaba mi vida yo siempre busqué la manera de hacerte sonreír en medio de tanto caos.

Y al final no funcionó o no terminó como quería, como querías, como los dos esperábamos que fuera, pero al menos sé que solo se coincide una vez con la persona correcta, y que algún día entre tu soledad, recordarás lo mucho que llegué a quererte.

### **Tanto amor te espantó**

Sabías que te quería,  
que en serio te quería,

que iba dispuesto a darlo todo,  
a perderme entre tus encantos,  
a vivir muchas aventuras  
y locuras a tu lado,  
a cuidarte y protegerte de las penas,  
que te quería con todo mi aliento  
y a lo mejor,

***tanto amor te espantó***

y se te escapó de las manos  
que lo único que hiciste fue marcharte,  
buscando como pretexto  
lo mucho que te quería.

**Siempre tú**

No, no es nuestro tiempo, no es nuestro “para siempre”, no ahora, todavía nos falta más, aprender de nuevas personas, llorar por otras despedidas. Solo es cuestión de dejarte ir, de soltarte ahora, pero volverte a encontrar en el futuro, en otra era. Llegué muy pronto o demasiado tarde. Traté de retenerte, pero cuando el destino te dice que no, ya no queda más por hacer. Ahora te vas, pero eso no evita que yo siga aquí, queriéndote.

Diciéndote que serás ***siempre tú***, el amor de mi vida.

Aquí y en la otra.

**Lo que no es, nunca será**

No importa cuánto lo intentes,

siempre se te va a demostrar  
que todo *lo que no es para ti,*  
*nunca será,*  
y ya no hace falta preguntarse...

¿Por qué pasan las cosas?

A veces simplemente

es mejor aceptar

y necesario continuar.

### **Vivir con tus recuerdos**

Y sí, la lección más fuerte que me dio la vida fue despedirme de la persona que más quería en el mundo. La mayor lección fue aprender a soltarte, saber borrar tus memorias, tus caricias y tus besos. Y aunque guardaba bellas imágenes del pasado, ya nada era igual en el presente, todo había cambiado. Me armé de valor para escapar del lugar donde ya no era feliz. Costó, y mucho, pero una vez que lo logré, ya no volví a buscarte. Aprendí a valorarme, a entender lo importante que es tener paz conmigo mismo. Me quedé con los buenos momentos y perdoné los malos actos.

Posiblemente volveremos a encontrarnos, no lo sé, lo único que estoy seguro, es que no te olvidé del todo, solo aprendí a *vivir con tus recuerdos*, aprendí a vivir sin tu presencia.

### **Historias inevitables**

Te puedo asegurar

que nunca dejé de quererte,

no es verdad que ya me olvidé de ti,

que estoy sin pensarte,  
sin imaginarte,  
todavía apareces en mis sueños  
y te sigo recordando en mis desvelos,  
ha sido difícil  
tratar de sacarte,  
pero también entendí  
que ya no tenía caso insistir,  
porque lo nuestro  
ya había llegado a su final,  
se había escrito la última página  
de nuestra historia,  
nos convertimos en una *historia inevitable...*

Y eso era algo que ya no podía cambiar.

### **Te lo llevaste todo**

Cuando te fuiste, no solo tuve que decirte adiós, también tuve que batallar y tratar de recuperar una gran parte de mí que se fue contigo. Porque no te fuiste en solitario, te llevaste esas ganas de volverme a enamorar, de encontrarle sentido a los cumplidos o a las canciones románticas. Te llevaste la confianza y la sinceridad que tenía de hablar de los problemas o la emoción que le daba a los propósitos que esperaba por cumplir. A las pocas ganas de seguir, a las tardes de paseo y a las charlas con café. No te fuiste sin nada, ***te llevaste todo*** lo que nunca nadie más volverá a recibir, la mejor versión de mí. Lo que no llegaste a valorar y lo que yo no logré salvar.

## **Sin alas para volar**

No, no me decepcionaste,  
creo que fui yo  
quien te dio altas expectativas,  
pensé que eras diferente,  
diferente al resto,  
que ibas muy en serio,  
pero no,  
la culpa fue mía,  
por presumirte sin conocerte,  
por colocarme esa venda en el rostro  
que no me hacía ver la realidad,  
no quise ver quién eras,  
y costó bastante aceptarlo,  
pero ahora que lo hago,  
puedo decirte que no eres culpable,  
siempre fui yo,  
que te tuvo en los cielos...  
cuando no tenías ***alas para volar.***

## **Lo que pudimos ser**

Han pasado una infinidad de noches y muchas puestas de sol desde que tú no estás. Y aunque el tiempo pasa no he logrado olvidarte. De pronto te escapabas y quedabas entre mis memorias, ahí, de donde realmente nunca te saqué. Me da por recordar todo lo que construimos y dejamos ir, lo que debimos ser. Lo que sentíamos y olvidamos, las miradas que brillaban cuando nuestras pupilas se topaban, las caricias que mi piel aún extraña, las fotos que me duelen al ver, saber que lo teníamos todo y no lo supimos valorar. La fortuna, la vida o nuestra estupidez nos tienen ahora separados. Pero sin importar lo que pase en el futuro, a donde vayas y con quien estés, siempre recordaré todo lo que fuimos o

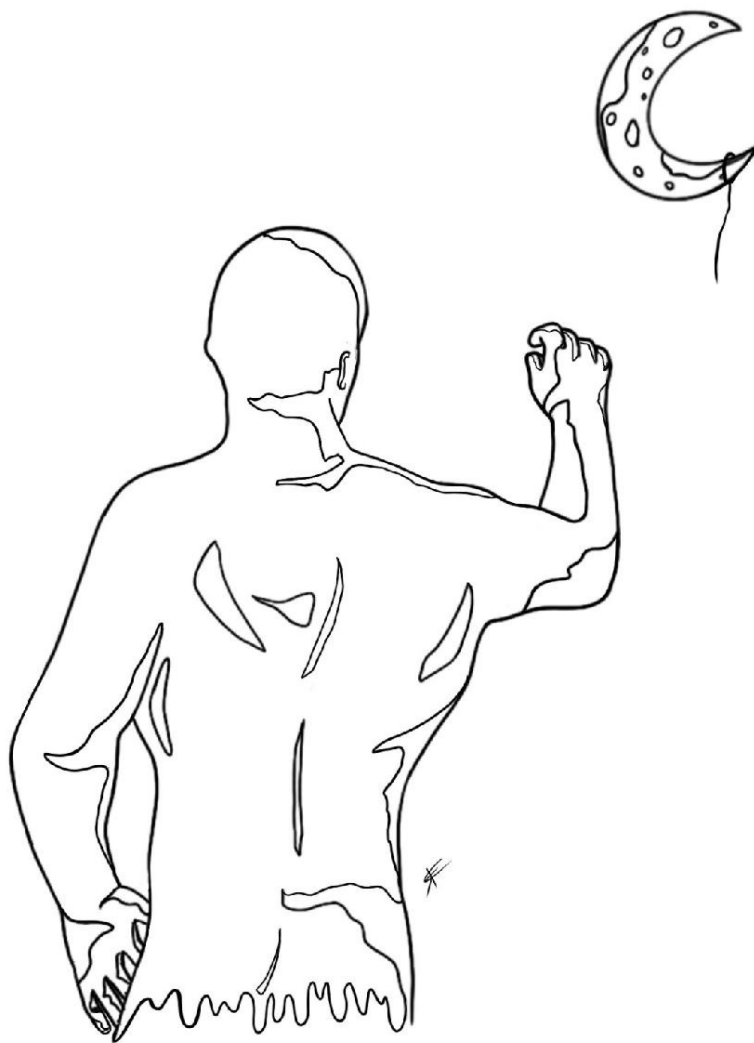
***pudimos ser.***

**Me vas a extrañar**

***Me vas a extrañar,***

en esos días cuando la gente  
a tu alrededor te dé la espalda,  
cuando todos  
se porten mierda contigo.  
Entonces vas a buscarme,  
me llamarás  
y yo en un acto imbecil  
voy a responder.  
Y tendré dos opciones,  
me quedo para consolarte  
o voy a colgar sin decir nada,

sabiendo que el karma  
te cobró todas las veces  
en las que me fallaste.



Anoche soñé que me querías otra vez, así como antes.  
Lo peor fue despertar y ver que ese sentimiento...  
Nunca existió.

**III.**



Me **sobran** las ganas  
de salir corriendo a buscarte,  
pero no tengo los **motivos** suficientes para pensar que te hago falta .

#### **IV.**

Si tan solo fuéramos más valientes  
y dejáramos a un lado el orgullo,  
te aseguro que **no** estaríamos así, con este nudo en la garganta  
y en medio de tanta distancia.

#### **Desilusiones**

Yo creía que todo marchaba bien,  
que por fin estaba encontrando  
a esa persona que había esperado  
después de tanto,  
pero no,  
pasaron cosas  
y tus acciones dieron mucho de qué hablar,  
cuando te dije que me habías sorprendido,  
en realidad mentía,  
porque todo lo que sucedió  
me decepcionó

de una forma que no te imaginas,  
mis altas expectativas hacia ti  
se esfumaron en un simple disparo,  
me dolió,  
como no te imaginas,  
pero ya está,  
ya pasó  
y las cosas no se pueden cambiar.

Voy a salir de esta ***desilusión***.

### **No es el fin del mundo**

Simplemente fue la vida  
la que te dijo que no valía la pena  
seguir en el mismo sitio que tanto dolía,  
que tanto pesaba,  
porque si no funcionó,  
no hay marcha atrás,  
ya está,  
no insistas,  
no fuerces y simplemente aléjate,  
porque nada hiciste mal si lo diste todo,

***no es el fin del mundo,***

algo bueno y mejor está por llegar.

**Eso de odiar no va contigo**

Vas a volver a ser tú, a perdonar, dar gracias por lo aprendido y continuar con tu vida como si nada hubiese pasado. Aunque por dentro te hayas roto en mil pedazos, el tiempo sabrá sanarte, los días te ayudarán para volver a recuperarte.

Porque así como has logrado superar otros fracasos, también vas a poder con este. Vas a perdonar por todas las mentiras que te dijeron, porque fuiste tú quien siguió insistiendo cuando ya te habían dicho todo. Y es que ***eso de odiar no va***

***contigo***, eres más fuerte que todas las promesas falsas que te hicieron. Vas a volver, como siempre lo has hecho.

**Llora**

Estoy seguro

que nadie duele para siempre,

que tarde o temprano llega el consuelo,

esa tranquilidad que tanto buscabas,

pero por si aún pesa,

y si lo necesitas:

***Llora,***

derrama todas las gotas que puedas,

y sé que no vas a curarte en ese instante,

aunque siempre es bueno desahogarse,

quitar por un rato

todo aquello que te atormenta.

### **Yo te miraba mejor**

He visto cómo te mira, pero cariño, dime si sus ojos te transportan a otros cielos, dime si en sus ojos observas el universo entero, si encuentras calma en sus pupilas, si puedes ver mil ilusiones a través de ellos. Dime si él ha logrado hacerte temblar con tan solo una mirada, si has logrado encontrar la paz, dime si eres feliz despertando a su lado, si al observarte te repite lo linda que te ves sin maquillaje. Tan solo dime, si esa mirada es la quieres tener siempre...

Porque estoy seguro que *yo te miraba* y lo seguiré haciendo mucho *mejor*.

### **Cada día un poco menos**

Anda tranquilo o tranquila,

que de eso se trata el proceso,

que llores,

que te arrepientas,

que después te limpies las lágrimas

y sigas con esa postura de ya no buscarle,

de eso se trata.

Que siga doliendo,

*cada día un poco menos,*

hasta que cada tormenta,

cada desastre,

cada flecha clavada...

desaparezcan.

### **No es tu culpa**

No te castigues,

no te cuestiones,

no te hagas preguntas

que simplemente no tienen respuesta,

solo deja,

suelta y continúa,

porque van a existir seres

que no podrán ver lo increíble que eres

y no,

***no es tu culpa...***

No eres culpable de aquellos

que no saben apreciar el arte.

### **Perder para aprender**

Y es que pese a darte

lo mejor de mi vida,

nada fue suficiente...

Pero ya está,

no voy a llorarte,  
no voy a rogarte,  
no voy a buscarte  
y voy a seguir con mi camino,  
como si nada hubiese pasado,  
aun cuando por dentro esté muriendo,  
sé que un lapso me ayudará a superarlo.

Ahora entiendo que muchas veces

también toca ***perder***

***para aprender,***

aceptar que no se puede

tener todo en la vida

y continuar.

### **Nadie de amor se muere**

Pronto todo tendrá sentido, vas a dejar de cuestionarte y olvidarás todas esas interrogantes que nunca hallaron alguna respuesta, porque dicen que todo pasa por una razón, y ya estaba destinado que tenías que alejarte de la persona que te hacía daño. Que duela es normal, que llores y extrañes es parte del proceso, pero no va a durar para siempre, porque va a llegar alguien mejor, pero antes tendrás que curarte, abrazarte, quererte, escucharte y calmar ese llanto que se derrama cuando las imágenes del ayer se asoman. Vas a volver, vas a volver a ser tú, a sonreír, con ganas de seguir y volverte a arriesgar, porque ***nadie de amor se***

***muere***, solo se aprende a no volver a cometer los mismos errores.

## Te llevaré en los recuerdos

No hace falta que me lo digas, sé que lo nuestro ha llegado a su final, y no voy a decir nada, no pediré que te detengas, solo voy a quedarme aquí, en silencio, lloraré un poco y después seguiré, es muy probable que los lamentos no paren hoy y mañana vuelva a romper en llanto.

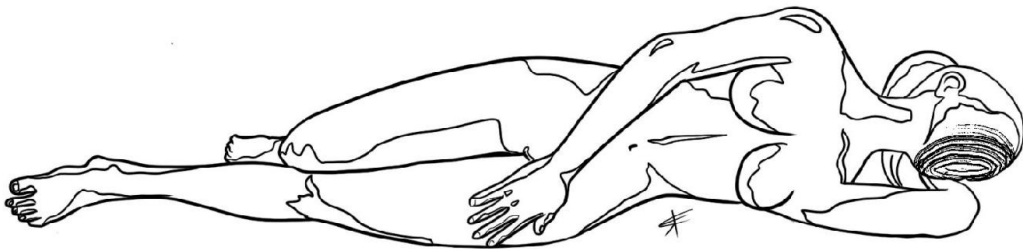
Pero no voy a rogarte, ni mucho menos mantenerte a la fuerza.

Voy a confiar en que yo no me equivoqué, porque en las noches nunca te faltó mi calor, ahí estaba cuando más me necesitabas. En los días grises y en las puestas de sol.

Puedes irte, vuela hacia tu libertad, yo me sentaré a esperarte, unos días, semanas, meses, no lo sé, no sé hasta cuándo pueda aguantar, porque tarde o temprano cada circunstancia hará lo suyo y me ayudará a olvidar.

Ya solo me quedará *llevarte en los recuerdos*.

Porque sabré soltarte y convertirte en pasado.



Te extraño todavía.

Como si nunca hubiesen pasado  
más de mil días desde tu partida.  
Dejé de contar los meses  
después de que se convirtieron en años  
y como un idiota sigo aquí...  
Esperando,  
cuando sé que no volverás.

**V.**

Y cuando te fuiste...  
en silencio le **pedí** a la vida  
que todo en ti marchara bien.

**VI.**

No pedías mucho  
y yo te entregaba todo...  
quizá fue por eso,  
**no** sabías qué hacer con tanto.

**La vida aquí no acaba**

Puedes estar en paz, porque te aseguro que todo lo que se fue ya tenía sus motivos, para que aprendieras de la vida, experimentar el fracaso, los engaños, las mentiras, las noches de desvelo, para que entendieras cómo funciona el amor.



Y ya está, no hay más que hacer, solo aceptar, dejar, soltar, perdonar, dar las gracias, lamentarse un poco y después continuar. Porque no, ***la vida aquí no***

***acaba***, apenas estás comenzando, vendrán mejores etapas, más gente que te va a demostrar que alejarte de un amor que te hacía daño fue la mejor decisión. Y que ahora después de tanto, una vez que hayas sanado, volverás a experimentar esos sentimientos. Volverás a ser la misma chica o el mismo chico, que ha vuelto a creer en el amor.

### **Un simple suspiro**

A veces me da por sentarme a observar  
el cielo y volver a pensarte,  
es que hay canciones  
que me recuerdan a ti,  
que me provocan un nudo en la garganta,  
porque es inevitable  
recordar que éramos felices,  
que lo teníamos todo,  
pero fuimos

***un simple suspiro.***

### **Lecciones de la vida**

No trates de entender la razón por la que no funcionó, es que solo fue una decepción y no la persona que pensabas sería tu amor perfecto. A veces por más que se quiere no se puede, y no, no es tu culpa, tampoco es necesario forzar a que te quieran, son solo ***lecciones de la vida***, periodos que son necesarios vivir para forjarse. Tocar suelo también te hace más fuerte, también te ayudan a no volver a cometer los mismos errores, a no entregar

todo si no recibes nada a cambio. Y no, las tristezas no van a durar para siempre, vas a entender que todo pasa porque tiene que pasar, y que te estás preparando para lo que realmente valdrá la pena.

### **La vida volverá a juntarlos**

Dicen que si conoces a esa persona  
por la cual te enamoras  
y nacen sentimientos  
que nunca antes habías vivido,  
y que si ella o él siente lo mismo por ti,  
hay veces que no funciona,  
y algún motivo o circunstancia  
genera una separación,  
pero...

¿Y si esa persona es la correcta?

Simplemente ***la vida volverá a juntarlos***, listos para vivir lo que en el pasado

se quedó olvidado.

### **Nuestra cobardía fue mayor**

Te quería,  
de verdad que te quería,  
y no sé si tú también lo sentías,  
pero puedo decirte que si así era,

teníamos ya todo para ser felices,  
tan solo bastaba arriesgarnos  
y vivir el momento,  
tomarnos de la mano,  
correr por el parque,  
visitar nuevos horizontes  
y regalarnos besos mirando  
a la luna en cada noche.

Pero no,

***nuestra cobardía fue mayor,***

decidimos tomar caminos  
distintos y quedarnos con la pregunta  
de lo que pudo haber sido.

Todo lo que debió ser  
se quedó en la imaginación,  
porque terminamos siendo  
un simple instante.

**No te rindas**

***No te rindas*** por un fracaso,  
sí,

está bien que rompas en llanto,  
que te arrepientas,  
que ya no puedas más,  
pero no es momento de rendirse,  
todo es parte del camino,  
apenas te estás preparando,  
así que anda,  
con la frente en alto  
que esto apenas comienza.

### **Por todo lo que pudimos ser**

Me costará, créeme que me costará bastante asimilarlo, serán muchas noches de insomnio y un tanto de lágrimas derramadas en la almohada, sin embargo, lo voy a entender, aunque no quiera, tendré que hacerlo.

Y aceptaré que ya no somos, que no fuimos, que nunca seremos, que esta historia acabó antes de lo debido. Que me quedará solamente con lo poco que construimos, con lo que después terminamos por destruir. Y no, no debo guardar rencores. Te tendré un cariño inmenso y voy a desearte siempre lo mejor.

Lograré aceptarlo, y cuando lo haga...

Brindaré *por todo lo que pudimos ser*.

### **Comienzo a curarme**

Yo nunca dejé de quererte,  
pero en el lapso donde no estuviste

aprendí muchas cosas,  
no a dejar de pensarte,  
porque sí,  
hay días en los que te pienso,  
pero también aprendí a ya no buscarte,  
y mira que me ayudó bastante,  
porque ya estoy  
viendo la vida de manera diferente...

***Comienzo a curarme.***

**No hay mal que dure 100 años**

Y sé que duele,  
y que va seguir doliendo,  
pero bien dicen que  
***no hay mal que dure 100 años,***  
porque el tiempo lo cura todo,  
no te dejes vencer por una persona  
que ya se fue  
y que bien sabes no va a volver.

Seca las mejillas,  
levanta la frente,

sonríe

y sigue adelante.

Porque vida solo hay una

y tienes que vivirla.

### **No merece tu llanto**

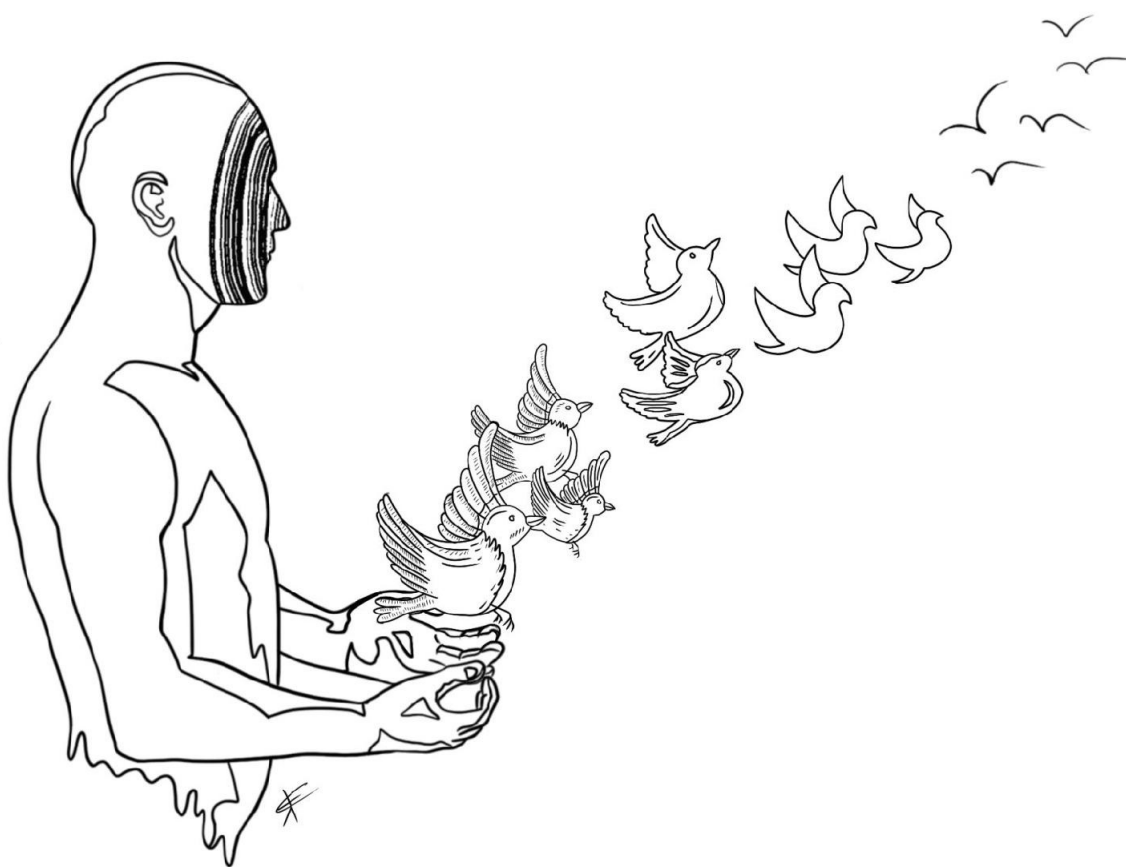
No, esa persona ***no merece tu llanto*** y tú no mereces llorar por alguien que ya se fue y que ya no volverá.

Déjalo partir, el planeta seguirá su marcha y tú debes continuar, tienes mucho por cumplir, metas que cruzar, logros por alcanzar y no es justo sufrir por alguien que no fue capaz de entender tus sentimientos.

Si tú no fallaste, entonces quédate tranquilo o tranquila, ya vendrá quien pondrá el karma en su camino, aquél chico o aquella chica que te hizo sufrir, va a enamorarse, sentirá todo lo que sientes ahora, entonces se acordará de ti, de todo el mal y las decepciones que te hizo sentir.

Puede que tú ya estés con alguien más o todavía superando la ruptura, pero para entonces ya no va a merecer tu llanto.

Y te aseguro, que ahí será cuando te dediquen un arrepentimiento, por fallarte en el pasado y sentirlo en el presente, cuando ya sea demasiado tarde.



Que seas muy feliz  
y que nadie llegue a lastimarte.

Ese fue mi último deseo por ti,  
antes de partir,  
porque aún te amaba tanto  
que no quería verte sufrir...

De la misma manera  
en que tú me lastimaste a mí.

**VII.** Debes aprender a dejar ir, agradecer lo vivido y perdonar,

ya no lo hagas por aquel sujeto,

esta vez...

Que sea por *ti*.

**VIII. Quiérete**, con tanto amor

como el que ofreciste

y no fue valorado,

verás que contigo sí va a funcionar.

**Lo tienes todo en un simple adiós**

Estás a un paso de dejarlo todo, mandar los daños a la mierda y comenzar de nuevo, huir de esa gente que no aportan nada bueno a tu vida, a lo tóxico y a todo lo que te quita el descanso por las noches. Volver a empezar, y sí, al principio va a costar, mucho más de lo que imaginas, todo es un ciclo, van a llegar esos días de serenidad y sabrás que todo lo que soltaste era necesario, que ahora puedes respirar y seguir persiguiendo tus sueños. ***Lo tienes todo en un***

***simple adiós***. O seguir lastimándote en el mismo sitio, con los mismos problemas y las discusiones de a diario, con el arrepentimiento y con todas las dudas. Con algo que sabes que desde hace mucho terminó y que ya no tiene solución.

**Ámate y ármate**

No te mates tratando

de entender qué hiciste mal

para causar que se marchara,

no te quería,



así de simple.

O lo hacía

y tenía miedo

o simplemente no era para ti.

Y si ya no hay nada por hacer,

entonces no busques explicaciones,

ya está,

ahora debes aprender a soltar,

a dejar ir y volver a ser tú,

trabaja en ti,

en poder sanar a tu mente y al corazón,

***ámate***

***y ármate.***

Tarde se dará cuenta

de todo lo que perdió al dejarte ir.

**Dos desconocidos**

Siempre seremos

***dos desconocidos,***

al cruzarnos por la vía

o al toparnos con

nuestra imagen.

***Dos desconocidos***

jugando a no recordar

los besos y

las caricias que nos dimos.

Todos los "te quiero"

que nos dijimos,

los mensajes

que alguna vez

nos enviamos

o los abrazos

que nos quitaban el frío

y abrigaban al alma.

Siempre seremos

esos ***dos desconocidos***

con un trayecto parecido.

***Dos desconocidos*** fingiendo

que no extrañamos

lo felices que alguna vez fuimos.

**¡Vive!**

Está bien que llores  
y te arrepientas,  
pero no es bueno tirar la vida  
por alguien que no te necesita,  
que no te piensa,  
que no te busca,  
que no te llama,  
que no te quiere  
y que está viviendo sin ti,  
es difícil aceptarlo,  
sí,  
pero a veces es mejor ver la realidad,  
a seguir perdiendo la vida.

***¡Vive!***

Que así como se fue una,  
vendrán más,  
a enseñarte que todo se puede  
y que soltar sí es posible.

**Juro que lo intento**

Lo intento,

***juro que lo intento*** día y noche,

trato de quitarme

los abrazos,

los besos,

las caricias,

las visiones,

las palabras,

las salidas,

los paseos por el parque,

las canciones,

los cafés en aquellas citas

y los que faltaron,

los "te amo",

los "te extraño".

Todo lo que alguna vez tuvimos,

lo que fuimos,

lo que nunca se logró

y me dejó aquí,

sin poder borrarte

por más que lo intento.

Porque yo te sigo pensando.

Y me causa temor que siga siendo así,

que esta vida no sea suficiente...

Para lograr olvidarte.

### **Ya olvidé cómo querer**

Te quise tanto

y te ofrecí más de lo que tenía,

con todo lo que hacía por ti,

con esas ganas de cada día verte,

las tardes en las que nunca llegaste,

con lo poco que me ofreciste,

gastando todas mis fuerzas

hasta en mi última súplica

por pedirte que no te fueras,

fue más de lo que merecías,

que ahora me quedé sin nada

y olvidé esa sensación de volver

a enamorarme,

esa emoción de caminar

con alguien tomados de la mano,

esas mariposas en el estómago.

***Ya olvidé cómo querer***

a alguien más.

**Podrás con esta y con muchas más**

Sé que esa decepción te está pegando de una manera tan intensa, porque nunca antes habías sentido tanto dolor en el pecho, rencor, arrepentimiento y a la misma vez seguir sintiendo amor por alguien que no lo merece.

Sé que te estás destrozando por dentro, pero quiero recordarte todo lo que ya viviste antes, cuando decías que no ibas a superar lo que ya dejaste en el olvido.

Recuerda que es un proceso largo, así que anda, no te rindas y sigue luchando, porque vas a superarlo, porque así como olvidaste antes, también ***podrás con***

***esta y con muchas más.***

**Las respuestas ya están**

Todo estará bien,

porque ahora que te

equivocaste

y que ya sabes

la realidad,

solo queda seguir,

***las respuestas ya están,***

ya sabes que ahí no,

ahí no es, no será y

ahí nunca...

Esa desilusión también

puede traerte calma

y tranquilidad,

un motivo más para dejar

de pensar tanto

por las noches.

Ahora toca continuar.

Todo estará bien.

### **Las despedidas son necesarias**

Qué difícil es soltar, dejar a quien más querías, que aún quieres y que piensas que no olvidarás, pero a veces ***las despedidas son necesarias***. Y sí, será doloroso, vas a pasar muchas noches sin dormir y a pensar que ya no vendrá nadie mejor a tu vida, pero será la siguiente fase quien te ayude a enseñarte que debes quererte sobre todas las cosas, más que a cualquier persona. Y una vez que lo logras ya nadie puede frenarte, porque llevarás un amor propio que te hará demasiado fuerte, sin volver a permitir que nadie más vuelva a lastimarte.

### **Sin ti también puedo**

Me mata el reloj,

me consumen los días,

me derribo por tu ausencia.

Y tú feliz en otro sitio,

en otros brazos.

¿Realmente yo merecía sufrir después de darlo todo?

O me estoy aferrando a esto,

a no levantarme,

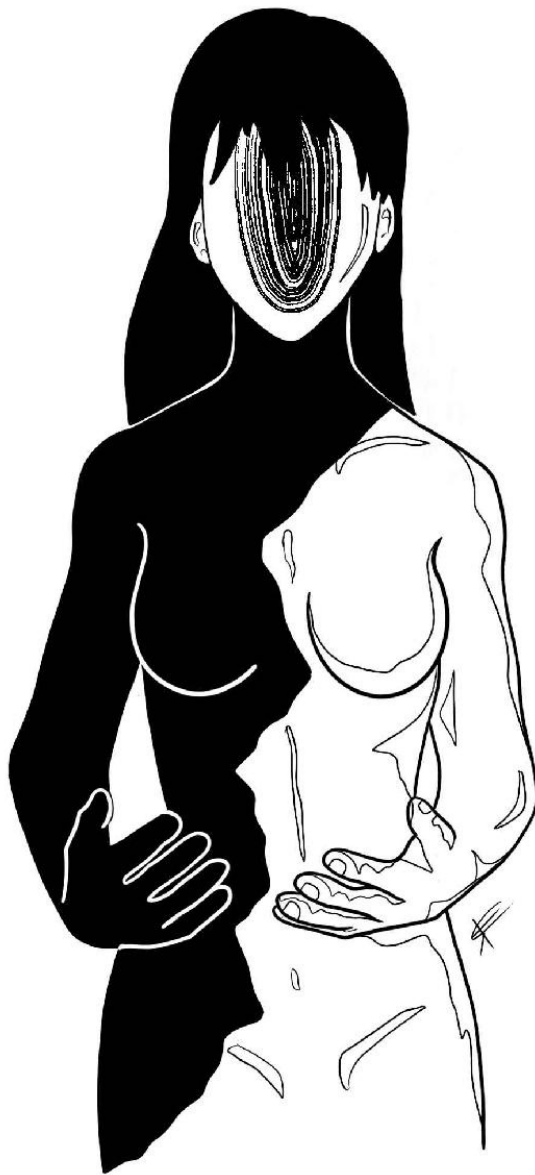
cuando lo más conveniente sería

demostrarte que puedo seguir

adelante y enseñarme que *sin ti...*

***También puedo*** sonreír.





Tomé el riesgo de quererte  
y lo pagué  
con una infinidad de tus recuerdos.

**IX.**

Vas a ***volver***,

Vas a estar bien,  
no hoy,  
no mañana,  
pero vas a lograrlo,  
volverá esa sonrisa  
que tanto extrañas.

**X.**

A veces es mejor decir gracias,  
dar media vuelta y continuar,  
que seguir *esperando* algo que bien sabes...  
...ya no volverá.

### **Ya es hora de decir adiós**

Todavía sigo esperando un último mensaje, en cada anochecer y en las mañanas justo después de despertar, reviso el teléfono con la esperanza de encontrar en mi bandeja un texto tuyo.

Y aún no sé si es por costumbre, porque estábamos tan conectados que siempre podía saber de ti, aunque solo fuesen en letras.

Probablemente sea por extrañarte, porque sí, te extraño todavía, aunque no lo diga, no lo demuestre y no lo exprese, pero si te fijas en lo apagada que está mi mirada te darías cuenta.

O es para hacerle entender al corazón, que ya debo dejarte ir, soltarte, empezar de nuevo...

Que *ya es hora de decir adiós*.

## **No será nunca**

Quiso irse y ya está,  
aquí no se acaba  
y tampoco vas a morir de amor,  
sí,  
va a doler,  
pero créeme que van a llegar  
más personas a demostrarte  
todo lo que vales,  
todo lo que mereces  
y lo mucho que pueden  
llegarte a querer,  
porque si alguien más  
solo se marchó,  
ten por seguro  
que ahí no era,  
no es y **no será nunca**  
el amor de tu vida.

## **Huyó**

“Estoy contigo en las buenas y en las malas”.

Me dijo...

Y decía que iba a quedarse siempre, así, con todo lo que viniera estaba con gran disposición para enfrentarlo, pero no sabía lo que escondía dentro, los miedos que aún me martirizan, los momentos que seguían doliendo, los instantes que recordaba y que herían en cada madrugada, no sabía los desastres que estaban por venir. Y al ver el primer tornado, se espantó tanto que **huyó** sin pensarlo, no quería cargar con el peso de un corazón herido que pese a estar en pedazos, estaba dispuesto a todo, con tal de que se quedara.

Pero no.

### **Algún día ya nada dolerá**

Porque con ese miedo que sentiste,  
justo cuando te diste cuenta  
que se estaban burlando de ti,  
nunca te rendiste,  
seguiste adelante,  
sin pensar en si ibas a lograr o no  
superar ese engaño  
o todo aquello que te causaba temor,  
pero te arriesgaste.

¿Y sabes?

Eso es de admirar,  
porque a muy pocos les nacen  
nuevamente las ganas de continuar,

de volverlo a intentar.

Y ahí estás,

con todo el temor,

pero confiando plenamente

en que vas a lograrlo,

en que *algún día* vas a despertar...

*Y ya nada dolerá.*

### **Perdónate**

***Perdónate***, por todas las malas decisiones que tomaste durante tu vida. Por permitir que siguieran jugando contigo. Por no escapar cuando el corazón te dolía. Por intentar forzar lo que ya no tenía remedio. Y también perdona, perdona por el daño que te han hecho y agradece lo que te brindaron, porque cada tropiezo también se toma como una lección. Agradece, despide y vete en armonía de aquellos que ya no aportan nada bueno. Escapa de los sitios que queman, que no te hacen estar bien. Porque librarse de los errores y de todo lo que castiga, también es dar un gran paso hacia delante. Ahí es cuando entiendes que puedes ser libre, dejando lo que no se puede cambiar porque ya se escribió.

### **Te perdieron**

Vas a estar bien,

pesará unos días,

pero vas a levantarte

y seguir como si nada hubiese pasado.

Porque sabrás que la culpa

no fue tuya,  
porque siempre diste lo mejor  
y hablaste con sinceridad,  
quisiste de verdad,  
como pocas veces  
o casi nunca van a querer  
a esa persona en su vida.

Así que ya está,  
a secarse el rostro y continuar,  
porque estuvo bien soltar,  
estuvo bien continuar.

Porque se darán cuenta  
que nada perdiste.

***Te perdieron...***

Para siempre.

### **Salir de la jaula**

La vida es muy corta y no es justo que sigas en el mismo sitio que tanto lastima, sí, los primeros días fueron los mejores, llenos de sentimientos y de buenos tratos, pero no es bueno vivir del pasado.

Porque las personas cambian así como las estaciones del año, estás en un invierno frío que también te está quemando por dentro, que necesitas soltar, dejar ir o escapar para que tú puedas ser libre y volar alto.

Es que hay tanta vida más allá de un individuo, porque en cuanto **salgas de la**

**jaula**, verás que tienes un cielo inmenso para volar.

Suelta, vete, no lo busques más y sé que va a doler, pero tenemos que aprender a decir adiós.

### **Volver a creer**

Está bien que llores,  
que te arrepientas,  
sin embargo,  
te aseguro que lo que  
sientes no será eterno,  
porque siempre llega alguien  
que vuelve a llenarte ese vacío,  
que te quiere,  
que te abraza,  
que te protege,  
pero sobre todo  
que te devuelve a la vida  
y que te hace **volver a creer**  
que sí existe el amor verdadero.

**No renuncies todavía**

No desesperes,  
si no funcionó  
es porque así tenía que ser,  
fue una más de esas lecciones  
que te hacen entender mejor la vida,  
andar con más cuidado,  
con menos confianza  
y con más acciones,  
con menos juegos  
y más seriedad,  
sin mentiras ni engaños,  
con más verdades y sinceridad,  
no quería  
que tuvieras la peor decepción  
o quería que así fuera  
para aprender que caer  
también ayuda,  
también forja y también enseña.  
***No renuncies todavía,***  
porque después de esta derrota



se viene lo mejor de tu vida.

### **Restos de tu almohada**

Voy a llorarte,

de a ratos

y no,

no está mal hacerlo.

Es mejor dejarte ir

en cada lágrima,

para ya no recordarte

cada noche recostado

en donde alguna vez

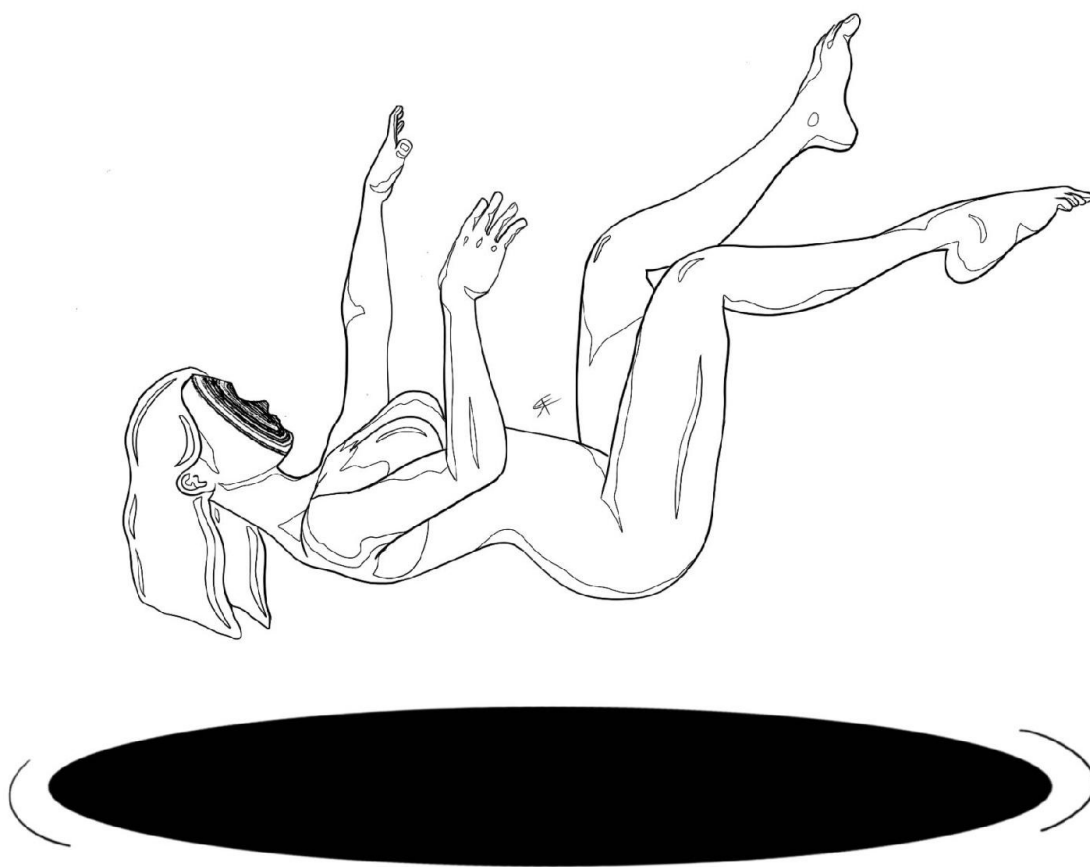
fue nuestra cama.

En donde alguna vez

fuimos los dos...

Y no solamente yo,

con lo que ***quedó de tu almohada.***



Dejé de extrañar a la persona  
que más quise en la vida.  
Pero olvidarla es casi imposible.

**XI.**

No hay amor más puro y sincero,  
como el que te puedes ofrecer a **ti** mismo.

**XII.** Ojalá algún día todo lo que te atormenta deje de doler,  
y que esas lágrimas derramadas  
se **conviertan** en sonrisas.

## **Tiempo al tiempo**

Sé que te encuentras en esos capítulos de la vida en los que toca sufrir y llegar al fondo, cuando las noches se vuelven largas y los días agónicos, cuando parece ser que el dolor es eterno y que no existe un milagro capaz de curar las heridas.

Sin embargo, está en ti levantarte, saber que todo es parte del proceso y que así como llegaste a amar, también vas a olvidar, a entender que siempre se puede seguir sin necesidad de compañía. Vas a volver a como eras antes, recuperar esa sonrisa que tanto extrañas y volver a ser el mismo o la misma de antes. Las ganas de continuar van a volver, solo dale **tiempo al tiempo** y mucha paciencia para lograr sanar.

## **Hasta que sea una cicatriz**

Confía en que vas a lograrlo,

sí,

puede que no vayas a olvidarlo,

a olvidarla,

pero sí vas a aprender

a vivir con ese dolor

que hoy no te deja

estar en paz.

Llévatelo despacio,

no vas a curarte de la noche

a la mañana,

pero tampoco será para siempre,

con lentitud,  
de a poco,  
sanando con el paso de cada amanecer.

Hasta que ya no duela,

***hasta que sea una cicatriz***

y puedas volver a sonreír.

**Decidí elegirme**

Jamás pensé en alejarme,

porque te quería,

en serio lo sentía,

no buscaba ni esperaba

a nadie más,

realmente quería

que fueras tú esa pareja

con la que pasaría el resto

de mi vida,

pero después llegaron

todos los problemas.

Por aguantar,

llegaron las mentiras,

dejé de ser feliz,  
por más que te quería  
ya no podía continuar.

***Decidí elegirme,***

decidí hacerlo por mí,  
por mi felicidad  
y porque quería escapar  
de todo lo que me desesperaba.

Perdón si decidí partir,  
tenía que salvarme  
y elegirme  
fue la mejor decisión.

**Un mejor destino**

Y así como muchos  
se van, otros llegan,  
no es para tanto,  
no te aferres a nadie,  
las personas y las cosas  
van y vienen,  
así es la vida,

de eso se trata,  
de vivirla, llenarse  
de experiencia,  
forjarse,  
y sí,  
habrán ocasiones malas,  
vas a tropezar,  
vas a sufrir, pero nunca  
te atores,  
porque lo que hoy te lastima  
será parte de tu madurez,  
te estás preparando  
para *un mejor destino*.

### **Esa historia que no fue**

Todavía no he logrado olvidar aquella tarde cuando te conocí, lo que debimos o pudimos ser, las noches que nos hicieron falta y los besos que ya no te pude dar.

Ese futuro donde te visualizaba junto a mí, esa casa donde teníamos que vivir, la familia que debíamos formar, los sueños que estuvimos por cumplir. Esa historia, esa maldita historia que quedó sin escribirse, de la que todavía tengo esperanzas, pero con el paso de los días se acaban. ***Esa historia*** que era nuestra, ***que no fue***, que se acabó desde hace mucho, pero que todavía no he dejado de pensar, no ha dejado de pesar.

### **Tu amor merece más**

Lo que tú mereces  
es ir a dormir con menos  
tristezas,  
sin malos pensamientos,  
sin tantas preocupaciones  
y con más esperanzas  
de que algún día  
vas a amanecer,  
tomar el café y desayunar  
con esa alma gemela  
que tanto esperaste.  
Porque todo ese amor  
que llevas dentro,  
merece ser valorado.

***Mereces mucho más***

y ser recompensado  
con un amor igual  
de intenso.

**Las cosas van a mejorar**

No sé exactamente por

lo que estés pasando,  
lo que te inquieta por  
las noches  
y lo que no te deja respirar  
durante el día,  
lo que a diario pasa  
por tu mente y quisieras  
ya salir, renunciar y gritar  
de todo,  
pero al menos puedo decirte  
que tengas esperanzas,  
porque pronto  
***las cosas van a mejorar,***  
sin importar lo que sea,  
todo se va a acomodar,  
con ese esfuerzo que  
estás haciendo,  
por esas ganas y el empeño  
que estás dejando,  
para poder darte esa



tranquilidad que  
tanto has estado esperando.

### **Lágrimas y recuerdos**

Y es que parece  
que mientras más trato  
de olvidarte,  
más vuelvo a pensarte,  
porque a veces  
llorar no sirve de nada,  
mientras las *lágrimas* caen,  
también se reflejan  
tus *recuerdos*,  
tus caricias y tus besos,  
los puntos  
donde fuimos felices...  
Y ahora ya no queda  
ni migajas de lo que fuimos antes,  
trato de disimular  
y no siempre es posible,  
lloro para tratar

de sacarte,  
pero pareciera ser  
que solo sirve  
para volver a recordarte.

### **Nos hizo falta tiempo**

*Nos hizo falta tiempo*, para poder descubrir más de nosotros, para conocerte mejor que nadie. Nos hicieron falta muchos besos y abrazos, secretos que no nos contamos, historias que no nos relatamos, vistazos que no nos dimos, muchas tazas de café que ya no tomamos. Nos hicieron falta más tardes para caminar de la mano, más carreteras por recorrer, ciudades o pueblitos por visitar, nuevas aventuras y muchas pasiones que se quedaron estancadas, caricias que se quedaron en el olvido. Tal vez porque la vida no nos quería ver juntos, llevábamos demasiado que íbamos a terminar vueltos locos de amor o nos alejó porque era demasiado pronto para soportar tanto...

*Nos hizo falta tiempo.*

Nos hizo falta vida.

### **Volverás después de tanto**

Vas a volver,  
me vas a preguntar cómo ha sido  
mi vida sin ti.  
Y yo te diré  
que primero sufrí,  
a tal grado de pensar  
que no podía existir,

que habías consumido hasta  
mis últimas energías para seguir.

Pero pasó una era,  
mi estrella se encendió,  
mi energía renació  
y mis ganas volvieron.

Para entonces,  
habré sanado  
y estaré preparado  
para dar media vuelta  
y decirte que has llegado tarde,  
porque te fuiste  
cuando más te quería  
y ahora,

***vuelves después de tanto,***  
cuando ya borré todo rastro  
de que alguna vez estuviste aquí.



Voy a quererme,  
como siempre quise querer  
y como nunca me han querido...

Quizá conmigo sí funcione.

**XIII.** Quisiera olvidarme de todo lo que algún día ***fuimos***,  
pero no es fácil lidiar con recuerdos  
que me hicieron feliz.

**XIV.** Jamás volverás a ser feliz

en el ***mismo*** sitio que tanto dolió.

### **Nunca te irás de mí**

No, no voy a escapar de ti, porque fueron muchos momentos que quedaron por siempre plasmados en mi mente. Porque te quise como pocas veces lo he hecho o más que nunca. Porque eres, fuiste y serás la persona con la que hice muchas cosas por primera vez. Porque te soñaba por las noches y te imaginaba durante el día. Porque amaba cada segundo a tu lado, cada caricia, cada beso y cada paseo por el vecindario. Y aunque te fuiste muy pronto, te quise, tanto que también te solté. Porque mereces ser feliz y si no lo eras conmigo, sé que sí con alguien más, que vas a encontrar a ese amor tuyo y yo a lo lejos seré feliz por verte sonreír. Por eso y más...

***Nunca te irás de mí.***

### **Volver a empezar**

No tengas pavor

de volver al principio,

***de volver a empezar,***

que nadie te diga

que si vuelves a intentarlo

tropezarás de nuevo.

Y qué importa si es así,

volverás a levantarte,

porque ya caíste

demasiado,

pero nunca perdiste

esa fuerza para seguir,  
aún no has fracasado,  
aún te queda mucho por dar,  
tanto por ofrecer,  
te estás preparando,  
te hace falta vivir lo mejor...

Y solo lo vas a conseguir  
si te arriesgas una vez más.

### **El error fue darlo todo**

No te culpes de lo que diste,  
sé que hiciste tu mayor esfuerzo  
para tratar de conquistar  
a ese corazón que querías  
con todas tus fuerzas,  
fueron muchos detalles,  
palabras bonitas,  
acciones  
y todas esas veces  
que estuviste ahí  
cuando más te necesitaba

y no fue suficiente...

Pero estoy seguro

que no hiciste nada mal,

perdiste,

sí,

y en ocasiones está bien,

a veces una desilusión

ayuda a darse cuenta

que no estás en el sitio correcto,

y que ***tu único error***, fue eso,

***darlo todo***,

sin recibir nada a cambio.

**El amor de tu vida no se va**

No te quedes en el suelo

cuestionando y arrepentido,

porque realmente nada

hiciste mal.

Sigue, sin derramar tantas

lágrimas y levanta la frente,

no te quedes sin querer continuar,

porque la vida siempre sigue.

Sí, extrañar

es parte del proceso,

suplicar un regreso,

buscar alguna solución,

querer arreglar lo que desde

hace mucho terminó.

Todo te sirve para aprender

a olvidar, para llenarte

de experiencia y

volver a sonreír.

No te quedes

con la idea de que perdiste

al amor de tu vida,

porque si lo fuera,

***nunca se hubiera ido.***

### **Volver a vivir**

Porque soltar no está mal, y al principio va a doler, porque no es nada fácil dejar ir a quien tanto quieres, pero si ese sitio también lastima, es mejor partir, decir

“me voy”, buscar un nuevo suspiro e ir más allá de un nuevo amanecer, descubrir nuevos horizontes y explorar otros mundos. Porque cuando dejas



ir, el corazón también comienza a latir, ese alivio regresa, de saber que ya no está preso. Te vuelves a encontrar, vuelves a ser esa persona que sonrío por cualquier tontería y que lo único que quiere ahora es cumplir con sus promesas. Porque una vez que sueltas y dejas todo lo que te lastima, es ahí cuando **comienzas a**

**vivir.**

**Nunca mentía**

No, *nunca mentía*

cuando decía que en verdad

te quería...

Que eran ciertas esas palabras

que salían con tanta sinceridad,

que la luz en mi interior

no era un espejismo,

mis abrazos eran reales,

recibías el calor de mi aliento,

la entrega que nunca nadie

había recibido antes,

las verdades que no

había confesado,

las historias que a nadie

había contado,

los miedos que nadie sabía,  
los demonios que no conocían.

Y no,  
no mentía cuando también  
te decía que lo haría siempre.

Incluso después  
de que te fueras.

### **Ahí no era**

Tocar fondo duele, llega ese punto en el que ya no quieres saber de nada ni de nadie, donde no le encuentras sentido a tu existencia, y a veces sucede por una ruptura, por una burla, porque después de haber entregado todo, no fue suficiente; pero la cosa es que, para la persona equivocada, todo nunca bastará. Y

llegas entonces a entender que lo que diste fue porque te nacía, porque en realidad le querías, porque hablaste siempre con total sinceridad y tus actos siempre fueron los mejores. Entonces no perdiste a nadie, te perdieron. De nada tienes que arrepentirte si diste lo mejor de ti.

Simplemente, ***ahí no era***.

### **Dejar ir**

No está mal  
que trates de recuperar  
a esa persona que antes te quería  
o querías,  
pero si ya te lastimó una vez,

ten por seguro que volverá a pasar,  
porque no serás feliz mientras  
sigas volviendo al mismo sitio  
que ya dolió,  
el pasado no se cambia,  
las cosas ya están,  
y lo único que queda a veces  
es dejar de insistir,  
dejar de luchar por alguien  
que no quiere luchar por ti.  
Aunque duela,  
aunque pese,  
aunque te desgarres el corazón...  
A veces la única manera de volver  
a sonreír,  
es alejarse y *dejar ir*.

### **No valía la pena**

Y después de aquel fracaso, vas a llorar por las noches, cuando no puedas dormir y los recuerdos te crucifiquen, cuando de día amanezcas sin ese mensaje que te hacía sonreír.

Vas a sufrir, tratando de entender si todavía existe una posibilidad para arreglar todo y volver como antes.

Te vas a arrepentir, por las decisiones que tomaste, por no haber sido suficiente, por haber estado aquel día cuando le conociste, vas a caer de una manera en que nunca antes lo habías hecho.

Pero después vas a levantarte, vas a curarte y a recuperar esa sonrisa que tanto extrañabas.

Vas a darte cuenta que las cosas pasan por algo y que todo lo que perdiste cuando se fue:

***No valía la pena.***

### **Deja de escribirle**

Qué sencillo es decirlo, qué impotencia se siente cuando todos tus amigos te dicen "***Deja de escribirle***", pero en el fondo solo tú sabes lo mucho que cuesta, no es sencillo, duele ver a ese contacto que está en línea sin deseos de saber de ti, sin interés, después de que demostraste todo hasta quedar hecho trizas.

Aunque también es necesario aceptar que esa persona no te pidió que le entregaras el alma, el error fue tuyo por seguir insistiendo cuando ya tenías todas las respuestas, en esos mensajes que no respondía, en esas palabras cortantes, en esas salidas que fueron canceladas.

Qué sencillo es decir "***deja de escribirle***", pero siempre que tengas el mensaje, justo antes de pulsar Enviar...

Recuerda,

piensa si vale la pena.

Será un mensaje más ignorado o un día más, para tratar de olvidarlo.



Sabes dónde estoy,  
puedes encontrarme  
en el mismo sitio de siempre,  
pero por favor,  
date prisa...

Te estoy olvidando,  
y tengo miedo de saber  
que durante este periodo,  
esperar por ti fue en vano.

## **XV.**

Y si ya se acabó,  
está bien,  
lo diste todo y no hay más por insistir,  
no hay marcha atrás,  
tan solo **queda** continuar.

**XVI.** Es muy normal que llores ahora,  
que sientas ese dolorcito en el pecho,  
no será para siempre,  
**aprenderás** de esos tropiezos,  
porque al final...  
Todo pasa.

## **Nunca voy a olvidarte**

Yo siempre voy a quererte, porque eso me enseñaste, que los buenos momentos no deben borrarse. Que si hoy me haces feliz es porque tengo que disfrutarlo y si mañana ya no, debo irme sin reproches, soltando y perdonando, porque de eso se trata el querer a alguien. Que aunque no me llames, voy a guardar las noches cuando ya no queríamos soltar el teléfono y amanecernos hablando de todo.

Aunque no me pienses, voy a tener conmigo las veces en que tus mensajes llegaban tan solo por saber si todo estaba bien o si ya había llegado a casa. Y aunque algún día ya no sepa de ti, que desaparezcas de mi vida y que ya no quieras sostener mi mano, yo seguiré queriéndote, aquí, a la distancia,

aunque estés en soledad o con alguien más, aquí, en un mes, un año, un siglo  
o hasta en la otra vida...

***Yo nunca voy a olvidarte.***

**Vas a estar bien**

***Vas a estar bien,***

no sé cuánto

vas a tardar en sanar,

porque a veces pueden pasar

años y el daño nunca desaparece.

Pero vas a aprender a perdonar,

y entonces te vas a dar cuenta

que merecías y mereces

a alguien mejor,

que venga con más amor

y menos problemas,

más besos y caricias,

más romance y pequeños detalles,

más sonrisa y felicidad.

Que mereces un amor

tan bueno como el que estás

dispuesto a ofrecer.

Entonces llegará,  
para demostrarte  
porque nada funcionaba antes.

### **Ya lo tenías todo**

***Tenías ya todo de mí***, conocías mis mayores miedos, las tormentas por las que había pasado, lo que me atormentaba todavía y con lo que soñaba cada día. Eras de las pocas personas en las que confiaba y la única con la que quería pasar el resto de la vida. Pero pasó, ambos cometimos errores y terminaste por marcharte, me dejaste aquí, ya sin ganas de volver a enamorarme. Y aunque digan que todo pasa, a veces no encuentro final, porque por más que lo intento, que trato de conocer nuevos rostros y borrar tu cara de mi mente, no te has ido del todo, sigues aquí, sin dejarme desnudar el alma con alguien más.

### **Pensaba que te había olvidado**

Y yo que ***pensaba***

***que ya te había olvidado***,

porque después de mucho

sin verte

comenzaba a borrarte,

pero no,

porque una tarde cualquiera

tu perfume se me cruzó

por una parada,

no estabas ahí,



no eras tú,  
sin embargo te sentí  
más cerca que nunca,  
como aquellos días cuando  
recién nos conocíamos,  
entonces me di cuenta  
que estaba equivocado,  
que jamás te había sacado,  
porque sí,  
sigues aquí...

Tatuada dentro de mí.

### **Siempre lo deseé**

Siempre quise vivir ese futuro a tu lado, donde ya hubiésemos alcanzado todos y cada uno de nuestros sueños. Tener esa casita en el campo que tanto querías, adornada de libros y un sin fin de cuadros y pinturas de Van Gogh, ese patio lleno de flores con tus margaritas favoritas y las rosas en la entrada de la puerta principal, ese gran sillón acolchonado y la alfombra enorme para pasar ahí todos los días haciendo el amor, reproduciendo de fondo la música clásica o la romántica que aunque decías que no te gustaba, también llegabas a cantarla.

Siempre soñé con una vida junto a ti, pero no, no me esperaste, no creíste que iba a cumplir con todo, que iba a lograrlo. Ahora estoy seguro que no eras tú, pero siempre quise que lo fueras. Es que nunca te diste cuenta que mi mayor sueño...

***Siempre fuiste tú.***

## **No perdiste**

No, *no perdiste*,

créeme que ganaste y mucho,

porque esa gran separación

también te ha dejado

una gran lección,

te forjaste,

aprendiste

y maduraste...

Ahora sabes los errores

que no debes cometer en el futuro,

que si no se logró antes

es porque vendrá alguien mejor,

y estarás lista o listo para no

volver a equivocarte.

No, no hace falta torturarse,

lo que sucedió ya está,

ahora solo queda decir “ya pasó”,

tener en mente

que lo que hoy te duele,

lo recordarás mañana con  
una sonrisa,  
porque te habrá ayudado  
a ser una mejor persona  
para quien llegue a ser  
el amor de tu vida.

### **Nunca te olvidé**

No, te aseguro que ***nunca te olvidé***, porque aún sigues apareciendo en cada uno de mis pensamientos. Eres lo que pienso en cada día y en cada puesta de sol.

Nunca te olvidé, pero aprendí a vivir sin ti, a quererme incluso más de lo que te quería a ti. Comprendí que vivir sin tu calor ya era inevitable, que tenía que seguir, por mi propia cuenta y dejarte ir. No te miento, me costó aceptarlo, pero al verte tan feliz, sin mí, pude darme cuenta que yo también merezco sonreír. Me armé de valor y comencé de a poco, lo estoy logrando, voy levantando...

Pero no,

***nunca me olvidé de ti.***

### **Perdiste y ya está**

Rendirse no es solamente  
dejar de insistir,  
dejar de buscar o intentar  
ya no hacerlo.

Rendirse es también

aceptar que a veces  
se pierde,  
que diste lo mejor de ti,  
pero no fue suficiente,  
y no porque tú eras insuficiente,  
simplemente no era el lugar,  
te aguarda  
un mejor camino,  
una mejor vida.

***Perdiste y ya está.***

Pero no por eso vas a caer,  
porque a pesar de  
no estar al lado de quien quieres...

También mereces sonreír.

**Todavía te espero**

Y aunque te fuiste hace mucho, créeme que ***todavía te espero***. No sé si es una maldita costumbre, lo que me hace extrañarte a diario, en cada inicio de mes, por los fines de semana, en aquellos días de cansancio, de trabajo, de no poder más.

Donde necesito de tus palabras de aliento y de esa sonrisa que me hacía sentir bien. Es una monotonía que quiero romper, ya no estás y el vacío no se llena con nadie más, se hace más profundo con cada minuto que pasa.

No sé si esta costumbre será para siempre o es la esperanza que todavía se mantiene viva, esa que me dice que no te has ido por completo, que algún día vas a volver y que la espera valdrá la pena. Pero no...

Mientras más cerca te siento, más lejos te veo.

### **Amores prohibidos**

Yo,

que te quise con la vida,

que lo daba todo,

desde ese primer instante

en que miré tus ojitos

y me perdí en tu sonrisa.

Decías tanto,

arrancabas mi frialdad,

activaste mi sensibilidad

y sin probar de tus besos

ya me tenías en tus brazos.

Cuando creí que la vida

me hacía justicia,

me cobró la última factura...

Dejarte como ***amor prohibido***.

De esos que duelen siempre

y que jamás se olvidan.



Tenía muchas esperanzas puestas en ti,  
si tan solo te hubieras dado cuenta  
de todas las noches en las que le pedía al cielo para que esto funcionara.  
Es que yo sí iba muy en serio.  
Te quise demasiado...  
Ahora es que entiendes porqué  
me dolió tanto cuando me fallaste.

**XVII.** Bien sabes que te extraño, por eso haces cosas que me lastiman, y está bien, esa burla tuya me hará crecer...

**Juro** que me harás crecer.

**XVIII.** Es de **valientes** soltar y perdonar, porque también se debe agradecer todo lo que no fue.

### **Toma tiempo**

**Toma tiempo** olvidar a la persona con la que compartiste muchos momentos de felicidad, a la que más quisiste en la vida. Cuesta tratar de asimilar que ya no está, que ya no puedes contarle de tus cosas o lo que pasaste en los últimos días.

Cuesta tratar de aceptarlo y de visualizar un futuro sin tenerla a tu lado, es difícil entender que se ha ido y que ya no va a volver. Pero de eso se trata el proceso, que duela, para que puedas comprenderlo. Sigue así, así como vas, lo estás haciendo bien al ya no buscarle, al ya no pensarle, al ya no insistir en donde ya no...

Sigue como vas, porque todo lo que duele, lo vas a superar.

### **Te espera algo mejor**

No tengas pánico a escapar  
del lugar que tanto daño te hace,  
es que ese sentimiento  
de pensar que no encontrarás  
a nadie mejor es solo un espejismo,  
quien realmente va a quererte  
nunca va a dañarte,

te va a demostrar que el amor  
que ofreces es el mismo que  
vas a recibir.

Así que anda,  
suelta,

ya vendrán días  
más tranquilos,  
cosas más positivas,  
vas a sonreír,  
conocer nuevas amistades,  
nuevas mentes  
que te van a demostrar la razón  
por la que no funcionó antes,  
que estabas en el lugar equivocado  
y que siempre,  
aunque parezca imposible...

***Siempre te espera algo mejor.***

**Aún te quiero, cada vez más**

Me cuesta aceptar que ya no estás, lo intento, cada noche trato de olvidarte,  
pero lo que quedó de ti me persigue, el fantasma de tu amor me recuerda que  
***todavía***



***te quiero***, que estoy muy lejos de olvidarte. Y yo, créeme que trato de llevar siempre presente que algún día voy a lograrlo, aunque cada vez parezca imposible.

No he perdido las esperanzas de que llegará el día en que deje de pensarte, de soñarte, de buscarte o inclusive de llorarte. Ahí voy, de a poco, tratando de borrarte, buscando la manera de ya no quererte, porque ya no estás...

Y yo lo sigo haciendo.

***Cada vez más.***

### **Otra oportunidad**

Y si tan solo la vida me diera

***otra oportunidad,***

no tienes idea de todo

lo que me gustaría cambiar,

en primera,

saldría para buscarte,

abrazarte,

decirte lo mucho

que te he extrañado,

lo feliz que me haría volver

a ver esos ojitos rasgados

que brillan con tanta intensidad,

volver a acariciar tu rostro,

sentir tus labios,  
lo suave de tu piel  
y contemplar el lunar  
que llevas en una esquina  
de tu cuerpo.

No te soltaría,  
no volvería a cometer  
alguna equivocación,  
solo te tendría ahí,  
junto a mí...

Sin dejarte ir.

Jamás.

### **Y te fuiste**

Siempre traté de demostrar que te quería, que eran verdad todas esas palabras que te decía, cuando te abrazaba y el corazón no paraba de latir, las emociones eran sinceras, las palabras también. Te quería, y no siempre era como tú lo esperabas, pero de verdad te quería. Busqué tantas maneras, sin embargo cada vez todo empeoraba, yo tratando de hacerte entender que lo hacía, y tú cada vez te alejabas más y más. Cada vez me adentraba en tus encantos y tú escapando de mis brazos. ***Y te fuiste***. Sin llegar a descubrir o al menos a sentir todo lo que yo llevaba dentro.

### **Vas a curarte**

Ese hueco que llevas  
en el alma,

esa sensación de tristeza,  
de querer escapar,  
de ya no aguantar más,  
no se llena con otra persona,  
porque aún llevas marcas  
que no has logrado sanar.

***Vas a curarte.***

Sí.

Pero lo harás contigo,  
cuando puedas perdonarte,  
por haber insistido tanto  
en un lugar donde ya no  
era necesario,  
donde no valoraban  
todo el amor que ofrecías.

Pero sí,

vas a curarte,  
cuando te abrases,  
te perdones  
y comprendas

que si lo diste todo...

El error no fue tuyo.

### **Martes 13**

Búscame, anda, dime que aún me extrañas, que aún me piensas y que todavía sientes al menos un poco por mí. Porque no sé si ya te olvidaste por completo de todos esos momentos que vivimos juntos, yo no. Y sigo manteniendo la esperanza de que algún día te ganará la locura, el sentimiento, la nostalgia o las ganas de volver a escribirme, de querer saber qué ha pasado conmigo, si soy feliz o al menos te recuerdo de una forma bonita. Pero sabes que siempre puedes buscar el pretexto perfecto para hacerlo. Búscame, háblame y culpa al hado, a la vida, al ***martes 13*** y dime que la mala suerte quiso que volviéramos a coincidir, para al menos llenar un poco ese vacío que sigue desde que estoy sin ti.

### **No ahora**

A veces lo que más

se quiere,

es lo que menos

se puede tener.

Porque te amaba

de tal manera que

quería que fueras

para siempre,

que no escaparas nunca

de mi lado

y poder enseñarte  
todo lo que llevo dentro.

Pero no.

Los dioses del amor  
no quisieron,  
nos dejaron solos,  
nos abandonó la dicha  
de ser eternamente felices.

No aquí,  
en el futuro, espero.  
o tal vez no.

**No ahora,**  
no como quisiera,  
no como deseo.

No como lo soñé  
alguna vez.

### **No me enseñaste a decir adiós**

Fueron tantos, tantos momentos juntos donde pasamos cosas irremplazables, instantes que no volveré a vivir con nadie más, una conexión que no se vuelve a dar ni en otro mundo o en otra dimensión. Capítulos que nunca antes había escrito con alguien más, cosas que hice contigo por primera vez. Aprendí mucho de ti, me enseñaste demasiado, a cómo ser una mejor persona, a cómo luchar por todo lo que siempre quise, a sonreír así, con los

malos momentos, a batallar contra los días de depresión, a continuar y seguir adelante. Me enseñaste tanto, excepto a ***cómo decirte adiós***. Algo que hasta ahora no he logrado hacer, pues desde que te fuiste sigues aquí, en mi mente siempre presente.

### **Todo sigue igual**

***Todo sigue igual*** que desde el día en que te fuiste, tus cartas están en el cajón donde siempre, la guitarra que solías tocar para cantarme canciones románticas sigue colgada en la pared esperando por ti.

Los poemas que te escribí están en el escritorio, junto con ese par de libros que te gustaban leer.

Tu fragancia aún recorre las habitaciones, la remera que dejaste trae tu aroma todavía.

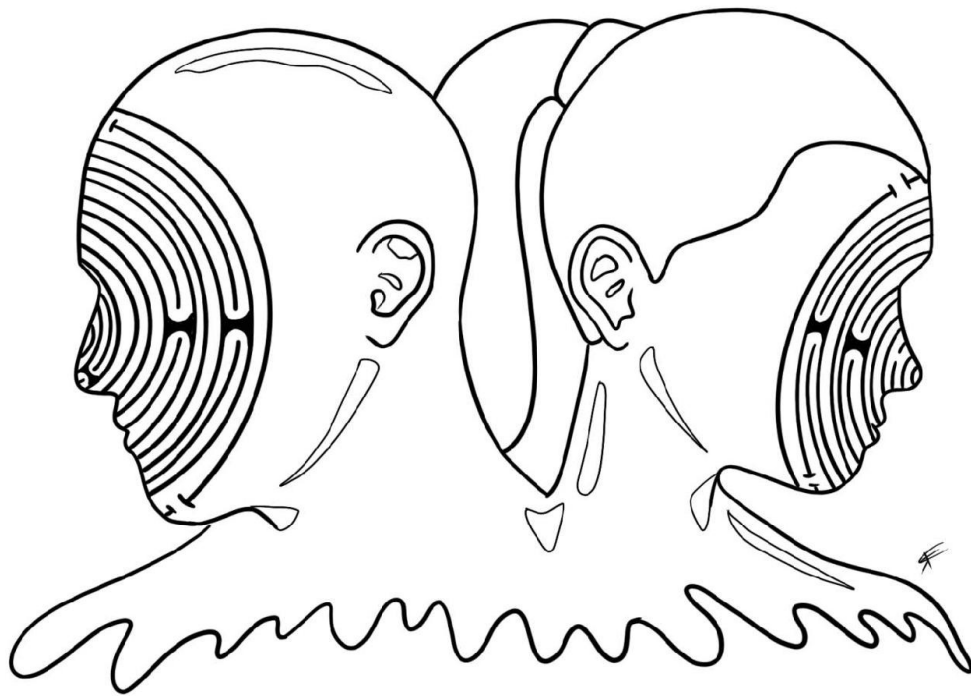
Los besos que nunca te di siguen en mis labios, los abrazos en mis manos, las palabras bonitas archivadas en el teléfono, nuestra vieja charla en el chat que no he podido borrar.

***Todo sigue igual***, así tal y como lo dejaste, incluso yo, que desde que marchaste, me quedé con un sentimiento que nunca logré gritar.

No sé cuánto más pueda aguantar, no sé si seguir esperando por ti o de una vez por todas dejarte partir.

Me cuesta soltarte, me causa temor que algún día regreses y que todo sea diferente, que todo haya cambiado y que hasta lo que siento por ti...

Se haya terminado.



Yo quiero escapar, huir de ti,  
pero siempre que lo intento,  
me pierdo  
y vuelvo a caer entre tus encantos.  
Caes de nuevo en mis pensamientos.

**XIX.** Me está costando, pero ahí voy, de a poco y sin prisas,  
con más miedos que ganas,  
**creyendo** siempre  
que saldré de esta y muchas más.

**XX.**

Me hubiera gustado que fueras tú,  
pero la vida ya nos tenía caminos *distintos*.

### **No tengo a quien amar**

Un frío me congela el pecho desde que tú no estás.

No puedo hacer nada, te fuiste tan rápido que no me diste oportunidad para pedirte que te quedaras. Aunque no debía hacerlo. Te ibas por tu propia voluntad y tenía que respetarlo, pero no lo podía entender. Quería que te quedaras, quería volverte a amar, quería tenerte de nuevo entre mis brazos y no así, con una dura distancia que nos mantiene alejados. Desde que tú no estás, ya no tengo a quien amar. Sé que no siempre será así, vendrán nuevos amores, sabré dejarte atrás y te olvidaré. Sin embargo, hoy no es así. Hoy quisiera que volvieras a mi lado, porque por más que lo intento, sigues apareciendo hasta en mi reflejo. Es un vacío que no se llena con nadie más, una soledad que no puedo explicar, un fuego que no se apaga, un sentimiento que no se acaba.

Porque desde que tú no estás...

***Ya no tengo a quien amar.***

**S.O.S.**

Este no es un grito de auxilio.

Sí, estoy sufriendo por ti,

pero no voy a morir.

***Volveré a respirar.***

Y no vuelvas,

porque me encontrarás hundido

entre recuerdos y olvidos.



## **Te extraño a veces**

No entiendo, te extraño a veces, cuando ya no quiero, cuando ya solo espero poderte olvidar. No ha sido sencillo desde que tú no estás, he vuelto a empezar desde cero, me está costando encontrarme conmigo mismo, porque cuando creo que ya te olvidé, vuelves en forma de fotografía. En esos lugares donde pasamos roses increíbles. En esas bancas del barrio donde nos sentábamos un par de minutos más antes de dejarte en la puerta de tu casa. En esos campos donde corríamos y dábamos vueltas sin parar.

Te extraño a veces en esas veladas donde tu cuerpo ya no está.

Te extraño a veces cuando ya no puedo más.

Te extraño a veces cuando todos preguntan por ti, en qué fue lo que pasó si nos veíamos tan felices.

Te extraño a veces, cuando los pájaros cantan y las mariposas se pasean por el jardín.

Te extraño a veces, en las lluvias de primavera, en las tardes soleadas de verano, en el viento que trae consigo el

otoño y en los fríos inviernos.

***Te extraño a veces...***

O casi siempre.

**Me está(s) costando caro**

Compréndeme,

si una noche cualquiera

recibes un mensaje mío.

Ignóralo, no respondas.

Seguramente me ganó el extrañarte  
y por eso lo hice,  
pero ayúdame a olvidarte,  
no preguntes nada.  
Solo déjalo así,  
no me tengas lástima,  
es muy probable que al día siguiente  
vaya a arrepentirme  
y voy a jurarme no volverlo a hacer.  
Y aunque ambos sabemos  
que es mentira,  
al menos me estarás ayudando  
a dar un gran paso,  
porque esto de soltarte,  
***me está costando caro.***

### **Quizá tenías razón**

***Quizá sí, tenías razón*** cuando decías que todavía no podía curar mis heridas, porque cuando te fuiste sentí cómo se abrían de nuevo, la sangre escurrió en mi interior y un silencio conquistó mis palabras. Ya no decía nada, iba por las nubes en completa soledad. Te buscaba en cada rincón, no podía aceptar que ya no estabas, el amor que todavía sentía te pedía a gritos encontrarte en algún callejón y volverte a abrazar. Volver a probar de tus besos y sentir de nuevo tus manos.

Derretirme en tu suave piel, respirar de tu esencia y acariciar cada una de tus mejillas.

**Quizá tenías razón**, nunca voy a estar bien, quizá solo voy a aprender a vivir con tu ausencia, dejarte en mi mente como un hermoso souvenir y dejar de tocar las heridas, simplemente olvidarlas y continuar.

**Quizá tenías razón**, no perdono todavía, no olvido a quien me lastimó...

Pero a ti, te perdono y si algún día regresas, tendrás en tus manos mi último suspiro.

**Quizá tenías razón**, cuando decías que en un futuro también te volverías herida, para después convertirte en cicatriz.

### **Mi soledad y yo**

Lo que daría porque estuvieras aquí,

desde que tú no estás

ya no me quedan ganas de

conocer a alguien más.

La suerte nos negó otra oportunidad,

nos quitó ocasiones

y nos borró un camino juntos.

Quisiera volver a repetir

todas las cosas que vivimos,

pero ya nada tiene solución.

No tengo opción,

solo me queda estar así.

## ***Mi soledad y yo.***

Te quise de verdad,  
ese fue mi tormento,  
porque cuando esta vez  
estaba realmente seguro  
de mis sentimientos,  
te fuiste para no volver.

Sí, me estoy muriendo sin ti,  
pero no me rindo y aquí sigo.

Tratando de sobrevivir.

## **Después de tanto te digo adiós**

Me despedí de ti por el bien de los dos, porque nuestra chispa ya no brillaba más, nos abrimos las lesiones que habíamos jurado cerrar, nos matamos los dos.

Por eso me fui, porque si aún te guardaba cariño tenía que hacer algo también por ti, por mí, porque no era justo que después de todo lo bonito, lo nuestro acabara así.

Lejos estamos mejor, no recordar tu amor es lo menos que podría hacer, porque a decir verdad, no estoy seguro si podré resistir un segundo más sin tu calor.

No te preocupes por mí, ya no, por favor, después de tanto prefiero soltarte, prefiero que conozcas a alguien más, a nuevas personas, que puedas sanar y perdonarme por los malos ratos que te hice pasar, así como yo también intentaré entender que no fuiste culpable de que mi corazón haya terminado hecho trizas.

Quiero que con los años saques todo el dolor que te causé, que olvidemos todas esas palabras que nunca nos dijimos, que ambos nos quitemos las cadenas y volvamos a volar.

***Después de tanto te digo adiós*** y no lo digo porque quiero marcharme, si me dieran a elegir te diría que prefiero sufrir a tu lado, pero no, ya no está bien, mejor te guardo y te llevo como una etapa bonita en la que me alejé para salvarnos y no guardarnos rencor.

### **Es necesario dejarte ir**

Me parte el alma saber que ya no voy a volver a verte después de la despedida, pero tengo que aceptar que es necesario dejarte ir.

Y sí, voy a sufrirte todo lo necesario, hasta que salga la última gota de recuerdo, hasta quedarme sin nada.

Sé que será complicado, te quise tanto que no voy a olvidarte de a golpe, pero lo haré de a poco, sin borrar tu número o bloquearte de redes sociales.

Pero sí eliminando nuestras fotos para desaparecer esa melancolía que surge cada que entro a la galería del teléfono.

Vaciar nuestro chat hasta quedarse en blanco, escuchar por última vez tu voz diciéndome te amo y en un acto suicida...

Desprenderme de ti.

Posiblemente esté muriendo al dejarte partir o solamente estaré volviendo a la vida donde alguna vez fui feliz.

***Es necesario dejarte ir.***

### **Voy a darme un tiempo**

Porque me di cuenta que algo

de prisa no funciona,

que no debo forzar las cosas,  
que todo es a su debido tiempo  
y que así como hay un principio  
también existe un final.

Y es que ya no estoy  
para un cariño a medias,  
y no, no es egoísmo,  
porque muchas veces extendí  
la mano y quise a quienes  
no lo merecían,  
hice mucho por ellos que al  
final me quedé sin nada,  
con lo poco que me ofrecían,  
yo lo entregaba todo,  
pero me equivocaba,  
porque no recibía  
lo mismo a cambio,  
y ahora sé que ya no,  
que no volveré a caer  
y que ante todo soy yo.

Porque sí,

eso es lo más importante...

***Mi propia felicidad.***

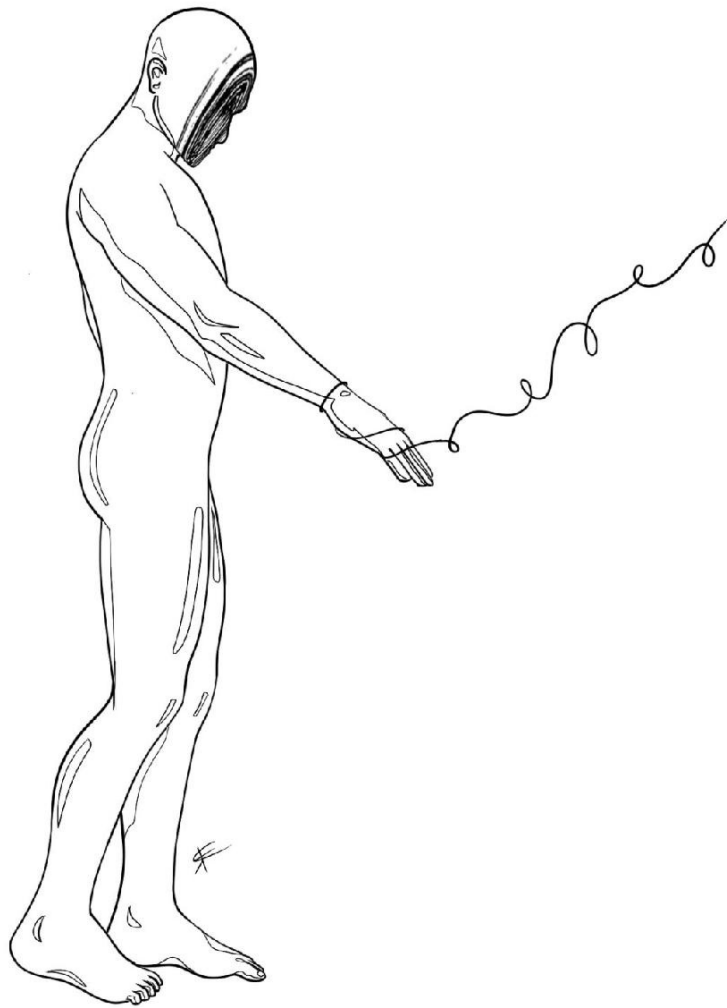
**Ya no volveré**

Ya no volverás a verme, te lo aseguro, voy a morir de las ganas por volverte a llamar, por querer mandarte un mensaje más, por salir de prisa con la única intención de buscarte o por imaginarte que aquí estás...

Pero voy a resistir, voy a colgar contra las cuerdas este amor que siento por ti.

Necesito seguir, necesito volver, ya no estar así, extrañando a una persona que está siendo feliz sin mí.

***Ya no volveré***, tenlo por seguro, aunque de vez en cuando sufra de las ganas porque estés aquí, es mejor así, seguir mi vida sin recordar que alguna vez en tus brazos, fui muy feliz.



Vida mía...

Te buscaré en otra vida,  
mientras yo seguiré aquí,  
sanando la herida.

Epílogo

*“Carta al dolor”*

*“Te amé con toda mi alma, pero decidiste irte, decidiste clavar una daga en lo más profundo de mi cuerpo, haciéndome sangrar todo el amor que por ti*



*sentí en algún momento”.*

Hoy le escribo al dolor, al compañero que ha habitado durante años en mi alma, que ha hecho un hogar, ha construido muros con recuerdos que no logro derrotar.

A veces es tan fuerte que solo quisiera desvanecerme entre mis temores, se apodera de mis sentimientos heridos en cada noche de lluvia, de fríos vientos que golpean mi ventana, llega en memorias tan fuertes que me encadenan con tristezas inmensas que no puedo dejar salir de mi alma. Me asusta, sí, me asusta todo el inmenso caos que llevo en mi pecho, cada helado recuerdo que adormece mis ganas de luchar, de sonreír frente al espejo y decir que todo estará bien. Es imposible poder continuar, me cuesta tanto aceptar todo el daño que me causa con tan solo tocar un milímetro de mi piel.

Hoy el escribo al dolor, al que habita entre la oscuridad de mis miedos, al que se adueña cada segundo de mis fuerzas, que me hace sangrar entre las heridas que aún no logro suturar. Toma mis días soleados llenos de palabras que naufragan en mi mente, clavándose en mi cuerpo, hiriéndome lentamente con cada letra, cada sonido que me causa de tan solo pensarle.

Hoy le escribo al dolor de tu ausencia, aquel que acuchilla mi alma con tus recuerdos que me hieren sin parar, pero es momento de despedirme del amor que creí que sería para toda mi vida, esperando borrar todo ese sentimiento que hace ahogarme en lágrimas, que noche tras noche mis ojos hacen brotar, derramando cada sueño que alguna vez anhelamos cumplir, corriendo por el mundo, deseando cada noche al ver las estrellas.

Hoy le escribo al dolor, el dueño de mis ganas, de mi fuerza nula, de mis miedos y de mis falsas alegrías.

***“Sanando Heridas: mientras rompo en llanto”*** me descubrió tirada llorando en mi habitación, suplicándole al dolor que se marchara de mi corazón, me hizo recordar cuando ya no tenía fuerza para seguir adelante, cuando mi cuerpo me dolía para levantarme.

El autor me acompañó en cada letra, en cada reencuentro con la tristeza, tomó mi mano y me dio esperanzas para continuar, donde en su próximo

libro me ayudará a desnudarme del dolor y despedir a sus recuerdos.

Fátima Salinas Ledezma / @salinasfaty

Santiago de Querétaro. México.

31 de octubre de 2021.

# Document Outline

- [AGRADECIMIENTOS](#)
- [Prólogo](#)
- [Ahí nunca](#)
- [Será demasiado tarde](#)
- [Te sigo llevando aquí](#)
- [No era tu culpa](#)
- [Pendientes](#)
- [Aceptar y continuar](#)
- [Junto a mí](#)
- [Efímeros](#)
- [Vivir con el dolor](#)
- [Ya no creo en el amor](#)
- [Lo mucho que te quise](#)
- [Tanto amor te espantó](#)
- [Siempre tú](#)
- [Lo que no es, nunca será](#)
- [Vivir con tus recuerdos](#)
- [Historias inevitables](#)
- [Te lo llevaste todo](#)
- [Sin alas para volar](#)
- [Lo que pudimos ser](#)
- [Me vas a extrañar](#)
- [Desilusiones](#)
- [No es el fin del mundo](#)
- [Eso de odiar no va contigo](#)
- [Llora](#)
- [Yo te miraba mejor](#)
- [Cada día un poco menos](#)
- [No es tu culpa](#)
- [Perder para aprender](#)
- [Nadie de amor se muere](#)
- [Te llevaré en los recuerdos](#)
- [La vida aquí no acaba](#)

- Un simple suspiro
- Lecciones de la vida
- La vida volverá a juntarlos
- Nuestra cobardía fue mayor
- No te rindas
- Por todo lo que pudimos ser
- Comienzo a curarme
- No hay mal que dure 100 años
- No merece tu llanto
- Lo tienes todo en un simple adiós
- Ámate y ármate
- Dos desconocidos
- ¡Vive!
- Juro que lo intento
- Ya olvidé cómo querer
- Podrás con esta y con muchas más
- Las respuestas ya están
- Las despedidas son necesarias
- Sin ti también puedo
- Ya es hora de decir adiós
- No será nunca
- Huyó
- Algún día ya nada dolerá
- Perdónate
- Te perdieron
- Salir de la jaula
- Volver a creer
- No renuncies todavía
- Restos de tu almohada
- Tiempo al tiempo
- Hasta que sea una cicatriz
- Decidí elegirme
- Un mejor destino
- Esa historia que no fue
- Tu amor merece más
- Las cosas van a mejorar
- Lágrimas y recuerdos

- [Nos hizo falta tiempo](#)
- [Volverás después de tanto](#)
- [Nunca te irás de mí](#)
- [Volver a empezar](#)
- [El error fue darlo todo](#)
- [El amor de tu vida no se va](#)
- [Volver a vivir](#)
- [Nunca mentía](#)
- [Ahí no era](#)
- [Dejar ir](#)
- [No valía la pena](#)
- [Deja de escribirle](#)
- [Nunca voy a olvidarte](#)
- [Vas a estar bien](#)
- [Ya lo tenías todo](#)
- [Pensaba que te había olvidado](#)
- [Siempre lo deseé](#)
- [No perdiste](#)
- [Nunca te olvidé](#)
- [Perdiste y ya está](#)
- [Todavía te espero](#)
- [Amores prohibidos](#)
- [Toma tiempo](#)
- [Te espera algo mejor](#)
- [Aún te quiero, cada vez más](#)
- [Otra oportunidad](#)
- [Y te fuiste](#)
- [Vas a curarte](#)
- [Martes 13](#)
- [No ahora](#)
- [No me enseñaste a decir adiós](#)
- [Todo sigue igual](#)
- [No tengo a quien amar](#)
- [S.O.S.](#)
- [Te extraño a veces](#)
- [Me está\(s\) costando caro](#)
- [Quizá tenías razón](#)

- [Mi soledad y yo](#)
- [Después de tanto te digo adiós](#)
- [Es necesario dejarte ir](#)
- [Voy a darme un tiempo](#)
- [Ya no volveré](#)
- [Epílogo](#)