

# Antología de donrevis

Presentado por

*Poemas del Alma* 



## Dedicatoria

*A mi amada esposa*

## Agradecimiento

Mi agradecimiento a mi primo y buen amigo Javier Adrián experto en poesía y autor del libro "Alma al desnudo" que ha hecho de corrector y me ha orientado en todo momento y a mi buen amigo Jose Ignacio Sáez Zugazaga  
Excelente rapsoda que siempre los ha criticado positivamente.

## Índice

VERSOS ESQUIVOS

CANTO DE ENAMORADO

ORACION

MALDITA MEMORIA

CHARLANDO CON LA MUERTE

EL FALSO POETA

LA CADENA

ONOMATOPEYA DEL GOMERO

ORGULLO

LAS CUATRO PUERTAS

LA PESADILLA

LEVANTATE MUJER

REFLEXION 1

MIS PRIMEROS OVILLEJOS

REFLEXION 2 (LAS PALABRAS)

REFLEXION 3 ( LA PASION)

FINAL AMARGO

PINTANDO POEMAS

REFLEXION (Amor tercero)

ENAJENACION POR EL CALENTAMIENTO GLOBAL

A UN BUEN AMIGO

MIS AMIGOS NUEVOS

LA ROMERIA

LAS APARIENCIAS

REFLEXION (Amor primero)

COINCIDENCIAS

LA CAMA CALIENTE

LOA A LA SUEGRA

TRAGEDIA

A MIS NIETAS

EL PEDO

AMOR TRAICIONADO

DESESPERADO

NO HIJO MIO, NO

EN CUADERNA VIA (Reeditado)

SI QUIERO

LA CULEBRA

AÑORANZA

DESPEDIDA

El refugiado

INSOLIDARIDAD

ABRAZAME MUERTE

ELUCUBRACIONES

DESCANSA CONCIENCIA

LOS AMIGOS (TEMA SEMANAL-LA AMISTAD)

LA AMISTAD (TEMA SEMANAL)

NAVIDAD, NAVIDAD

ROMANCE DEL TROVADOR



A MIS MUSAS

LA DAMA NEGRA

CAMINANDO

TIERRA VERDE

SORPASSO

LOBO SOLITARIO

ORGULLO Y HUMILDAD

EN APUROS

REBELION

LIBERTAD

UTOPIAS

DE LOCURA Y DE CORDURA

DE ESPERANZA

A BLAS DE OTERO

MI MANDRÁGORA

LA CITA

ABANDONO

SALI DE MI

SIN INSPIRACION

EN CUADERNA VÍA (BURBUJAS)

HOY CANTO DESDE ABAJO

SUBCONSCIENTE

LOCURA DE AMOR

LA GOTA DE LLUVIA

ECOS DEL CORAZÓN

MONTAÑA RUSA

NAVEGANDO POR LA VIDA

BUSCANDO VERSOS

EL ASTURIANO (Reeditado)

A MI MADRE

RECUERDOS DE NIÑEZ

SI TUVIERA UN MOMENTO...

EN CLAUSURA

ROMANCE DEL TROVADOR (Reeditado)

LAS ANDANZAS DE GASTON (Reeditado)

EL FALSO POETA (Reeditado)

ROMANCE DE LAS TRES PRINCESAS (Reeditado)

LA PRIMAVERA (Reeditado) t

EN CUADERNA VIA (Reeditado)

REBELION

AUSENCIAS

YO, NUBE

MI MAR CANTÁBRICO

EL TRECHO

LA DAMA DE LOS SOMBREROS

BUSCANDO VERSOS (Reedición)

AUNQUE YA ESTÉ DESPIERTO

A UN POETA

INTRANSIGENCIA

PAISAJES



LA AURORA

MIRADAS

TU SONRISA

MIRANDO AL CIELO

NANA

DE CAMINO AL CORAZÓN

SOLEDADES

SUEÑOS IMPOSIBLES

MADRE AFRICANA

MI SOMBRA

DUALIDAD

RENACIMIENTO

EL BAUL DE LOS SUEÑOS

EL RAPSODA

DESLUMBRE

LA VIDA (Micropoema)

PRETENSIÓN

MI MANDRÁGORA

SOBRE EL HALAGO

LOS VERSOS

EXÉGETA

SE ME ESCAPAN LOS VERSOS

## **VERSOS ESQUIVOS**

¿Dónde están los versos escondidos,  
Que mis musas no pueden encontrarlos?  
¿Por qué razón no puedo yo rimarlos  
Cuando, por fin, los tengo definidos?

Yo no encuentro la forma de engazarlos,  
Si busco entre verbos y adjetivos.  
Y bien parece que estuvieran vivos,  
Me son esquivos si quiero casarlos.

Pero leyendo lo hasta ahora escrito,  
No lo encuentro tan desafortunado,  
Es más, yo pienso que será delito

No continuar con lo desarrollado  
Y desmentir ese frecuente mito,  
De que el soneto es ... muy complicado.

## CANTO DE ENAMORADO

Si no existiera la música,  
No sé si viviría.

Sin la música, la vida es menos vida  
Es como sangre que corre por mis venas,  
La que da fuerza, la que mitiga penas,  
Y, al escucharla, el alma se sublima.

Te hace volar, te eleva por los cielos,  
Y, al escuchar una bella melodía,  
Más fácil es pensar que Dios existe,  
Lo ves mas verdadero.

¿Cómo explicar la luz de amanecer,  
O la mirada de mi bien amada?  
Sin la música, comprender es imposible,  
De su amor la llamarada.

Si no existiera la música,  
Yo quizás la compondría.

Por voz, tomaría yo tu risa,  
Como el agua cristalina, limpia, pura,  
Y para colmarla de dulzura,  
Tu rostro acariciado por la brisa.

A la voz, color darían los reflejos  
Del sol sobre tu pelo, por la tarde,  
Acompañados por el de tu mirada,  
Reflejado a la mañana en el espejo.

La letra la escribiría con susurros ,  
De nuestro amor contados al oído,

Y para dotarla del calor debido,  
Añadiría el del abrazo de tu cuerpo.

Se me ocurre que usaría por timbales,  
De tu cuerpo al abrazarme su latido  
Y, para acompañarlo en su sonido,  
El golpeo de la lluvia en los cristales.

De la dulzura de tus labios al besarme,  
Que me traen recuerdos de ambrosía,  
Si pudiera, a mi canto dotaría,  
Y el ritmo, lo pondrían tus andares.

Y para unir todos estos elementos,  
De tu cuerpo copiaría la armonía,  
Y crearía la más bella melodía,  
Con todo mi amor y mi mejor aliento.

Pero yo dudo que igualar consiga,  
A la que mi alma interpretó ese día  
En que apareciste tú en mi vida,  
Como un rayo de sol, amada mía.

Si no existiera la música,  
Yo para ti, mi amor, la inventaría.

Enero de 2015

Jose Cruz Sainz

## ORACION

**Que Dios me dé serenidad bastante  
Para aceptar las cosas inmutables,  
Y me dote de una fuerza constante,  
Para poder variar las remediables.  
Pero, que me otorgue, lo más importante,  
Una sabiduría razonable  
Para diferenciar las removibles,  
De esas otras que son imperturbables**

**Marzo de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## **MALDITA MEMORIA**

**Maldita tú, memoria traicionera  
¿Por qué ya no funcionas como hacías?  
¿Por que tú, mi más cara compañera,  
Me fallas, de palabras me vacías?**

**Maldita tú, memoria trapacera,  
Que lo actual por pasado me varías,  
Tú que antaño, de forma tan certera,  
Lugares, nombres, fechas guardarías.**

**Maldita tú, memoria chapucera,  
Que cambias por lagunas mis palabras.  
Que ya ninguna frase digo entera.**

**Maldita tú, memoria torticera,  
Que, sin embargo, el arca quieres que abra,  
De los recuerdos que olvidar quisiera.**

**Marzo de 2015  
Jose Cruz Sainz**

## CHARLANDO CON LA MUERTE

Hoy en este parque, mientras paseaba,  
Sentada en un banco me encontré a la muerte.  
En ningún momento pensé en esquivarla,  
Alcé la cabeza y seguí de frente.

La miré a los ojos al tenerla cerca.  
Con cuencas vacías, fijó su mirada,  
Y dijo: "No temas y no estés alerta,  
Por hoy he acabado, voy de retirada"

Me invitó a sentarme con su voz opaca,  
Yo acepté gustoso, me senté a su lado.  
Quizá yo quería charlar con la "Parca"  
O tal vez mas fuera que estaba cansado.

"Estoy preparado, no te tengo miedo,  
El día que vengas, aunque no me avises,  
Te estaré esperando" , le dije yo quedo.  
Y así, en apariencia , charlando felices,

Se pasó la tarde, pausados, tranquilos,  
Yo sobre la vida y ella de la muerte.  
Cuando yo le dije: "Y ¿Por qué a los niños?  
Ella subió el tono, contestó muy fuerte:

"Yo no hago las listas, ya me las dan hechas".  
En ese momento, volvió la cabeza,  
Me miró de nuevo y ví yo sus cuencas,  
Vacías de ojos, llenas de franqueza.

Me dijo: "¿Que crees, que a mí no me duele?  
Será su destino, o quizá, si piensas,  
son sus dirigentes que nunca intervienen,

**No les alimentan y por eso enferman.**

**Y quizá el destino, por misericordia,  
Los quite del suelo y les lleva al cielo,  
Que allí por lo menos, comen cada día,  
Y para cuidarles están sus abuelos"**

**"Me temo", me dijo, "Que si esto no cambia,  
Seguiremos viendo morir a los niños,  
En esos países de Africa, de Asia,  
Que, frecuentemente, esquilman los ricos"**

**Y juntos lloramos por tanta tristeza,  
Por todos los niños que nacen en pueblos,  
Casi siempre llenos de grandes riquezas  
Y que explotan otros y los dejan yermos.**

**Tras aquella tarde, amigos quedamos,  
Si es que de la Muerte alguien puede serlo.  
Entonces, me dijo antes de marcharnos:  
"Pídeme un deseo y, si puedo hacerlo,**

**El día que toque, que estés en la lista,  
Sin lugar a dudas, yo lo tendré en cuenta"  
Como ya era tarde, lo pensé de prisa,  
Y dije a la "Parca" que estuviera atenta.**

**"Como ya te dije, no te tengo miedo.  
Cuando tú a mí vengas el último día,  
Quizá si consigas llevarte mi cuerpo,  
Pero yo mi alma tengo repartida.**

**La dejé a retazos, un trozo pintando,  
Al cantar canciones, dejé otro pedazo,  
A mi bien amada, se lo dejé amando,  
A mis hijos otro, dejé en cada abrazo.**



**Para mis amigos lo dejé en recuerdos,  
De momentos gratos con ellos pasados  
Y, a partir del día que levante el vuelo,  
Yo seguiré vivo en cada retazo.**

**Yo te pido amiga que, cuando me llegue  
Del último día, la hora postrera,  
Cuando tu guadaña, la vida me siegue,  
Hazlo como gustes, pero SÉ CERTERA"**

## **EL FALSO POETA**

**De verdad, no hagaís caso cuando os digan,  
Que yo escribo poemas. !! Fantasías !!,  
Pues para mí, componer poesía,  
Consiste en algo más que escribir rimas.**

**Lo que se dice es muy importante,  
Y decirlo del modo conveniente,  
Pero, por mas que me muestre eficiente,  
Estaré del poeta muy distante.**

**Es poesía el susurro del viento,  
La lluvia golpeando en los cristales,  
Los sentimientos son fundamentales,  
Puede ser un poema, el sufrimiento,**

**La belleza, el desamor, la egolatría,  
La distancia de dos enamorados,  
El color de los árboles dorados,  
Cuando en Otoño muestran su hidalguía.**

**Y así, la mayoría de las cosas,  
Que cada una tiene su belleza,  
O por qué no decirlo, la tristeza,  
Que bien descrita puede ser hermosa.**

**Pero pocos son los que supieron,  
Aplicando con nitidez el verbo,  
Traducir con dulzura o con acerbo,  
La belleza de todo lo que vieron.**

**Los que fueron capaces de arrancarnos,  
La lágrima, la pena, la sonrisa.  
Aquellos que, con métrica precisa,**

**Hicieron del poema enamorarnos.**

**Les leo, les envidio, les admiro,  
Les emulo, yo trato de imitarles,  
Pero, jamás conseguiré igualarles,  
Porque, por mas que en derredor yo miro,**

**No percibo la esencia, no la veo,  
Mas, pienso que si un día la viera,  
Tampoco creo que posible fuera,  
Recrearla en mis versos con esmero.**

**Mas, no me rindo, lo sigo intentando,  
Y, al hacerlo, tal vez vaya aprendiendo,  
A encontrar, de las cosas que voy viendo,  
Esa belleza que me están negando.**

## LA CADENA

Ya desde la niñez hubo	AMISTAD
De la amistad surgió el	CONOCIMIENTO
Del conocimiento la	COMPLICIDAD
Más adelante, el	ENAMORAMIENTO
Y luego, en el noviazgo, la	PASIÓN
Y después del noviazgo, el	CASAMIENTO
Con la boda, llegó la	DISCUSIÓN
Y, en pocos días el	ENTENDIMIENTO
Y la bendita	RECONCILIACIÓN
Trajo con ella el	ACALORAMIENTO
Y pasaron después al	CALENTÓN
Y, en nueve meses hubo	NACIMIENTO
Y, con el niño llegó la	ALEGRÍA
Pero exigía, más	DEDICACIÓN
Y, más tarde llegó una	NEUMONÍA
Y seis meses después, el	SARAMPIÓN
Y, en cuatro años, comenzó	LAS CLASES
Primeramente en la	ESCUELA PRIMARIA
Y, en pocos meses, ya formaba	FRASES
Y le pasaron a la	SECUNDARIA
Y, después de muchos	PARES DE BOTAS
Y de romper tres o cuatro	UNIFORMES
Como el niño sacaba	BUENAS NOTAS
Y de conducta, muy	BUENOS INFORMES
Coincidieron en darle una	CARRERA
Pero, para estudiar	VETERINARIO
Se tuvo que marchar a	VIVIR FUERA

Y como siempre tuvo un	BUEN HORARIO
Y gozaba de muchas	HORAS LIBRES
El muchacho se volvió un	VERBENAS
Aficionándose a los	CUBALIBRES
Y bacilaba con todas las	NENAS
Hasta que, estando de juerga	UNA NOCHE
Su amigo le presentó a	UNA MORENA
Y se juraron	AMOR EN EL COCHE
Y comenzaron de nuevo	LA CADENA

Marzo de 2015

José Cruz Sainz

## ONOMATOPEYA DEL GOMERO

Estaba "Sindo" sentado en su sillón,  
al socaire, en la solana de su casa,  
sin sospechar siquiera que su "Blasa"  
Salió sigilosa sentándose al sol.

Silbaba "Sindo" sus dulces sonatas,  
con aire y sabores a brisa del mar,  
Y susurró "Blasa" desde su solar:  
"Ay esposo mío, ¿Sabes que me matas?"

"Son en esta isla muchos los silbantes,  
Y, algunos se silban sabiéndose hablar,  
Pero si tú silbas, cual silbabas antes,

Muchos sentimientos que no se expresar,  
Se solapan todos dentro de mi alma,  
Y sólo tus labios ansío besar"

Marzo de 2015

Jose Cruz Sainz

## ORGULLO

**Maldito orgullo que nos esclaviza,  
Que, a pensar en nosotros sólo lleva,  
Y que, en ningún momento economiza,  
La soberbia. !! Qué mala compañera !!**

**Hemos de procurar de entre la gente,  
Nunca sobresalir, según mi abuelo,  
Pues, se llevará el clavo más saliente,  
Del martillo, el golpe más certero.**

**También le oí decir, muy sabiamente,  
Que el árbol la tormenta no provoca  
Pero que el rayo, muy probablemente,**

**Al estar por encima de las rocas,  
Lo fulminará con su llama ardiente,  
De librarse, ocasiones tendrá pocas.**

**Marzo de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## **LAS CUATRO PUERTAS**

**Nuestra mente, aún con ser complicada,  
Y, a pesar de llevarnos al DOLOR,  
Nos ofrece salidas preparadas,  
Para de forma mejor o peor,**

**Poder sobrellevarlo, amortiguarlo,  
Aminorar su efecto destructor.  
A conseguir, tal vez, desarraigarlo  
Y salir, de esta lucha vencedor.**

**Como primera salida nos ofrece,  
La del SUEÑO, siempre reparador,  
Y que, la mayoría de las veces,  
Acierta en su efecto sanador.**

**Y, por si el sueño no surtiera efecto,  
La mente, como paso posterior,  
El OLVIDO nos brinda como electo,  
Lo activa como escudo protector.**

**Si, con todo, no fuera suficiente,  
No actuara con máximo rigor,  
Nos sumirá como escalón siguiente,  
En la LOCURA en grado superior.**

**Y así, confundiremos lo vivido,  
Sentiremos la extraña sensación  
Que nunca sucedió lo sucedido,  
Que sufrimos una alucinación.**

**Y si, aún así, tampoco coseguimos,  
Con este paso cruel, devastador,  
salir del duro trance que sufrimos,**



**No soportamos ya tanto dolor,**

**Nos vemos abocados a la MUERTE,  
De todas las salidas la ulterior,  
Porque una vez de descansar inerte,  
No hay ninguna salida posterior.**

## **LA PESADILLA**

**Aquella tarde fuisteis de paseo,  
Tenías muchas cosas que decirle,  
Pero sabes que de unas eres reo,**

**Y que otras muchas pueden zaherirle.  
Te obligas a vencer tu cobardía,  
Sabes que no es momento de mentirle,**

**Te convences que hoy debe ser el día  
En que, por fin, habrás de ser sincero,  
Y tendrás que afrontar con valentía,**

**El reto del cariño verdadero.  
Un amor donde el secreto no existe.  
Es el momento de partir de cero.**

**Le dices que, en el parque tú, la viste  
Amartelada en un furtivo abrazo.  
Y que después, mil veces reviviste,**

**La visión dolorosa de aquel lazo,  
Que de celos llenó tu corazón,  
Rompiendo así tu alma en mil pedazos.**

**Que, corroído por la sinrazón,  
Enajenado por el sufrimiento,  
A punto de saltar por el balcón,**

**Estuviste en algún que otro momento.  
Le contarás que luego, arrepentido,  
Se ahogó en sollozos tu lamento.**

**Y que, desorientado y aturdido,**

**Apareces en ese club de alterne,  
Donde, al final, acabas muy bebido.**

**Y aquella arpía, al verte tan inerme,  
Con caricias te lleva a su nido,  
De donde escapabas mientras ella duerme.**

**Le confiesas que estás arrepentido,  
Que no era tu intención haberlo hecho,  
Que, a posteriori, mucho los has sentido.**

**Pero, al final, estás insatisfecho,  
Porque, en el fondo, te sientes culpable.  
Te sientes como en ruinas, un deshecho,**

**Cometedor de un hecho irreparable.  
Ella reprochará tu villanía:  
"Me juraste un amor inacabable.**

**Esto lo has hecho con alevosía.  
No lo niegues, lo has hecho por venganza.  
Lo mío no fue nada, flor de un día"**

**Y así, puestos los hechos en balanza,  
Termináis finalmente con reproches.  
Ella, cruel, duros dardos te lanza.**

**Y, poniendo las lágrimas por broche,  
Hablaís de separaros, de repartos:  
"Me quedo con la casa y con el coche..."**

**Y entonces, casi al borde del infarto,  
Despiertas angustiado, sudoroso.  
La misma PESADILLA. !! Ya estoy harto !!**

**La besas y la abrazas amoroso,**

**Y, una vez más, te mira somnolienta.**

**Te nota nuevamente tembloroso**

**Y tus brazos hacen que se sienta,**

**Como siempre segura y deseada,**

**Porque puede decir, a ciencia cierta,**

**Que no será por tí nunca engañada,**

**De la misma forma que tú piensas**

**Que, por siempre, será tu enamorada.**

**Marzo de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## **LEVANTATE MUJER**

**Levántate mujer, que no te ofendan.  
Que no se atrevan a marcar tu vida.  
Que no te engañen, no dejes que te vendan,  
Defiende tu dignidad rota, agredida.**

**Plántate, planta cara, resucita,  
De locos es amar al que te hiere,  
Al rüín que que la fuerza en tí practica  
Y, al día siguiente, dice que te quiere.**

**No quieras al cobarde, no perdones.  
Si amparado en la noche te golpea  
Y, más tarde, cargado de razones,  
Te justifica de alguna manera,**

**Que no era su intención, no lo toleres.  
Denúnciale, no dudes, busca ayuda,  
No sigas el ejemplo de mujeres  
Que, bien por su familia o por las dudas,**

**Permanecesn sumidas en avernos,  
Que ni los animales se merecen.  
Acaba de una vez con ese infierno,  
Toda la sociedad hoy te protege.**

**Marzo de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## REFLEXION 1

Yo soy mas de mirar gente que paisajes.  
El paisaje no transmite sentimiento,  
Acaso, me haga sentir en el momento,  
El gozo de la belleza con ambages.

Esas hojas movidas por el viento,  
Esa roca golpeada por la ola,  
Mas, no sirve esa belleza por sí sola,  
Para arrancar ningún otro sentimiento.

Me refiero al sentimiento duradero,  
A ese que empatiza, que se mete dentro,  
Tanto, que a veces se troca en otro nuevo,  
Se mejora y se lleva al varadero

Del alma, del corazón para, mas tarde,  
Utilizarlo de forma conveniente,  
Compartirlo, revertírsele a la gente,  
Si no fuéramos a veces tan cobardes.

Veo la mirada de amor rebosante  
De la madre que en brazos tiene a su hijo  
Y yo desearía ser mas prolijo  
En repartir miradas tan amantes.

Pero, en mi torpeza y aunque yo lo intente,  
No sé reflejar el amor vislumbrado.  
Puede ser que no supiera guardarlo  
Tal cual lo ví, aunque era tan patente,

Que pienso: "Quizá no sea tan sencillo  
Traducir a sentimiento una mirada  
O quizá, al estar latente, conservada,

**El tiempo la estropee, deteriore el brillo".**

**También he visto la mirada de un niño  
Golpeado por la guerra y la miseria  
Y me ha arañado el alma. ! Qué materia !  
Para pensar para sentir cariño**

**Por tanta humanidad desprotegida,  
Olvidada de todos pues tuvieron  
Mala suerte de nacer donde nacieron  
Donde nadie se preocupa de sus vidas.**

**Quisiera que esta mirada se transforme  
No solo en cicatriz, me deje esquirra  
Que también me sirva para convertirla  
En acción, que me enriquezca como hombre**

**Y que a la vez, lo mas importante,  
Revierta esta situación, si no al completo,  
Lo que pueda, pues así estaré repleto,  
De respeto a mí mismo. ! Qué reconfortante !**

**Con mujeres y hombres me he cruzado  
De miradas rezumantes de fracaso  
Y en ese instante, yo pensé que acaso,  
Aunque, tal vez por lejano, ya olvidado,**

**Este sentimiento de tiempo pasado,  
no me resulte ajeno, sí trascendido.  
Pero, al recordarlo, vuelven mis sentidos  
A sufrirlo cruel, quizá multiplicado.**

**Pero, aunque sea sentimiento doloroso,  
Es de los que curte tanto al superarlo  
Que te devuelve siempre al batallarlo,  
Una fuerza vital que te hace poderoso.**

**Que valgan estos tres casos como ejemplo:**

**Amor, tristeza, fracaso (sentimientos)**

**Todo esto y mucho mas, si estás atento,**

**Podrás ver en la mirada y en el gesto**

**De la gente que te cruzas a diario.**

**Gente que, sin proponérselo siquiera,**

**Te traspasa sensaciones verdaderas**

**Que tú podrás archivar en tu dietario.**

**Me gustaría con estos torpes versos,**

**Saber expresar el sentimiento puro**

**Aunque quizás, en algún rincón oscuro**

**Se me queden los residuos mas diversos.**

**Pero yo si sé, de eso soy consciente,**

**Que prefiero, que me rindo al paisanaje**

**Porque no tiene parangón con el paisaje.**

**El sentimiento en el hombre es evidente.**

**Enero de 2015**

**Jose Cruz sainz**



## MIS PRIMEROS OVILLEJOS

Te pido de corazón

**PERDÓN**

Pues hoy mi cuerpo, sin prisa,

**PRECISA,**

Necesita con furor

**AMOR**

No me mires con rubor,

Por que estoy acalorado,

Ahora que me has perdonado

**EI PERDÓN PRECISA .. AMOR**

Abrázame con ardor,

**Mi AMOR**

Hazme la prueba del nueve

**Y MUEVE**

La sangre en mi corazón

**!! PERDÓN !!**

Porque con el calentón,

Casi voy por otra parte.

Y ahora quiero recordarte

**Que el AMOR MUEVE ... AL PERDÓN**

Abril de 2015

Jose Cruz Sainz

## **REFLEXION 2 (LAS PALABRAS)**

**A mí, las palabras siempre me han gustado  
Yo creo que son una buena herramienta  
Pero, no me gustan las que ahora inventan,  
Aún a riesgo de parecer anticuado.**

**Con la vieja escuela mas me identifico,  
Pues nuestro lenguaje, sin esos vocablos,  
Tan extravagantes, tan poco adecuados,  
Creo que ya era lo bastante rico.**

**Sirven para todo: para dar respuestas,  
Definen las cosas y los sentimientos,  
Explican la vida, te dan argumentos,  
Hasta, algunas veces, se muestran abiertas**

**A interpretaciones, a dobles sentidos,  
A jugar con ellas, si hacerlo te gusta.  
Pero ten cuidado, se vuelven adustas  
Si las utilizas como no es debido.**

**A mí me da pena, si leo los diarios,  
Ver las malas frases, las que te confunden,  
Aquellas que nunca dicen lo que quieren,  
De profesionales dejados, baratos.**

**Asímismo, añoro la vieja oratoria,  
Aquellos políticos que con sus discursos  
De bella factura, exentos de insultos,  
Las más de las veces hacían historia.**

**Deben las palabras servir como puentes,  
Acercar ideas, promover consensos,  
Que de controversias, uno ya está lleno,**

**Y a todos nos gusta ver a contendientes**

**Respetando al otro y teniendo en cuenta**

**Sus buenas ideas, a torcer el brazo.**

**Que no se limiten a dar un portazo,**

**Que para el acuerdo su mente esté abierta.**

**Ya me gustaría, si posible fuera,**

**De forma correcta usar los vocablos,**

**Pues de las palabras, esas con las que hablo,**

**Siempre lo diré: !! QUE BUENA HERRAMIENTA !!**

**Enero de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## **REFLEXION 3 ( LA PASION)**

¿Merecía la pena todo esto?  
¿Por qué tanto dolor y sufrimiento?  
¿Sucedió porque ya estaba en un texto?

Yo no creo que estuviera escrito,  
de igual manera que tampoco creo  
Lo estén las muertes que a diario veo,  
De hombres, de mujeres y de niños,

De muchos que injustamente murieron,  
Y con tormentos mas sofisticados  
Con mentes y corazones machacados  
Antes del tiro de gracia o el degüello.

Mirar tu imagen en un Viernes Santo,  
Me ayuda a verte en todos esos muertos,  
Que de los Olivos, aún quedan huertos  
Y abundan sanedrines y Pilatos.

Me atreveré a decirme la verdad:  
Tu cruz, las de antaño y las de ahora,  
Las decidimos algunas personas,  
Los que no luchamos por la libertad.

Con libertad de Hijo de Dios viviste,  
Defendiendo pequeñas libertades  
Y, sin distinguir razas ni edades,  
A todos la esperanza devolviste.

Crucificado atemporal que sangras  
Por todas las heridas de la historia,  
Imbúyeme tu fuerza redentora,  
Ayúdame a rescatar mi alma.

**Abril de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## **FINAL AMARGO**

El era muy atrevido  
Ella era un poco coqueta  
**COINCIDENCIA**

Pero interviene Cupido  
Y le lanza una saeta  
**RESISTENCIA**

Y por más que él se resiste,  
Ella le lanza sus redes  
**CONVENIENCIA**

Y después se pone triste  
Cuando no ve a su Mercedes  
**IMPACIENCIA**

Por fin ella lo consigue  
Comienzan a salir juntos  
**!QUÉ EXPERIENCIA!**

Y aunque el chico se desvive  
Y trata de ganar puntos  
**! QUÉ INOCENCIA !**

Ella se le vuelve esquiva  
Y se quita la careta  
**INSOLENCIA**

Se convierte en una diva  
Va aplicando su receta  
**INSISTENCIA**

Le aparta de sus amigos

En su círculo le mete

**PERTENENCIA**

Y de su casa al abrigo

Le lleva en un periquete

**CONVIVENCIA**

Y empiezan las discusiones

Y los malos entendidos

**DIFERENCIAS**

Él pierde las ilusiones

Ya no se siente querido

**RETICENCIA**

Y lo que era un bello idilio

Que comenzó como un cuento

**QUÉ IMPRUDENCIA**

Ha terminado en martirio

Y se rompe en un momento

**IMPOTENCIA**

No se miran a los ojos

No se sientan y lo hablan

**RENUENCIA**

Ya solo quedan despojos

Del amor que se juraban

**DISIDENCIA**

Y aquel jueves por la tarde

Mientras ella llora inquieta

**CONFERENCIA**

El chico llama a su madre

**Se prepara la maleta  
Y.... A VALENCIA !!**

**Abril de 2015**

**Jose Cruz sainz**



## **PINTANDO POEMAS**

**Me gustaría pintar un poema,  
Usando por color los sentimientos,  
Recreando los buenos momentos,  
Que hicieron mi vida placentera.**

**Usaré una paleta para hacerlo,  
En palabras y verbos, infinita,  
Y, tal vez utilice alguna cita,  
Si viene al caso, para embellecerlo.**

**Por pincel usaré mi corazón,  
Y como caballete mis principios,  
Que, por muy bellos que sean los ripios,  
Siempre deben apoyarse en la razón.**

**Como lienzo, pondré yo la conciencia,  
Necesitada siempre de la poesía,  
Pues, de otra forma, muy mal aguantaría,  
Las agresiones, las incongruencias.**

**Como tema quizás escogería,  
Una marina, porque yo en su cielo,  
Podría recrear con mis deseos,  
La esperanza, la paz y la alegría.**

**En el vaivén de las olas pintaría,  
Las ganas de vivir, el optimismo,  
La autoestima, la confianza en uno mismo,  
Que como la marea, así varían.**

**Y en esa rompiente de ola eterna,  
Colocaría yo las ilusiones  
Que acompañadas de las emociones,**

**Se diluyen, muchas veces, en la arena.**

**Aunque quizá sea más acertado,  
Recrear un paisaje en primavera,  
Porque en el saldo de mi vida entera,  
De mas buenos momentos he gozado,**

**Que de malos, que tengo la gran suerte,  
De vivir con buena esposa y buenos hijos,  
De rodearme de muy buenos amigos,  
Y de esquivar varias veces a la muerte.**

**Y, por pintar lo intrincado de la vida,  
En el otoño un bosque pintaría,  
deslumbrante, con dorados de hidalguía,  
Pero con troncos y ramas retorcidas,**

**Que se asemejan a las vicisitudes,  
Que venceremos en el día a día,  
Si no cedemos a la hipocresía,  
Y nos abrazamos a nuestras virtudes.**

**Nunca utilizaría los oscuros,  
La maldad, la mentira, la tristeza,  
Porque desfiguran la belleza,  
De los sentimientos bellos, puros.**

**Y como barniz final, para dar brillo,  
Una buena mano de sinceridad,  
Una buena dosis de felicidad,  
Todo bien revuelto con mucho cariño.**

**Abril de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## **REFLEXION (Amor tercero)**

**Vas conociendo a lo largo de tu vida,  
Gente con la que te vas relacionando.  
Después del tiempo, a algunos los olvidas,  
Pero hay un grupo, mas seleccionado,**

**Con los que tienes mas afinidad, contados,  
De esos que difícilmente olvidas,  
Y poco a poco, así se va formando,  
Lo que yo denomino, la Cuadrilla.**

**Un grupo con una conexión muy fuerte,  
Con unos lazos que refuerza el tiempo,  
Aunque cada uno sea diferente,  
Que la amistad siempre ha sido buen cemento**

**La palabra amigo, jamás yo la aplico,  
A cualquier persona, ni de forma vana,  
Porque yo lo siento como algo muy mío,  
Algo que llevo dentro de mi alma.**

**Tú te darás cuenta de que es buen amigo,  
Si lo ves muy cerca al darte la vuelta,  
En esos momentos mas comprometidos  
Y que no te falla, que siempre te alienta.**

**Es el que te pone la mano en el hombro,  
Y más que palabras dice su silencio,  
Porque su contacto te cala muy hondo,  
Y así, te transmite puro sentimiento.**

**Es con el que cuentas aunque esté muy lejos,  
Y él sabe que cuenta lo mismo contigo,  
Cuando te hace falta, le pides consejos,**

**Y en las alegrías, también es amigo.**

**Es el que te aguanta, que sufre tus bromas,  
Y que, al conocerte después de los años,  
Si un día te pasas, él te lo perdona,  
Aunque tú le ofendas, aunque le hagas daño.**

**Es el que te mira con mirada cómplice,  
Porque siempre sabe lo que estás pensando,  
Sin hablar siquiera, todo te lo dice,  
Y así, te reafirma que él está a tu lado.**

**Es el que te anima cuando tú estás triste,  
Que ríe contigo, si te ve contento,  
Es ese que siempre tus vivencias vive,  
Que siempre empatiza con tus sentimientos.**

**Si el amor a los padres es primero,  
Y el segundo el que profesas a tu amada,  
El amor a tus amigos, considero,  
Es de este trípode la tercera pata,**

**Que es el que soporta, en el que sustento,  
Todos los valores que a mí me inculcaron,  
Y de estos valores estoy muy contento,  
Pues, en esta vida los voy aplicando**

**Enero de 2015**

**Jose Cruz sainz**

## **ENAJENACION POR EL CALENTAMIENTO GLOBAL**

**Hoy, hace una semana, al despertarme,  
Observé al levantarme de la cama,  
Justo en el momento de calzarme,  
Que mi pierna izquierda estaba embarazada.**

**Cuchicheaban la tibia y la rodilla,  
Quién demonios pudiera ser el padre.  
El señoe Proné dijo que una tarde,  
Vio al brazo izquierdo rondando a la chiquilla.**

**los gemelos están alborozados,  
Porque van a tener un hermanito,  
Y el tobillo, que siempre fue un bendito,  
Confiesa sentirse muy abrumado.**

**Desde el piso de arriba, el señor Muslo,  
Dice que él vio al pulgar acariciarla  
Y hasta con el índice pellizcarla,  
Y la subsodicha dice que es un bulo.**

**Su hermana, la derecha está abochornada,  
Y le pregunta al pie si ha oído algo,  
Pero este le dice: "Si yo nunca salgo,  
Desde el entresuelo nunca se oye nada".**

**Al no estar seguro de lo que pasaba,  
He ido a consultar al de cabecera,  
Y , tras aburrirme por la larga espera,  
La rubia enfermera me pasó a la sala.**

**Me miró la pierna hinchada y roja,  
Y al momento se me quedó mirando.  
Yo le noté que se estaba burlando,**

**Porque me preguntó con su gran sorna:**

**"¿De pequeño pasó usted la meningitis?"**

**Y de momento me dejó anonadado,**

**Pero cuando me vio tan enfadado,**

**Me dijo: "Esta pierna tiene TENDINITIS"**

**Abril de 2015**

**Jose Cruz sainz**

## **A UN BUEN AMIGO**

**Desde ayer, mi alma llora compungida,  
La pena se derrama a borbotones  
Por la profundidad de aquesta herida,  
Taponada con torpes costurones.**

**No es menos triste por ser vislumbrado,  
El adiós a un amigo tan querido,  
Te deja roto dentro, traspasado  
El corazón te deja malherido**

**Usando la paciencia por bandera,  
Me iniciaste con toda maestría,  
En que fue de forma duradera,  
Afición que practico hasta hoy en día.**

**Muchas fueron las horas compartidas,  
Disfrutando de música y pintura  
Y muchas las lecciones recibidas  
De tu conocimiento y tu soltura.**

**Pero yo sobre todo te agradezco,  
El honor que supuso ser tu amigo,  
Amistad de la que me enorgullezco,  
Y que en el alma llevaré conmigo.**

**Estés donde tu estés, yo estoy seguro,  
Que seguirás ganándote a la gente,  
Con tu saber estar, por ser maduro,  
Por calidad humana, por paciente.**

**Y quizá te atrevas a pintarnos,  
El colorido de un amanecer,  
O a Nino Bravo decidas cantarnos**

**Como en ocasiones solías hacer.**

**Y tal vez, en nuestro peregrinaje,  
Te podamos volver a disfrutar,  
Quizás en pinceladas del paisaje,  
O en la canción del viento al silbar.**

**Dentro del corazón, siempre al abrigo,  
A tu recuerdo he asignado un lugar,  
El que tengo reservado a los AMIGOS,  
A los que nunca yo podré olvidar.**

**Febrero de 2015.**

**Jose Cruz Sainz Alvarez**



## **MIS AMIGOS NUEVOS**

**Uno que en la vida ya lleva su tiempo,  
Y por experiencia, sabe valorar,  
Lo que le suponen los buenos momentos,  
Y las cosas buenas que hay que disfrutar,**

**Sabe que, en momentos mas comprometidos,  
Cuando el altibajo baja la moral,  
Es muy conveniente estar rodeado,  
De buenos amigos, de los de verdad.**

**Y recientemente, la ocasión yo tuve,  
De, por circunstancias, poder constatar,  
Que sigo teniendo la buena fortuna,  
De algunos, de muchos, con los que contar.**

**Pero mi sorpresa fue que algunos de ellos,  
De los que me dieron solidaridad,  
Son gente de lejos, poco conocidos,  
Que me demostraron su buena amistad.**

**Son todos poetas, son todos distintos,  
Distintos países, distinto pensar,  
Y aunque todos sueñan en sus poesías,  
Están arraigados a la realidad.**

**Yo ya disfrutaba de sus comentarios,  
De leer sus letras, pero de verdad,  
La grata sorpresa que yo me he llevado,  
Muy difícilmente la podré olvidar.**

**Por eso yo ahora, muy sinceramente,  
A todos vosotros quiero agradecer,  
Vuestros comentarios, vuestra cercanía,**

**Y vuestras muy buenas maneras de hacer.**

**A mi amigo Jorge, a Pani y a Boris,**

**A Joanmoypra y a Claudia Alhelí,**

**A Hermes (Potosino), a Espejo y a Hugo,**

**A José Díaz y especialmente (permitídmelo) a mi paisano Eliseo.**

**Y A TODOS LOS QUE COMPARTÍS ESTE FORO**

## LA ROMERIA

Aún lo recuerdo, fue una romería,  
No me acuerdo del pueblo, ni del santo,  
Mas, tengo vivo como el primer día,  
Como surgió, de tu mirada, el canto.

Y como me envolvió con su dulzura  
El mensaje de amor que transmitía.  
Era insistente, chispeante, pura,  
Enamorada, llena de alegría.

Tú, morena, hermosa, sofocada,  
No sé si del calor o del momento,  
Rodeada de amigas alocadas,  
Ignorantes del acontecimiento.

Yo, rodeado de todos mis amigos,  
Hasta entonces alegre, ahora aturdido.  
Mil y una veces soñé yo contigo,  
Muchas veces despierto, otras dormido.

Y de repente, como en una aurora,  
Iluminaste mi alma enamorada,  
Con tu luminiscencia cegadora,  
Como el sol que ilumina la alborada.

Y así, te conocí sin conocerte,  
Pues, sin saberlo, te estaba esperando,  
Que lo supe en el momento de verte,  
Aunque creía que estaba soñando.

No cruzamos ni una sola palabra,  
Pues tu mirada lo decía todo,  
Y en mi alma se hizo un gran silencio

**Y el corazón se me inundó de gozo.**

**Y sus latidos la música taparon,  
Que tal era la fuerza de su ritmo,  
Y en ese instante supe que por siempre,  
Caería, de tu amor, en el abismo.**

**Y qué felices años, siempre juntos,  
Cuanta pasión, qué besos y qué abrazos,  
Disfrutando de tu mirada enamorada,  
Cuando yo te mecía entre mis brazos.**

**Y después, sobrevino la desgracia  
Que me hundió para siempre en el abismo,  
No el de tu amor, en el de la angustia,  
Que desde entonces, nada fue lo mismo.**

**Y ahora, siempre voy a romerías,  
Pueblos ignotos, santos inencontrables,  
Buscando tu mirada entre la gente,  
Aferrándome a recuerdos imborrables.**

**Pero nunca la encuentro y desespero,  
Como un fantasma, vago entre la gente,  
Con el corazón hecho mil pedazos,  
Buscando tu presencia inútilmente.**

**Aún lo recuerdo, fue una romería,  
No me acuerdo del pueblo, ..... ni del santo.**

**Abril de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## **LAS APARIENCIAS**

**Recomendación : Leer hasta el final o leer antes  
el comentario sobre el poema.**

**Iba paseando por tomar el aire,  
Y me encontré, de repente, por la calle,  
Detrás de una chica con delgado talle,  
Que caminaba con un gran donaire.**

**Imposible resistir la tentación.  
No pude por menos de piroparla.  
Luego, ya a su altura, al adelantarla,  
Observé su cara con mas atención.**

**Me fijé primero en su gran nariz,  
De esas que marcan, que crean escuela,  
Aunque bien mirado, quizá son secuela,  
Que todo depende de un sutil matiz.**

**Me vino a la mente, no sé la razón,  
La imagen del loro que se constipó,  
Y que, en una de estas, cuando estornudó,  
Se clavó su pico en el corazón.**

**Por buscar belleza, me fijé en sus ojos,  
Y observé enseguida que estaban cruzados,  
Como divergentes o desenfocados,  
Lo que vulgarmente se llaman bisojos.**

**Y pensé al instante en la gran ventaja,  
Que puedes sacarle a esta variante,  
Cuando con un ojo miras a Alicante,  
Con el otro ojo miras a Gibaja.**

**Y yo que estoy hecho a la antigua usanza,  
Y que a veces pienso como un caballero,  
Aunque era muy fea, de aspecto muy fiero,  
Le invité a un café sin ninguna chanza.**

**Ella sonriente, lo aceptó gustosa,  
Y toda la tarde pasamos charlando,  
Y mientras hablaba yo la fui observando,  
Y al cabo de un rato, ya cambió la cosa.**

**Ya no me acordaba que ella no era guapa,  
Pues era agradable, de bella sonrisa,  
Con una voz suave, hablaba sin prisa,  
Y se fue quitando, del alma sus capas.**

**Dejó al descubierto su corazón limpio,  
Me contó su vida de gran sufrimiento,  
Me agradeció mucho aquellos momentos,  
De su aspecto horrible, no quedó ni ripio.**

**Tras aquella tarde descubrí contento,  
Toda la belleza de aquella mujer.  
Y lo interesante que es el saber ver,  
Todo el contenido que uno lleva dentro.**

**Porque muchas veces, muy frecuentemente  
Apenas pasamos de las apariencias,  
Perdiéndonos siempre, por las reticencias,  
La belleza interna que tiene la gente.**

**Abril de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## **REFLEXION (Amor primero)**

**El amor a la madre, inicialmente,  
Lo comienzas a sentir allá en su seno,  
Al latido de su corazón sereno,  
Y quizá con las caricias de su vientre.**

**Y después del trauma de venir al mundo,  
Lo primero que percibes es su abrazo  
El calor de madre que genera un lazo,  
Irrompible, duradero y tan profundo,**

**Que trasciende incluso hasta la muerte,  
Pues, por mas larga que sea mi vida,  
Jamás podré devolver, madre querida,  
El amor que recibí, amor tan fuerte,**

**Que incluso faltando de mi lado,  
Todavía muchas veces te percibo,  
Alentando, protegiendo y es tan vivo,  
Que al sentirlo me siento perturbado.**

**¿Mereceré madre yo tanto cariño?  
Y si de verdad hay ángel de la guarda,  
¿No usurparás tú su puesto, madre amada,  
Para cuidarme como cuando era un niño?**

**No quiero olvidar, llegado a este punto,  
El amor que tuve a mi padre querido,  
Quizás un amor mas controvertido,  
Por discrepar muchas veces sobre asuntos,**

**Que después de tanto tiempo transcurrido,  
Al ser padre, entiendo claramente:  
Los hijos la autoridad la ven enfrente,**

**Y se enfrentan a todo lo que no han vivido.**

**Y ahora que no estás, !Cuanto te añoro!  
Pero, sobre todo, padre te agradezco,  
Que me criaras como un hombre recto,  
Me dieras integridad. ! Que gran tesoro ¡**

**Este amor al padre y a la madre,  
Dos partes de un conjunto considero,  
Para mí son además amor primero,  
Y sin dudarlo, el mas importante.**

**Enero de 2015**

**Jose Cruz Sainz**



## COINCIDENCIAS

A mi amigo Eliseo (TERRAKOTA)

**Hace muchos años que vivo en mi barrio,  
Es un barrio obrero, de gente con casta.  
No es un barrio grande, no hay gente de pasta,**

**Todos se conocen, es extraordinario.**

**Yo, desde hace poco, poemas escribo,  
Encontré este foro por casualidad,  
Y en él he tenido la oportunidad,  
De compartir versos, de sentirme vivo.**

**Lees los poemas, haces comentarios,  
Y, a través de ellos, puedes conocer,  
A gentes diversas, de muchos países,  
Con vidas distintas, distinto ideario.**

**Con unas coincides, con otras no tanto,  
Pero yo procuro leer siempre a todos,  
Que aunque muy distintas las formas, los modos,  
Todos los poemas contienen su encanto.**

**Y héte aquí que un día, leyendo un poema,  
Te ves reflejado, total sintonía.  
Escribe poemas con gran maestría  
A veces graciosos, otras de otros temas**

**Si reivindicante hace su poema,  
Maneja perfecto su lengua pelona,  
que cuando lo lees, tu alma se asoma  
A grandes verdades que alumbran sus temas.**

**Si de amor escribe, te hace transportarte,  
Te ves reflejado, sientes la pasión,  
Porque los escribe con el corazón,  
Y los sentimientos como su estandarte.**

**Después su perfil me leí al detalle,  
Y vi que era un hombre de edad parecida,  
También jubilado, que vive la vida,  
Y lo mas curioso que era de mi calle.**

**Y aunque ya no viva en el mismo barrio,  
Que por circunstancias, se marchó a otros lares,  
Lo siento cercano, aunque esté distante,  
Que nos han unido nuestros comentarios.**

**Se llama Eliseo, también Terrakota,  
Yo lo leo siempre, es mi camarada,  
Y con él me rió de sus humoradas,  
Que en algunas cosas es mas bien pasota.**

**No puedo por menos de maravillarme,  
De lo que es la vida, de las coincidencias,  
Se comparte barrio y quizá vivencias,  
Vivíamos cerca y sin enterarme.**

**Después con el tiempo, por una afición,  
A través de un foro, leo poesías,  
Me gusta un poema, su idea es la mía,  
Y al ver quien lo escribe, tengo la ocasión,**

**De hacer un amigo, que es todo un poeta,  
Y que lo he tenido casi aquí, en mi puerta.**

**Abril de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## LA CAMA CALIENTE

Pobre de aquel que se case  
Por tener cama caliente,  
Pues suele ser muy frecuente,  
Que el matrimonio fracase.

Todo comenzará bien,  
Todo irá a favor de viento,  
Pero después con el tiempo  
Se le acabará la miel.

Donde no hay amor no hay ascua,  
Y el furor pronto se acaba,  
Que si no es cosa arraigada,  
El tiempo te hace la pascua.

Comenzarán las jaquecas,  
Las repentinas fatigas,  
O se irá con las amigas  
De juerga a la discoteca.

Y después, frío en los pies  
Y el trasero congelado,  
Que se vuelve al otro lado,  
Y te pilla del revés.

Mas te vale que lo pienses,  
Si no estás enamorado,  
Pues saldrás muy malparado  
Por mucho que tú lo intentes.

Si quieres cama caliente,  
Tira de la manta eléctrica,  
No te creas que es dialéctica

**Que la cosa es bien patente.**

**Abril de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## **LOA A LA SUEGRA**

**A menudo se dice de las suegras,  
Que se meten entre los matrimonios,  
Que tienen un humor de mil demonios  
O que tienen la lengua de culebra.**

**Yo ese tópico nunca he comprendido,  
Me parecen mujeres estupendas,  
Son razonables, no les duelen prendas,  
Para ensalzar a su hija y su marido.**

**Suelen ser excelentes cocineras,  
Cuando invitan al yerno lo atiborran,**

**Si se discute, es fácil que socorran  
A su yerno de buenas a primeras.**

**A las hijas siempre les aconsejan  
Como deben tratar a los maridos.  
Por eso, nunca he visto merecido,  
El sambenito con que las aparejan.**

**Pero yo me llevé una decepción,  
De las suegras que había en el mercado,  
Sin dudarlo, a mí me había tocado,  
La única suegra que marca la excepción.**

**Abril de 2015**

**Jose Cruz sainz**

## TRAGEDIA

Es un poblado mísero, sin nada,  
Suburbio muy alejado de la urbe,  
Que no quiere el urbanita que le turben  
Las chabolas de adobe y tejavana.

No hay electricidad ni agua corriente,  
Solo algunas gallinas y unas cabras,  
Solo piedras, la tierra no se labra  
Aquí se vive muy míseramente.

Los niños para acudir a la escuela,  
Recorren a diario gran distancia.  
No llegan hasta aquí las ambulancias,  
Por esa causa se murió la abuela.

Ahora es madrugada, el pueblo duerme.  
Todo está en paz, no se oye ningún ruido,  
Y el espíritu, siempre dolorido,  
Se concede una tregua, está inerme.

Pero un leve temblor rompe su sueño,  
Y después, unas fuertes sacudidas.  
Asombro, miedo, espanto sin medida.  
Grita la mujer, llora el pequeño.

Dura poco, apenas son segundos.  
De repente, una calma traicionera  
Se apodera nuevamente del poblado.  
Bien parece que se ha parado el mundo.

Y luego, con la luz de la alborada,  
Amanece un desolador paisaje,  
Escenario de tragedia, sin ambages.

**Del mísero poblado, ya no hay nada.**

**Tan solo queda escombros, gritos, llantos,  
Cuerpos tendidos, muertos, mutilados.  
Todo es dolor, niños horrorizados,  
Impotencia, maldiciones y quebranto.**

**Siempre fueron los parias marginados.  
Lo poco que tenían, lo han perdido.  
No esperan nada, tan solo el olvido.  
Ya los saben, están desamparados.**

**Al otro día, a una gran distancia,  
Un hombre, sentado en su sillón de cuero,  
Con su copa en la mano y un veguero,  
Disfruta de su chalet, todo elegancia.**

**El televisor narra el terremoto,  
Las imágenes son de gran crudeza,  
Y a su lado, su mujer, de gran belleza,  
Le dice: "Quita eso. ¡ Vaya fotos !"**

**"Es que no tienen ni gota de cuidado"  
Y, con ese cambio de sintonía,  
Se olvidan para siempre de ese día,  
En que murieron esos marginados.**

**Esta sociedad se volvió egoísta.  
Vivimos en burbujas, no pensamos  
En los que sufren, somos inhumanos.  
La vida nos volvió materialistas.**

**Bendito aquel que todavía conserva,  
Con todos los que sufren, la empatía.  
Que saben que cambiar de sintonía,  
Ni derrite los problemas, ni los merma.**

**Y bendita la gente voluntaria,  
Que con su solidaridad valiente,  
Trabajan para ayudar a aquella gente,  
Que han sufrido situaciones tan precarias.**

**Abril de 2015**

**Jose Cruz Sainz**



## **A MIS NIETAS**

**Y luego, la misma vida  
Te va poniendo las trabas  
A cosas que disfrutabas:  
La comida, la bebida.  
Luego te son prohibidas,  
Parece que esto se acaba**

**Llegan las limitaciones,  
Aparecen los achaques,  
Y todos los almanaques,  
Te provocan maldiciones,  
Te dan malas vibraciones.  
Y te atacan los ataques.**

**Nos vamos haciendo viejos,  
No disfrutamos como antes,  
Ya no somos los amantes  
Que éramos, ni de lejos.  
Nos invaden los complejos,  
Los signos son alarmantes.**

**Y un buen día, una llamada  
de tu hijo o tu consuegra  
Te informa que ha sido hembra,  
Que ha sido de madrugada,  
Y tu mujer alterada,  
Con lágrimas lo celebra.**

**Y corres al hospital,  
A ver a la neonata,  
Que parece una patata,  
De lo arrugada que está,  
Y parece una oriental,**

**Aunque también es muy chata.**

**La habitación se ha llenado,  
Todo son besos y abrazos,  
Y también algún codazo,  
Cuando su padre cansado,  
O por la madre obligado,  
Pone a la niña en tus brazos.**

**No sabes como cogerla,  
Parece que se te escurre,  
Y una lágrima discurre,  
Por tu mejilla cual perla.  
Todos se acercan a verla,  
Hasta que el padre se aburre.**

**Y tú, recuerdas el día,  
De tu hijo el nacimiento,  
También estabas contento,  
Y llorabas de alegría.  
También hubo algarabía  
Por el acontecimiento.**

**Y al cabo de algunos meses,  
En sus gestos reflejado,  
Te sientes alborozado,  
Lo repites muchas veces,  
Y a menudo te parece,  
Que la niña te ha nombrado.**

**Y después la traen a casa  
Y tú practicas de abuelo.  
Y te tumbas en el suelo,  
Y la tarde se te pasa,  
Y las rodillas te abrasan,  
Y te quedas sin resuello.**

**Todas las penas se van  
Cuando te traen a tu nieta,  
Y aunque sea muy inquieta,  
A ti eso te da igual,  
Porque te sientes genial  
Aunque tenga una rabieta.**

**Y tú sales con tu niña  
Cogidito de su mano,  
Y te sientes mas humano,  
Y no dejas que la riñan,  
Y juegas al pilla-pilla  
Y te notas siempre sano.**

**Bendita sea esta cría  
Que nos curó las heridas,  
Que como si fuera Midas,  
Nos contagió la alegría.  
Que ya no sé que sería  
De mi vida ... sin su vida.**

**Mayo de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## EL PEDO

Antes de leer este poema, fijaros en el título.

Es lo suficientemente explícito como para intuir de qué va.

De antemano, mis disculpas si su lectura pudiera herir sensibilidades u ofender a alguien.

Es solo humor sobre un tema que muchos pudieran considerar tabú, pero que personalmente no lo entiendo así.

Estaba en un restaurante  
De esos de mucho postín  
Que cuestan un potosí  
Porque son muy elegantes.

Después de haber disfrutado,  
De una cena succulenta,  
Yo le dije a la parienta  
Que me iba al excusado.

Y allí me estaba aliviando  
Con gran placer y sosiego,  
Cuando se me escapó un pedo  
De esos que salen sonando.

Menos mal que aquel señor,  
De aparente buena cuna,  
Sin extrañeza ninguna  
Y mirando alrededor,

Me dijo: "Salud, señor,  
Que en esta cuestión de vientos,  
No existen remordimientos,  
Aguantarlos, es peor"

Luego después, en mi casa,

**Me acordé del ascensor,  
Aquel día de labor,  
Que me fuí a pagar las tasas,**

**Y se montó una muchacha  
Que subía hasta el noveno,  
Que con aspecto sereno,  
Pero, también vivaracha,**

**Entabló conversación  
Con los que estábamos dentro,  
Y se colocó en el centro,  
Generando expectación.**

**Y antes de ir por el segundo,  
Todo el mundo se miraba,  
A la vez que respiraba,  
Cada vez menos profundo.**

**Y es que el aire se tornó,  
Al momento irrespirable,  
Que el tufillo era notable  
Y por momentos, creció.**

**Y aquella guapa muchacha,  
Como que nada pasaba,  
Aunque un tanto sonrojada,  
Continuó su dicharacha.**

**Y fue llegar al segundo,  
Y el ascensor vaciarse,  
Pues había que librarse,  
De aquel olor nauseabundo**

**La muchacha se quedó,  
Con lo cual quedó patente,**

**Que aquel olor repelente,  
Ella misma lo expelió.**

**Y es que en esto de los pedos,  
También existen las clases  
Algunos parecen gases  
Y otros suenan a torpedos.**

**Hay que tener mas cuidado,  
Con esos vientos traidores,  
Porque son devastadores,  
Si te pillan encerrado.**

**Yo soy mas de ir por derecho,  
De ese viento que yo escucho,  
Que aunque el ruido sea mucho,  
Te deja menos maltrecho.**

**Aunque yo los considero,  
Como una necesidad,  
Si echas tu ventosidad,  
Piensa en tus compañeros.**

**Sea cual sea el estilo,  
Procura la intimidad,  
Solo por salubridad,  
No hace falta ni decirlo.**

**Mayo de 2015  
Jose Cruz Sainz**

## **AMOR TRAICIONADO**

**Amanece en esta orilla,  
Testigo de mis amores,  
Donde la vida es sencilla  
Poblada por pescadores.**

**Visten colores las flores,  
Abundan las abubillas  
Y los canarios cantores,  
Con sus plumas amarillas,**

**Compiten en bellos trinos,  
Con el jilguero y la alondra.  
Gorgean los estorninos,  
De calores a la sombra,**

**Y también los ruiseñores,  
Se suman a este concierto.  
Y aportan los pescadores,  
Al salir a mar abierto,**

**Con sus alegres canciones,  
Color a esta bella estampa,  
Cuando en sus embarcaciones,  
Van preparando las trampas.**

**Pero toda esta belleza,  
Me resulta sofocante,  
Pues me invade la tristeza  
Porque ya no es como antes.**

**Ya no vas ensimismada  
Paseando por la orilla,  
Con tu falda arremangada,**

**Y el agua hasta las rodillas.**

**Ya no vienes y me besas  
Cuando yo salgo a tu encuentro.  
Ya no susurras promesas  
De nuestro amor avariento.**

**Y ahora, aunque mire, no veo,  
Aunque oiga, ya no escucho.  
Y, a veces, me dan mareos,  
Y, aunque con fuerza yo lucho**

**Por escapar de este trance,  
Me siento desfallecido  
Desde que nuestro romance,  
Lo diste por concluído.**

**Todavía no me explico,  
Que es lo que pudo pasar.  
Quizá porque fuera rico,  
Aquel que te dijo amar.**

**Aquel que en un barco vino,  
Procedente de ultramar.  
Que apareció guapo y fino  
Y te dejaste engañar.**

**Con sus cantos de sirena,  
Tu resistencia venció,  
Y, aquella tarde, en la arena,  
Se consumó tu traición.**

**Y después, avergonzada,  
Consumida por la angustia  
De saberte desflorada,  
Te secaste cual flor mustia.**



Y luego a tí te contaron,  
Que el rico estaba casado,  
Y , al momento te asaltaron,  
Los recuerdos del pasado,

Los abrazos y los besos  
Que nos dimos en la arena,  
Jurándonos, cual posesos,  
La felicidad eterna.

Y desde entonces, hundida,  
Rechazada por la gente,  
Vas consumiendo tu vida,  
De una forma intrascendente

No soy quien para juzgarte,  
En amor, no hay dignidad,  
Porque para mi, el amarte  
Es una necesidad.

Marzo de 2015  
Jose Cruz sainz

## DESESPERADO

Hoy, paseando por una avenida,  
Un poco cansado de tanto vagar,  
Sentí un calambrazo, una sacudida,  
Y mi alma entera se puso a temblar.

La luz de la tarde se hizo mas intensa,  
Toda la calle pareció brillar,  
Y un recuerdo, con una fuerza inmensa,  
Me asaltó al ver la puerta de aquel bar.

Fue por la mañana, hace mucho tiempo,  
Era el primer beso, era al comenzar.  
Atravesé la puerta, ya estoy dentro,

Entre la gente me pongo a buscar,  
Aquellos ojos de mirada intensa,  
Que ya, por desgracia, no podré mirar.

Mayo de 2015

Jose Cruz Sainz

## **NO HIJO MIO, NO**

**¿Cómo dices? ¿El sábado completo?**

**Yo creo que no vamos a poder**

**¿Cómo? ¿Que a ver que tenemos que hacer?**

**Queremos descansar porque los nietos,**

**Desde al lunes al viernes nos agotan.**

**Ir a llevarles al colegio cansa,**

**Que no son de naturaleza mansa**

**Y tú ya sabes lo mucho que trotan.**

**Que ya, ni tu madre ni yo podemos**

**Correr tras ellos si se marchan lejos,**

**Pues ya sabes que estamos muy viejos**

**Y si corren, no los alcanzaremos.**

**Después de recogerles a la tarde,**

**El intentar que se coman la merienda**

**Es toda una odisea y que te atiendan,**

**Aunque hagas de paciencia gran alarde,**

**Resulta un imposible, una aventura,**

**Que, como no quereís que les traumemos,**

**Que los métodos antiguos no son buenos,**

**Y si les chillan les sale calentura,**

**Los niños no nos hacen ningún caso.**

**Y en el parque, no hay quien les diga nada,**

**Que se tiran al suelo o dan patadas**

**Y razonarles siempre es un fracaso.**

**¿Como que no les quiero? Les adoro.**

**Pero este fin de semana descansamos,**

**Para que el próximo lunes podamos,**

**Atenderlos con un cierto decoro.**

**¿Que te hago una faena? Ya lo siento  
Pero son muchos años trabajando  
Y ahora, ya jubilado, estoy tratando  
De recuperar un poco el aliento.**

**No lo digas, ya sé que luego en el verano,  
Nos mandáis unos días a Galicia,  
Pero es que me parece una inmundicia  
Que nos compréis así, no es muy humano.**

**Así que les dices a tus amigos  
Que es sábado no vas a esa comida,  
Que como siempre fue ley de vida,  
Dedicas el sábado y domingo**

**A disfrutar y a atender a tus hijos  
Y así, todos los fines de semana,  
Para que éstos el día de mañana,  
No hagan contigo lo que tú haces conmigo.**

**Mayo de 2015**

**Jose Cruz sainz**

## EN CUADERNA VIA (Reeditado)

Aquellas aguas claras, sonoras, cantarinas,  
con mensajes del cielo, bajan de las colinas,  
y dicen a mi alma que tu amor no termina,  
que me sigues queriendo convertida en Ondina.

.....  
Si mi aliento sirviera para resucitarte,  
yo sin él me quedara por volver a adorarte.  
y aún después de muerto, volvería a amarte  
y la muerte daría por volver a besarte.

.....  
Hoy te miro a los ojos mi bella enamorada,  
y te contemplo triste, sin brillo en la mirada.  
Y solloza por dentro mi alma desesperada,  
al sentirse culpable, aún sin hacerte nada.

.....  
Por intentar quererte con amor tan intenso,  
con el resto del alma te compuse estos versos.  
Ahora vivo vagando, perdido en mi universo,  
ahogado entre las aguas de este amor tan inmenso.

.....  
Mirándote una tarde, quedéme yo prendado  
De ese negro profundo de tus ojos rasgados.  
Quisiera, si muriese, morirme yo a tu lado,  
Mirando esos tizones, por su fuego abrasado.

.....  
Enredada en tu pelo quedóse mi mirada,  
Y con ella un retazo de mi alma enamorada.  
Después te fuiste lejos dejando destrozada  
Mi vida que, por siempre, vaga desamparada.

.....  
Quisiera por la tarde disfrutar de la brisa,  
Mirándome en tus ojos con deleite, sin prisa,  
Contemplando extasiado la paz de tu sonrisa

Y sellarla con besos de sabor a melisa.

.....

Por besar en tus labios ardió mi corazón,  
Quien pensara aquel día, del hoy, mi desazón,  
Vagando por mi vida como un triste bufón  
Llorando, por no verte, mi triste frustración.

.....

Se pararon las horas al contemplar tus ojos,  
Y hasta los mismos cielos, postrándose de hinojos,  
Cesaron la tormenta, calmaron sus enojos,  
Y te cantaron juntos mirlos y petirrojos.

## **SI QUIERO**

**Tú dijiste "Si quiero" sin dudarlo un momento.  
Conocías a fondo, por tí, mis sentimientos.  
Después lo repetiste, no solo una vez, cientos,  
Con tu intensa mirada que deja sin aliento.**

**Fuimos forjando juntos, nuestra vida futura,  
Usando como base el amor y la cordura.  
Si repetidas veces, se mostró mas bien dura,  
Ya hace cuarenta años de común andadura.**

**Y llegaron los hijos, trajeron la alegría,  
Alejando por siempre toda monotonía.  
Y mas tarde los nietos con su algarabía,  
Y vivió la familia en feliz armonía.**

**Y ahora que los hijos ya volaron del nido,  
Recuperamos juntos, ese tiempo perdido,  
De silencios cómplices, de caricias sin ruido.  
Y las tardes en calma, se olvidan del olvido.**

**Y ahora, ya en declive, nuestros cuerpos cansados,  
Se nutren del cariño, del amor mas pausado,  
Recuperan ausencias, proyectan el pasado  
De todos estos años, disfrutan lo forjado.**

**Y yo digo "Si quiero" continuar a tu lado,  
A pesar de disgustos, sorteando el enfado,  
Que nunca fue de rosas el camino trazado,  
Así, juntos, unidos, en tu fuerza apoyado.**

**Y yo digo "Si quiero", a tu achaque, a tu arruga,  
Que, aunque ya no tan joven, tú sigues siendo dura,  
Soportando el envite, con tu fuerte armadura,**

**Con esa fortaleza que te da la cordura.**

**Y yo digo "Si quiero", a tus limitaciones,  
A olvidos, a lagunas, a tus inconcreciones,  
Que todo, con paciencia, sin recriminaciones,  
Se vuelve mas liviano, te da otras sensaciones**

**Y yo digo "Si quiero", a nuestras ansiedades,  
A tu miedo, a tu anhelo, a tus medias verdades,  
A tu vieja sonrisa, a tus necesidades,  
A tus sabios consejos, a nuestras realidades.**

**Para mí no es posible, vivir de tí alejado,  
Y mientras tenga fuerzas para estar a tu lado,  
Seré como ese musgo, aferrado al tejado,  
Adosado a tu alma como un desesperado.**

**Solo pido al destino, que me llame primero,  
Y, allí donde me lleve, servirte de asidero,  
De ayuda, de consuelo, de puerto o varadero,  
Donde seguir sintiendo, mi amor, mi desconsuelo.**

**Mayo de 2015**

**Jose Cruz sainz**



## LA CULEBRA

Caminando un buen día  
Por la senda de siempre,  
A mi amigo Eliseo,  
Le mordió una serpiente.

Era muy venenosa,  
Pues nació en mala cuna,  
Y por eso, a mi amigo,  
Sin vergüenza ninguna,

Le inyectó su veneno,  
A traición, por la espalda,  
Como suelen hacerlo  
Todos los que se arrastran.

Y mi amigo Eliseo,  
Que no suele quejarse,  
Del camino de siempre,  
Hoy decide apartarse.

Hay pena en el camino,  
Porque un buen caminante,  
Uno de los mejores,  
Sin un ruido, elegante,

Ya no nos acompaña,  
Ya no va por delante,  
Pues como un caballero,  
Nos dejó su talante.

Y nos deja aquí expuestos,  
A sus acompañantes,  
Al frío, a la intemperie,

**A bichos acechantes.**

**Mayo de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## **AÑORANZA**

**Añoro tu sonrisa singular y serena,  
Y solo de añorarla mi amor muere de pena.  
Añoro tus cabellos con su aroma a verbena,  
Tu cara nacarada, blanca cual azucena.**

**Añoro, por las noches, tus sensuales caricias,  
Disfrutadas sin prisa, pero con avaricia,  
Y yo añoro tus besos, que en mí fueran primicia,  
Y luego, con el tiempo, llenamos de pericia.**

**Tú que a mi me saciaste, cuando de amor, la hambruna,  
Sufría sin atisbo de esperanza alguna  
De encontrar alimento a mi espíritu en bruma,  
Ahora me abandonas sin caridad ninguna.**

**Y me dejas perdido, buscando mi destino,  
Sin faro, sin estrella que alumbre mi camino,  
Privado de tus ojos, del brillo diamantino  
Que marcaba mis pasos con su fulgor divino.**

**Y así, desamparado, viajando entre las sombras,  
Perdido en este infierno porque ya no me nombras,  
Te busco en el silencio, que dicen las alondras,  
Que te vieron volando montada en tu zozobra.**

**Vuelve a mi, amada mía, que sin ti nada soy,  
Que el ayer y el mañana me parecen un hoy,  
Que arrastrando mi alma por avernos estoy,  
Que la rabia y la pena componen mi convoy.**

**Yo que siempre te he amado de forma desmedida,  
Que, desde que te fuiste, ya no sé si mi vida  
La sostiene el recuerdo o, por siempre perdida,**

**Vaga entre las penumbras de almas incomprendidas,**

**Te pido que regreses, que alumbres nuevamente,  
A este horrible giñapo, hundido en su inconsciente,  
Que se atreve a rogarte, de forma impertinente,  
Que vuelvas a quemarme con tu pasión candente.**

**Mayo de 2015**

**Jose Cruz Sainz**

## DESPEDIDA

**Estimados amigos, sintiéndolo en el alma, hoy debo despedirme de vosotros.  
Otras actividades, me mantendrán alejado de este foro durante, al menos un año.  
Mi agradecimiento a todos vosotros por vuestra acogida, lectura y comentarios.  
Un amigo para siempre.**

**Jose Cruz Sainz (Donrevis)**

## **El refugiado**

**Vuelven a caer bombas en mi barrio.  
Son muchos los muertos que llevamos ya.  
Los unos las tiran para defendernos,  
Los otros disparan en nombre de Alá.**

**La muerte de gente nada les importa,  
Unos y los otros, matan por igual,  
Y del bello barrio en el que vivimos,  
De aquella belleza nada queda ya.**

**Todo son escombros, cascotes y ruinas,  
No tenemos agua, no tenemos pan.  
Vivimos pendientes de los alimentos  
Que todos los lunes, en la plaza dan.**

**Mis hijos pequeños, Fatima y Hamed  
Están demacrados, ! Que lástima dan !  
El mayor, anoche, buscando comida,  
Encontró muerte. Ya descansa en paz.**

**Me ha dicho mi suegro que conoce a un hombre,  
Que puede ayudarnos a escapar de aquí.  
Pero cobra mucho, todos mis ahorros,  
Vendiendo la casa podremos salir.**

**Primero, en camiones, nos llevan a un puerto,  
Después, en un barco, nos llevan a Grecia,  
Pero son ya muchos, vecinos y amigos,  
Que han sucumbido en tal peripecia.**

**Y los que llegaron, nos tienen contado  
Que, en un campamento repleto de barro,  
Pasan hambre y frío, tienen poca ayuda**

**Y, en los barracones viven hacinados.**

**También por la tele vemos las escenas  
De nuestros paisanos que llegan por tierra,  
Todos son problemas: concertinas, vallas,  
Y una policía siempre en pie de guerra.**

**Qué mal hemos hecho para estar así?  
Si tan sólo huimos de esta sucia guerra,  
De unos gobernantes que no nos gobiernan,  
Que tan sólo buscan su propia riqueza.**

**Y son las naciones que les venden armas,  
Que con ellos hacen sus turbios negocios,  
Los que, en la tragedia, miran a otro lado,  
No sea que molesten a sus nuevos socios**

**Y luego, se montan eternas reuniones,  
Se ponen de acuerdo para otros asuntos,  
Pero nunca llegan a resoluciones  
Y aplazan de nuevo, mientras cenan juntos,**

**Para otra semana o hasta el mes que viene,  
Hablar de este tema de los refugiados,  
Repartirse cuotas, a cambio de ayudas,  
Mientras alzan vallas para controlarlos.**

**Y mientras la gente, sufriendo, muriendo,  
Que contra la urgencia nunca fueron buenas,  
Ni las parsimonia, ni las concertinas,  
Ni bellas promesas pactadas en cenas.**

**Y, ahora que no quedan ni casa ni gente,  
Se están planteando el tomar medidas,  
Contra el que gobierna este sinsentido,  
El que a sus espaldas lleva tantas vidas.**

Llevamos ya meses saliendo en la tele,  
Tocando conciencias, arrancando lágrimas,  
Nosotros seguimos sufriendo las bombas,  
Anoche, por cierto, mataron a Fatima

Estaba durmiendo y quizá soñaba,  
Estar en Europa, lejos de la guerra,  
Acaso jugaba con nuevos amigos  
De raza distinta, con otras creencias.

Yo, desesperado, ya no sé que hacer.  
Si aquí nos quedamos, morimos, seguro.  
Y si nos marchamos, con destino a Europa,  
Nos esperan vallas, policías, muros.

Y, en mi desespero, preso de locura  
A veces yo pienso, perdoneme Alá,  
Junto con mi hijo, quitarme la vida  
Y este sufrimiento poder acabar.

Pero por más grande que sea la herida,  
Sólo la esperanza la puede curar,  
Por eso, apoyándome en mis convicciones  
Ya lo he decidido, lo voy a intentar.

Mañana partimos con rumbo hacia Europa,  
Pongo nuestra vidas en manos de Alá,  
Ese Alá que algunos, sin remordimientos,  
Utilizan siempre para guerrear.

Noviembre de 2015

Jose Cruz Sainz Alvarez



## INSOLIDARIDAD

Como pétreas gárgolas inertes,  
El corazón más duro que el diamante,  
Asistimos impávidos, distantes,  
Al triunfo repetido de la muerte.

La conciencia llena de telarañas,  
Principios y bases morales rotas,  
Que nos preocupan más nuestras mascotas,  
Que los niños que mueren en las playas.

Defendemos derechos sin medida,  
Olvidándonos, muy frecuentemente,  
Que no hay mayor derecho que la vida.

Qué innecesarias todas esas muertes  
Escapando de la guerra, a la deriva,  
De condenados por nacer sin suerte.

Noviembre de 2015  
Jose Cruz Sainz Alvarez

## **ABRAZAME MUERTE**

**Abrázame Muerte y llévame al alba,  
Mi cuerpo cansado no resiste más,  
Tú sabes, de siempre, que estoy preparada,  
Tan sólo me queda descansar en paz.**

**Durante mi vida yo mucho he rezado,  
A Cristo he tomado en forma de pan,  
Estoy deseando marchar a su lado,  
No seas remisa y vámonos ya.**

**Abrázame Muerte que ya estoy tranquila,  
Los malos momentos han pasado ya,  
Que, al hacer balance de toda mi vida,  
Me da superávit en felicidad.**

**Tuve un buen esposo y con él tres hijos  
Que crecieron sanos, casados están,  
Tengo siete nietos y once biznietos,  
Con ese legado ya no pido más.**

**Abrázame Muerte que hoy estoy contenta,  
Que de hijos y nietos ya me despedí,  
Que en estos vaivenes de consciencia incierta,  
Aunque no veía, caricias sentí.**

**Cuando tuve fuerzas para abrir los ojos,  
En esos momentos de mi lucidez,  
Me ví rodeada de todos los míos,  
Me ví confortada por su calidez.**

**Abrázame Muerte ¿No ves como sufren  
Y yo lo que siento no puedo decir?  
Los veo llorando y sufro por ellos,**

**Más yo, por mi parte, me siento feliz.**

**Siento su cariño, lo siento muy dentro,  
Durante estos días, él me ha hecho vivir,  
Pero es mucho tiempo, demasiado tiempo,  
Yo creo que es hora de poder partir.**

**Abrázame Muerte, abrázame fuerte,  
Detén mis latidos .... que me quiero ir.**

**Noviembre de 2015**

**Jose Cruz Sainz Alvarez**

## **ELUCUBRACIONES**

**A puerta gayola ante el nuevo año,  
Con la cabeza aún llena de vapores,  
Haciendo una valoración de daños  
De la Navidad y sus falsos amores,  
Con el año pasado por montera  
Y el capote para lo que surgiera,**

**Mi mente está como un volcán dormido,  
Confuso magma de ideas incipientes,  
De palabras por pronunciar, de ruidos,  
De recuerdos lejanos y recientes  
Todos pugnando por ser los actores  
De mis versos, de este año en sus albores.**

**Y, una vez más, en eterna rencilla,  
Lucharán la soberbia y la humildad,  
La humildad por hacer rimas sencillas  
Que precisen con crudeza la verdad,  
La soberbia por versos cegadores  
Buscando la lisonja en los lectores.**

**Y de nuevo, con fuerza persistente,  
Vuelve a surgir el niño de la playa  
Como una pesadilla recurrente,  
Arañando de nuevo mis entrañas,  
Y, con él, gente huyendo de la guerra,  
Sin hallar techo, lejos de su tierra.**

**Después suena una vieja melodía,  
Trae recuerdos de abrazos, de turgencias,  
Cuando en mis brazos te decías mía,  
De besos practicados con urgencia,  
De momentos clandestinos y de sombras**

**Que se iluminan si otra vez me nombras.**

**Y, al momento, mis musas, divertidas,  
Me sumen en la nada, en la laguna,  
Celosas de aquellas horas vividas,  
Sin atisbo de caridad alguna,  
Enterrando mis recuerdos más divinos  
En el triste baúl de los olvidos.**

**Y, no contentas con el trago amargo,  
Me castigan con crueldad notoria,  
Y, al volver mi memoria del letargo,  
Me van pasando, como en una noria,  
Escenas de hombres que maltratan,  
Que acosan, que vejan y que matan,**

**A la que un día ofrecieron su cariño.  
Bestia inmunda, animal sin conciencia,  
Que no respeta ni al madre de sus hijos,  
Premisa básica de supervivencia.  
Maldita lacra que a todos nos salpica,  
No solo al cobarde que la aplica.**

**Y, al momento, cambiándome el paisaje,  
Se me ofrece un mundo de tragedia.  
Es la Tierra que responde sin ambages,  
Castigando por la sutil comedia  
Del falso defensor del medio ambiente  
Y del maltratador de continentes.**

**Y escucho luego más viejas melodías,  
De voces muy bien acompasadas,  
De la cuadrilla que en gran armonía,  
Recordando vivencias ya pasadas  
Disfruta sanamente su amistad,  
La camaradería de verdad.**

**Y les deseo, aprovechando la ocasión,  
Que conserven el humor recuperado,  
Que, si hubo ofensa, la cambien por perdón,  
Que se llenen de valores sus "mercados",  
Y, para los que ahora pasan por apuros,  
Este nuevo año no les sea tan duro.**

**Para el loco-cuerdo que llevamos dentro,  
Que Dios nos mantenga esa locura,  
Que nuestros sueños no queden en intento  
Y sigamos dando la verdad más pura,  
Que la cordura sirva de balanza  
Y que siempre nos mueva la templanza.**

**Y, tras hacer balance de momentos,  
Unos soñados, algunos vividos,  
En orgía de emoción y sentimientos,  
Tan solo queda darles un sentido,  
Enfrentarse a una mágica ordalía  
Y zambullirnos en el día a día.**

**Y todas estas elucubraciones  
Que surgieron inopinadamente  
Hurgando en el magma de mis emociones  
Un día que no pensaba claramente,  
Han quedado negro sobre blanco  
Sin intención de hacerlo, por lo tanto,**

**Pensaré que, por una vez, mis musas  
Han otorgado su consentimiento  
A solicitar de esta forma tan ilusa,  
En Utopía dictada por mis sentimientos,  
Que este Nuevo Año nos dispense  
Lo que cada uno sinceramente piense.**

**2 de Enero de 2016**

**Jose Cruz Sainz Alvarez**

## DESCANSA CONCIENCIA

### DESCANSA CONCIENCIA

Descansa conciencia, reposa tranquila,  
Déjame disfrutar la dulce calma,  
Permite que cicatricen mis heridas,  
Profundos surcos que desangran mi alma  
Por batallar, llevado de tu mano,  
En combates perdidos de antemano.

Déjame descansar de esta zozobra  
Que cada día sufre mi intelecto,  
De inquietudes, de dudas y de sombras  
En este pelear por obrar recto,  
Por no ser insensible al sufrimiento,  
Por seguir reforzando mis cimientos.

Permíteme que goce mi descanso,  
Reviviendo mis más dulces recuerdos,  
Sumergiendo mi alma en un remanso  
Para sentirme nuevamente cuerdo,  
Que la locura ronda mis dominios  
Cuando veo sufrir a tantos niños.

Mas, no permitas, a pesar de todo,  
Que me convierta inmune a la tragedia,  
No dejes que me ensucien esos lodos  
De pereza, de desidia, de comedia,  
Dame tú la fuerza y la energía  
Para escucharte y obrar con valentía.

Te quiero cerca, te quiero de mi lado  
Como firme notario de mis actos.  
Y quiero, en decisiones de calado,  
Que pongas en el fiel el peso exacto,



Pero ahora déjame tranquilo  
Que mi cordura permanece en vilo.

Y mañana, después de este letargo,  
Vuelve a dirigir mis pensamientos,  
Para entonces este sabor amargo  
Que me produce tanto sufrimiento,  
Quizá se haya convertido en garantía  
Para afrontar de nuevo el día a día.

Y, si al volver me notas indeciso,  
Trabaja a fondo, remueve mis entrañas,  
Desde ahora te doy yo mi permiso  
Para barrer de mi alma telarañas.  
Que nada enturbie nuestras relaciones,  
Continúa orientando mis acciones.

Y, a cambio, yo te prometo pleitesía,  
Lealtad, fe en tí, confianza ciega,  
Acatar tu mandato cada día,  
Tenerte al lado en todas mis refriegas.  
Mas, si yo no te escucho, estate alerta,  
Quizá mi alma murió en plena reyerta.

7 de Enero de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## **LOS AMIGOS (TEMA SEMANAL-LA AMISTAD)**

### **LOS AMIGOS (REFLEXION)**

**Vas conociendo a lo largo de tu vida,  
Gente con la que te vas relacionando.  
Después del tiempo, a algunos olvidas,  
Pero hay un grupo mas seleccionado,**

**Con los que tienes más afinidad, contados,  
De esos que difícilmente olvidas,  
Y, poco a poco, así se va formando,  
Lo que yo denomino la Cuadrilla.**

**Un grupo con una coexión muy fuerte,  
Con uno lazos que refuerza el tiempo,  
Aunque cada uno sea diferente  
Que la amistad siempre a sido buen cemento.**

**La palabra amigo yo jamás la aplico  
A cualquier persona, ni de forma vana  
Porque yo lo siento como algo muy mío,  
Algo que llevo muy dentro del alma.**

**Tú te darás cuenta que es buen amigo  
Si lo ves muy cerca al darte la vuelta,  
En esos momentos mas comprometidos,  
Y que no te falla, que siempre te alienta.**

**Es el que te pone la mano en el hombro,  
Y más que palabras dice su silencio  
Porque su contacto te cala muy hondo  
Y, así te transmite puro sentimiento.**

**Es con el que cuentas aunque esté muy lejos  
Y sabe que cuenta, lo mismo, contigo.**

**Cuando te hace falta, le pides consejo,  
Y, en las alegrías también es amigo.**

**Es el que te aguanta cuando le haces bromas,  
Y que, al conocerte después de los años,  
Si, un día te pasas, él te lo perdona,  
Aunque tú le ofendas, aunque le hagas daño.**

**Es el que te mira con mirada cómplice,  
Porque siempre sabe lo que estás pensando,  
Sin hablar siquiera, todo te lo dice,  
Y así, te reafirma que él está a tu lado.**

**Es el que te anima cuando tú estás triste,  
Que ríe contigo si te ve contento,  
Es ese que siempre tus vivencias vive,  
Que siempre empatiza con tus sentimientos.**

**Es como el hermano que nunca tuviste,  
Sois hijos de madre llamada AMISTAD,  
Esa buena madre que cuida a sus hijos,  
Que siempre les colma de felicidad.**

**Enero de 2015**

**Jose Cruz sainz Alvarez**

## **LA AMISTAD (TEMA SEMANAL)**

### **LA AMISTAD**

**A tu lado siempre, paciente contigo.  
Mitigando siempre tus posibles penas,  
Intentando siempre conectar contigo  
Sabedor que sientes lo mismo por él,  
Tolerante perdona todos tus excesos,  
Alegre está siempre si tú estás alegre,  
Demasiado lejos y siempre cercano.**

**ESE ES TU AMIGO.**

**Enero de 2016**

**Jose Cruz Sainz**

## NAVIDAD, NAVIDAD

### NAVIDAD, NAVIDAD

Y, como todos los años,  
Ya llegó la Navidad  
Y al son de los villancicos,  
Nos llenamos de bondad  
Y queremos en dos días  
Arreglar la sociedad  
Y, aunque sea en intenciones,  
Paliar la necesidad.

Con el turrón y el buen vino,  
Ante tan ricos manjares,  
Se reblandece tu alma  
Y piensas en otros lares  
Donde la mesa es escueta,  
Donde quizá sin ayuda,  
Sin la gente solidaria  
La cena sería muda.

Y te acuerdas de los pobres,  
Del enfermo y del parado,  
De los que no tienen techo  
Y hasta de los refugiados.  
Y te fundes en abrazos  
Con todo bicho viviente,  
Que estamos en Navidad  
Y te contagia el ambiente.

Y hasta al salir de tu casa  
Te encuentras con el vecino  
Y le dices "Buena Noche"  
Sin importarte un comino  
Que hace meses discutisteis

Y le negaste el saludo.  
Y lo zanjás con "Lo siento,  
Ya sé que fui un poco rudo"

Y aparte de ese buen rollo  
Y las buenas intenciones  
Sigues sin mover un dedo  
Por generar ilusiones,  
Por paliar el hambre al pobre,  
Por ayudar al parado,  
A aquel que no tiene techo  
Y olvidas al refugiado.

Pero durante las fiestas,  
Practicás el consumismo,  
Y te gasta en comida,  
En regalos y caprichos,  
Porque hay que estar a la altura,  
Una cantidad muy fuerte  
Sin pensar en todos esos  
Que tuvieron menos suerte.

En cosa de cuatro días  
Pasarás la Navidad,  
Se acabará el buen ambiente,  
Volverá la falsedad,  
Y, mirándote al espejo,  
Pensarás que has engordado,  
Te apuntarás al gimnasio  
Y .... Colorín Colorado.

Diciembre de 2015  
Jose Cruz Sainz Alvarez  
o

## ROMANCE DEL TROVADOR

ROMANCE DEL TROVADOR

No sé si fue a mediodía

O quizá de madrugada,

Pero los hechos siguientes

Ocurrieron en Granada,

Un día que un triste invierno

Nos regaló una nevada.

Era Crispín un zagal

Guapo, rubio y trovador,

Que con su voz musical

De barítono-tenor

Hace un canto angelical

Y es de un laúd tañedor.

Y con esta melodías

Conquistaba a las mujeres,

Solteras, viudas, casadas

Caían "intro" sus redes,

Dejándolas satisfechas,

Colmándolas de placeres.

Y resultó que aquel día

Huyendo de la nevada

Fue a parar a aquel palacio

Que Alí Pacha regentaba.

Y, amparándose en las sombras,

Sigiloso se adentraba,

Hasta zonas restringidas

Para un personal sucinto.

Quizá fue casualidad

O tal vez su fino instinto,  
Pero la oportunidad  
Lo llevó hasta aquel recinto.

Y asomando su cabeza  
Por una ojival ventana,  
Comprobó con extrañeza  
Que una muy bella sultana,  
Que destilaba realeza,  
Descansaba muy lozana

Acompañada muy bien  
Por un grupo de bellezas  
Que sumaban casi cien.  
Y, observó con sutileza  
Que, en un rincón del harén,  
Dormitaba su pereza

Un eunuco gigantesco  
Armado de cimitarra.  
Mientras en ambiente fresco,  
A sonos de una guitarra,  
Y, adornada de arabescos,  
Entonaba una chaparra.

Y, asomado de esta guisa,  
Hete la casualidad  
De que, con una sonrisa,  
Tuvo la oportunidad  
De conquistar a Barisa,  
A la sultana beldad.

Y fue mandado pasar  
A la alcoba de las bellas,  
Y allí fue puesto a secar  
Por unas cuantas doncellas,



**Para así recuperar  
Su hermosura para ellas.**

**Y cogieron al mancebo,  
Laváronle los cabellos  
Con sendas yemas de huevo,  
Y con gasas y con velos,  
Se lo secaron de nuevo  
Peinando luego sus pelos.**

**Disfrazáronle de hurí  
Con babuchas y bombacho,  
Y así les pudo servir  
Aquella mujer-muchacho  
Con su potencia viril  
Su necesidad de macho.**

**Y así Crispín retozó  
Con, al menos, diez muchachas,  
Mas, la suerte se tornó,  
Se acabó su buena racha,  
Pues una tarde acudió  
El buen sultán Alí Pacha,**

**Acuciado por la prisa  
Que marcaba su entrepierna,  
Buscó con una sonrisa,  
Alguna odalisca tierna  
Que le saciara sumisa  
Su lujuria sempiterna.**

**Y, hete aquí que se fijó  
En la rubia concubina  
Que, rara se le antojó,  
Pues sentada en una esquina,  
Al entrar él, se cubrió**

**Su rostro con gasa fina.**

**Y muy meloso y con coba,  
Solicitó su presencia  
Con presteza en sus alcobas  
Porque sufría la ausencia  
De alguna de aquellas lobas  
Que tenía en pertenencia.**

**Y Crispín, muy apurado,  
Se tuvo que presentar,  
Aunque no de muy buen grado,  
En la alcoba del sultán,  
Porque sería capado,  
Si le notaban galán.**

**Y, al ver que en aquella estancia,  
Alumbrada por mil velas,  
Podía verse a distancia,  
Que, aunque aparenta mozuela,  
Hay cierta protuberancia  
En su entrepierna y no cuela,**

**Le pide al regio sultán  
Que apague todo el sollado  
Pues con esto de las prisas  
No se ha hecho el depilado.  
Y el sultán dice entre risas  
Que eso siempre a él le ha gustado.**

**Y accede al apagamiento  
Aunque, al adivinar pelo,  
Le sube el calentamiento  
Y a punto de caramelo,  
Piensa en el ayuntamiento  
Y se traga aquel camelo.**

Y, con la luz apagada,  
Comienzan los escarceos,  
El sultán, mano alargada,  
Y Crispín, con un cabreo,  
Pues se la tiene jurada  
Este sultán de cameo.

Y acaricia sus orejas,  
Y le da un beso en la frente,  
Y acaricia su melena  
Rubia como el sol naciente.  
Y pronto cambia la escena  
Y se muestra muy impaciente.

Lo que pasó aquella noche,  
No aparece en esta historia,  
Pero no hay que hacer derroche  
De imagine ni memoria,  
Pues el sultán le dió un broche  
Con diamantes de Camboya.

Y también circula un bulo.  
Que vieron por el camino,  
Con una mano en el culo,  
Al trovador malandrino,  
Y con el "Ana Torroja",  
Pero puesto en masculino.

Desapareció el doncel  
Del palacio y del serrallo,  
Y no se volvió a saber  
De su hazaña ni un carallo,  
Pero dicen que le ven  
Montado en blanco caballo,

Con el laúd a su espalda  
En ciudad muy afamada,  
Y dicen que lleva falda  
Desde que dejó Granada,  
Que ahora le llaman Amanda  
Y que ya no "mola" nada,

Que dos tonos elevó  
De su voz la tesitura,  
Que su melena tiñó  
De rubia a castaña oscura,  
Que su vida envenenó,  
Que cambió su catadura.

Y que aquel pobre Crispín,  
Aquel trovador faldero,  
No se come ni un colín,  
Que ya no es revisalsero,  
Ni parece un querubín  
Como en tiempo pasajero.

Y es que entrar en casa ajena  
Como mujer disfrazado  
Suele conllevar la pena  
De acabar vilipendiado.

Febrero de 2016  
Jose Cruz Sainz Alvarez

## PAIS PANDER-ETA

PAIS PANDER-ETA

En el país Pander-eta

Donde abunda el hombre j-eta

Que usa su negra tarj-eta

Para hacernos la puñ-eta,

O que llena su mal-eta

Y abre una cuenta secr-eta

En un banco lisbo-eta,

O que, siendo tesor-eta

Desviaba la pes-eta

Hacia su cuenta secr-eta,

Donde cogen la rabi-eta

Por sentar en la banqu-eta

A nuestra infanta mac-eta,

Donde está Ciudad Mof-eta

Donde todo huele a arqu-eta,

Su alcaldesa Calor-eta

Y toda esa caden-eta

De corruptos marion-eta

Del ladrillo y la piqu-eta,

Y esa familia compl-eta

Que vive en Barcelon-eta

Con el arca bien repl-eta

Que se ríen del plan-eta,

Van un par de cultur-eta

Con el gusto en la bragu-eta,

Se montan una cas-eta,

Matan una marion-eta

Y exhiben una tarj-eta

Donde aparece Alka-eta,

Y a punta de bayon-eta,

Los meten en una Z-eta  
Y va el juez y los "apri-eta"  
(Y eso que eran de Granada  
Que si son de Amorebi-eta)

Febrero de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## **LA LASCIVA (Soneto con estrambote)**

### **LA LASCIVA**

**Enamoróme una bella morena  
Con cierta fama de mujer fogosa  
Mas, sabedor de que era muy hacendosa,  
Juréle darle yo una vida plena.**

**Desposéme para la Nochebuena  
Y, después de gozar cena copiosa,  
Encaméme temprano con mi esposa,  
Y entonces comenzó mi cruel condena.**

**Mostróse de principio muy modosa,  
Convirtiósse al tercero en una hiena,  
Y, ya en el cuarto, se acabó la cosa.**

**Dejéme aquella noche la bofena,  
Me levanté como momia ojerosa  
Y ella, tan fresca como una azucena.**

**Topéme con fiera buscando templanza  
Y, por no sucumbir en la refriega,  
Huí de la lasciva y de la chanza.**

**Febrero de 2016**

**Jose Cruz Sainz Alvarez**

## LA ESPOSA LASCIVA

LA ESPOSA LASCIVA

Enamoróme una bella morena  
Con cierta fama de mujer fogosa,  
Mas, sabedor que era muy hacendosa,  
Juréle yo darle una vida plena.

Desposéla para Nochebuena  
Y, después de una cena copiosa,  
Encaméme temprano con mi esposa  
Y entonces comenzó mi cruel condena.

Mostróse en principio muy modosa,  
En el segundo, ya se mostró obscena,  
Convirtiósse en el tercero en una hiena,  
Y, ya en el cuarto, se acabó la cosa.

Mas fue por no aguantar yo la verbena  
Que no por ella, que con voz ansiosa,  
Pedía continuar, aún temblorosa,  
Pues su satisfacción aún no era plena.

Intentélo nuevamente, mas mi cosa  
Se negó a proseguir, cayó en barrena,  
Y, mi señora al contemplar la escena,  
Refrenó su inquietud libidinosa.

Dejéme aquella noche la bofena,  
Me levanté como momia ojerosa,  
Y ella me dijo, con voz muy melosa,  
Que estaba fresca como una azucena.

Y así, cada noche tras la cena,  
Se repetía de forma horrorosa



Esta pelea por dar a mi esposa  
Todo mi esfuerzo por dejarla plena.

Con la faz de la Virgen Dolorosa  
Y más dolores que la Macarena,  
Me sentí corroído cual cangrena  
Por el fracaso en mi vida amorosa.

Y transitaba como un alma en pena  
Al descubrir la mirada jocosa  
De vecinos que, en forma silenciosa,  
Alegrábanse de la cuita ajena.

Decidí pues, de forma presurosa,  
Acabar por fin esta cruel condena  
Abandonando a mi Filomena  
Aunque fuera de forma deshonrosa.

----- 0 -----

Topéme con fiera buscando templanza  
Y, por no sucumbir en la refriega,  
Huí de la lasciva y de la chanza.

Febrero de 2016  
Jose Cruz Sainz Alvarez

## EN EL LABERINTO

### EN EL LABERINTO

Perdido en un laberinto  
De sentimientos confusos,  
No me funciona el instinto,  
Estoy disperso, difuso.

Dudas, dudas, siempre dudas.  
Me debato entre la niebla  
En incertidumbres mudas  
Que me envuelven cual tinieblas.

Y vivo en un sinvivir  
Que me consume de angustia,  
Que no quiere permitir  
Mi salida de esta amustia.

Por más que busco y rebusco  
En rincones de mi alma,  
Al no encontrarme, me ofusco  
Y vuelvo a perder la calma.

Por Dios, que acabe el calvario..  
Vuelva a mi alma la luz  
Que me siento solitario,  
Que me consume esta cruz.

¿Dónde estará mi consuelo?  
¿Por qué no acaba el martirio?  
Quiero levantar el vuelo  
Y me apodera el delirio.

Sólo queda la esperanza  
De encontrar mis sentimientos

Y convertir en templanza  
Estos demonios siniestros.

Sólo espero que este trance  
Se esfume con la razón,  
Que mi mente se afiance  
Y acabe mi cerrazón.

Que vuelvan mis sentimientos  
A reinar en mis entrañas,  
Que vuelva el discernimiento,  
Que rechace las patrañas.

Y, ese día, mas tranquilo,  
Imperará el corazón  
Y desterrará mi vilo.

Marzo de 2016

Jose Cruz sainz

## ROMANCE DE LAS TRES PRINCESAS

### ROMANCE DE LAS TRES PRINCESAS

En un lejano país,  
En el año mil trescientos,  
Fueron acontecimientos  
Lo que les relato aquí.

Gobernaba la nación  
Un, muy anciano monarca,  
Que se llamaba Ali-Karka  
Con fama de bonachón.

Y tenía este buen rey  
Tres hijas como tres soles:  
La Adelaida, la Sonsoles  
Y la menor Salomé.

Las tres eran refulgentes,  
Por añadido, doncellas  
Pero, a pesar de ser bellas,  
No tuvieron pretendientes.

Y, viéndose tan mayor  
Sin un príncipe heredero,  
Caía en el desespero  
El mencionado Señor.

Y, estando muy preocupado  
Por morir sin descendencia,  
Tuvo un día la ocurrencia  
De subirse en un estrado

Y anunciar a todo el mundo,  
Muy al gusto de la moda,

Que habría una magna boda  
Con el joven Segismundo.

Llamóle pues a la corte  
Y le dijo que escogiera,  
Que, a aquella a la que eligiera  
Como princesa consorte,

Un palacio dotaría  
Y un buen montón de dinero,  
Nombrándole su heredero  
Si un hijo varón tenían.

Era el joven susodicho  
Hombre de ganada fama  
De conquistar a las damas  
Con sus bromas y sus dichos.

También le hacía la gente  
Dueño de grandes caudales  
Mas, para colmo de males,  
Era más bien indigente.

Y viendo en la coyuntura  
Ocasión más que propicia  
de salir de la inmundicia  
Y mejorar su ventura,

Al saber, la buena nueva,  
Puso como condición  
Dar sólo su bendición,  
A quien pasase tres pruebas.

La primera consistía  
En hacer un buen asado  
Que, por bien condimentado,

Duraría quince días.

Y cocinaron las tres  
Sendos patos en el horno,  
Con patatas por adorno  
Y con verduras también.

Y así estuvo medio y mes  
Comiendo pato a diario,  
Con un vino extraordinario  
Y con algún entremés.

Y, mientras duró la prueba,  
A Adelaida cameló  
Con sus chanzas de bufón  
Y ya, dejó de ser nueva.

La segunda consistía  
En confeccionar un traje  
Digno de su alto linaje,  
En menos de treinta días.

Y las tres se lo cosieron  
En aquel plazo fijado  
Y, le dejaron pasmado  
Con los trajes que le hicieron.

Y, mientras ellas cosían,  
Él se trabajó a Sonsoles,  
Sacándole los colores  
Con las cosas que decía.

Sonsoles cayó en sus redes  
Con aquel predicamento,  
Y luego, en sus aposentos,  
Disfrutó de sus placeres.

Fué después su petición,  
Contar en treinta y tres días,  
Al son de una melodía,  
Un cuento de su invención.

Y así, el ladino doncel,  
Disfrutó de cien veladas  
Con sus tres enamoradas  
En su cama con dosel.

Pero no le resultó  
Su trampa con Salomé,  
Ya que no yació con él,  
Nunca se lo permitió.

Segismundo, enamorado  
De la tercera princesa,  
Decidió hacerla su presa  
Por medio del resultado.

Y así, nombró ganadora  
De las pruebas realizadas  
A Salomé, la agraciada  
Con su tan ansiada boda.

Segismundo se casó  
Con toda pompa y boato  
Y, el monarca mentecato  
De nada se percató.

Y a su palacio a vivir  
Marcharon los dos esposos,  
Disfrutando venturosos  
De su riqueza sin fín.

Pero, héte aquí, que el buen rey,  
Al cabo de algunos meses,  
Amoscóse porque viese  
Las barrigas de su grey.

Y tornóse furibundo  
Cuando las supo preñadas,  
Sin saber de las andadas  
Del ladino Segismundo.

Mas, un día, pensador,  
Llegóse a la conclusión,  
De saber que aquel bribón.  
Era el truhán preñador.

Y un mensajero mandó,  
Con fingida cortesía,  
Para que acudiera un día  
A aquella regia mansión.

Acudieron los amantes  
Al cabo de una semana  
Y vieron las tres hermanas  
Que todas eran gestantes.

Pues, también la Salomé  
Ostentaba preñadía,  
Tal era la puntería  
De aquel ladino doncel.

Dicen que el rey bondadoso  
A Segismundo capó,  
Así. su honra vengó  
Y fue misericordioso.

Y después le desterró,



Obligando a Salomé  
A quedarse allí con él.  
Y tan feliz se quedó.

Y cuentan que Segismundo  
Va de tascucio en tascucio  
Desarrapado, muy sucio,  
Y pidiendo a todo el mundo.

.....  
Si casaron las infantas  
No se cuenta en este cuento,  
Pero si que, muy contento,  
Vivió su vida el monarca.

Y es que consiguió Ali-Karka,  
De un plumazo y a la vez  
Un heredero no ..... tres.

Marzo de 2016  
Jose Cruz Sainz Alvarez

## FANTASMAS

### FANTASMAS

Lo sabía, sabía que algún día  
Volverían de nuevo del pasado,  
Volvería a sentirme torturado  
Por pensamientos que olvidar quería.

Del rincón más oscuro de mi alma  
Surgen fantasmas enterrados vivos,  
Perturbando de nuevo mis sentidos,  
Privándome de mi inestable calma.

Si ya entonces, en mi frágil inocencia,  
Hubo sombras de duda y de zozobra,  
Ahora, más consciente de mis actos,  
Zarandean más fuerte mi conciencia.

Abrumado por falsas certidumbres,  
Aún más inciertas al paso del tiempo,  
Intento, apoyándome en ejemplos,  
Justificarlas como de costumbre.

Y, como siempre, surgen nuevamente,  
Tras los razonamientos nuevas dudas  
Que me enfrentan a la verdad desnuda,  
Para después, negarla yo en mi mente.

Y así, con tanta duda razonable,  
Doy por sobreseído este litigio  
Que eterniza de nuevo este suplicio,  
De alcanzar una verdad inalcanzable.

Marzo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez.





En memoria de su alcalde,  
Lo llamaron Valentín.

Y, al transcurrir de los años,  
Aquello no cambió mucho,  
Feo como un aguilucho  
Y pequeño de tamaño.

Y fue que al pobre pichón,  
Le pusieron como apodo,  
No podía ser de otro modo,  
De sobrenombre, "Tapón".

Nadie supo responder  
Si eso fue por su apariencia,  
O fue como coincidencia  
Del ruido que hizo al nacer.

Y Valentín fue creciendo  
Hasta hacerse un hombre adulto,  
Pero, referente al bulto,  
La cosa no fue "in crescendo"

Y a cofrade se apuntó  
En la Hermandad del Caído,  
No pudiendo ser vestido  
Porque jamás se encontró,

De su talla caperuzas,  
Y, en costalero acabó.  
Pero no se resolvió,  
Con todo la escaramuza

Porque al hacerle las pruebas  
Debajo del Santo Paso,  
Vieron que quedaba bajo

Con respecto a sus colegas.

Y a alguno se le ocurrió  
Colocarle un par de zancos  
Que, como patas al banco,  
A Valentín elevó.

Y calzado de esta guisa  
Comenzó la procesión,  
Y, sujeto a gran presión,  
O por culpa de las prisas,

Un brazo se le trabó  
Con un tirante del paso  
Y, para colmo del caso,  
Un tranco se le soltó.

Con los nervios del momento,  
Y al verse tan apurado,  
Valentín dió por sentado  
Que si hacía un movimiento,

Y soltaba el otro pie,  
Después podría sin duda,  
Con un mínimo de ayuda,  
Salir fácil del traspiés.

Mas, no salió la jugada,  
Pues, aparte de lo oscuro,  
Allí nadie daba un duro  
Por hacer algo por nada.

Así que el pobre "Tapón",  
Quedó del brazo colgado  
Y así fue todo el trazado  
De la larga procesión.

Y, tal eran sus lamentos,  
Y tantos su alaridos,  
Que parecía El Caído,  
El que sufría el tormento.

Y todos, cuando pasaba  
Aquel Cristo Nazareno,  
Se afligían por su duelo,  
Y muchos se arrodillaban.

Dicen que desde ese día,  
Movidos por la emoción,  
Aumentó la devoción  
Y creció la Cofradía.

Y a Valentín "El Tapón"  
Hicieron un homenaje,  
Por demostrar su coraje,  
Y al Cristo su devoción.

Y siempre quedó en incierto,  
De si fue el Cristo o "Tapón"  
Que nadie prisa se dió,  
Por aclarar el entuerto.

Después de aquella aventura,  
Se retiró Valentín,  
Y cuentan que fue feliz  
Y, dedicó a la pintura

Los años que le quedaban.  
Y cuentan que tan marcado  
Quedó por el altercado,  
Que, cada vez que pintaba

Siempre elegía al Caído  
Como modelo del lienzo  
Y, que aquello fue el comienzo  
De volverse retraído.

Y que siempre, en cada cuadro,  
Escribía un añadido:  
"Tú caíste, yo colgué  
Y nadie nos prestó avío.

Marzo de 2016

Jose Cruz Sainz

Kakaseno: Hombre pequeño y contrahecho.



## PAISAJE CARIBEÑO

### PAISAJE CARIBEÑO

Versos escritos de espumas marinas  
Rompientes en orillas de occidente,  
Espumas con sabor de arenas finas,  
Aromas de tabaco y aguardiente.

Las palmeras colgadas en la orilla  
Se retuercen para beber tus aguas,  
Mientras que papagayos y abubillas,  
Anuncian el bogar de una piragua.

Oscuras ninfas, curvas insinuantes,  
Baños en noches de plateada luna  
Reflejada en el cuerpo del amante.

Viejos sones al borde de las dunas  
De guitarra, maracas y marimbas  
Que desgranán amoríos y fortunas.

Marzo de 2016

Jose Cruz Sainz

## GRITOS AL VIENTO

### GRITOS AL VIENTO

Le conté al viento, eterno mensajero,  
Mi angustia, mi dolor, mis sufrimientos,  
Por ver si, en su continuo movimiento  
Entre montes, cañadas y senderos,  
Encontraba respuesta a mi tormento.

Le hablé de mis temores infundados,  
De sueños y de amores renuentes,  
Del temor a las verdades reticentes,  
De fantasmas de nuevo retornados,  
De muchas otras cosas trascendentes.

Y él, en silencio, se marchó a otros lares,  
Al norte, donde el viento sur se enfría,  
Y me dejó esperando que algún día,  
Volviera con respuesta a mis pesares,  
Me devolviera un poco de alegría.

.....  
Hoy, por fin, regresó el viento norteño,  
Con finas gotas de lluvia, lloroso,  
Y, nuevamente, lo hizo silencioso.  
Venía serio, con fruncido ceño,  
Con un mensaje triste, doloroso.

Me contó de dolores y lamentos,  
De personas de silenciosos gritos  
Tratadas con maldad, como proscritos,  
De los niños enfermos, sin sustento,  
De hacinamiento, suciedad, mosquitos.

De niños y de sus desapariciones  
Dios sabe con que turbios objetivos,

De los ataques de bandas de nativos,  
De gases, de tanquetas, de camiones,  
De cargas policiales sin motivos.

De gentes que, escapando de la guerra,  
Acaban ahogados en las playas  
O acuchillados por afiladas vallas,  
Lejos de su gente, de su tierra,  
Mientras la sociedad cobarde calla.

Y me sentí rúin y muy egoísta,  
Por pensar tan sólo en mis problemas,  
Sin ver las situaciones tan extremas  
Que, a diario, se nos muestran a la vista,  
Por no reaccionar contra el sistema.

Y el viento, atendiendo mi demanda,  
Escuchó mi mensaje de empatía,  
De esperanza, de denuncia día a día,  
Para que lo difunda, que lo expanda  
Allí donde aún quede bienhomía.

Abril de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## LA ISLA

LA ISLA

Desperté de repente del letargo  
Rodeado de solitaria calma,  
La serenidad inundando mi alma,  
Mas, en la boca un sabor amargo  
Y un inquietante sudor en las palmas.

Mi cerebro, por silencios ahogado,  
Se negó a generar ninguna idea,  
Y mi garganta, atacada por la apnea,  
Se atragantó en un grito que angustiado,  
Se sometió al poder de la disnea.

Y aquella angustia cruel me atenazó,  
Paralizando todos mis sentidos,  
Escuchando tan sólo los latidos  
De un acelerado corazón  
Que animaba mi cuerpo desvaído.

Me sentí solitario y aislado,  
Sin ese calor de una mano amiga,  
Pequeño, más pequeño que una hormiga,  
Como en el borde de un acantilado  
Rodeado de fuerzas enemigas.

Y armado de valor, abrí los ojos,  
Y me encontré en una calle cualquiera,  
Caminando en el centro de una acera.  
Y, despertando de mi trampantojo,  
Comprendí el error de mi quimera.

Rodeado de gente como estaba,  
Continuaba en mi isla, solitario,

Y, esperando un gesto solidario,  
Me encontré con personas que habitaban  
Cada uno en su propio santuario.

Abril de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## EDUCACION

### EDUCACION

Yo mamé de los pechos de mi madre  
Virtud, bondad, templanza y alegría.  
La honradez, disciplina y bonhomía  
De los sudores de mi pobre padre.

Mi hermana me dio ejemplo de humildad  
Y mi amada de entrega y de pasión.  
Con mi abuelo aprendí moderación,  
Mis amigos me inculcaron lealtad.

Con estos valores yo seguí adelante,  
Intentando actuar con seriedad,  
Teniéndolos presentes cada instante.

Y después, al ver esta sociedad,  
Comprendí que me dieron un diamante:  
El tesoro de educarme de verdad.

Abril de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## MELITON EL COGRADE

MELITON EL COGRADE

Era nuestro Melitón  
Hombre de mediana edad,  
Cofrade de la Hermandad  
Del Cristo de la Pasión.

Prostático como era  
Desde hacía varios años,  
Le aumentaba de tamaño  
De una siniestra manera.

Y aquel maldito doctor  
Le dijo que le operaba,  
Que si no se lo extirpaba  
Le causaría dolor.

Y se lo puso tan mal  
Que Melitón resignado,  
Aunque estaba muy asustado,  
Aceptó el trance fatal.

Y como era muy devoto  
Del Cristo de la Pasión,  
Nuestro amigo Melitón  
Le prometió un triple voto.

Haría una procesión  
Con los dos ojos tapados,  
Desprovisto de calzado  
Y portando su Pendón.

Y una vez recuperado  
De la dura operación,

Se dispuso Melitón  
A cumplir con lo pactado.

Y aquella Semana Santa  
Salió delante del Cristo,  
De sandalias desprovisto,  
Capucha hasta la garganta,

Pero la vista tapada  
Y portando aquel Pendón  
Del Cristo de la Pasión  
Que pesaba toneladas.

Comenzó la procesión  
Por toda la Parte Vieja,  
Y por la Calle Sendeja,  
Hasta orillas del Nervión.

Al principio, todo bien,  
Aunque, con aquella carga,  
Pensó que se haría larga  
Y dolerían los pies.

Y cuando más emoción  
Se notaba en el ambiente,  
Se le cruzó de repente  
Una extraña sensación.

Era que estaban pasando  
Sobre el carril del tranvía  
Y notaba que la vía,  
Le estaba martirizando.

Descalzo como venía  
El cofrade Melitón,  
El dedo gordo incrustó



En el carril del tranvía.

Tiró hacia acá y hacia allí,  
Y por más que lo intentó,  
El dedo se le quedó  
Enganchado en el carril.

Y después de mil intentos  
De desatascar el pie,  
Como no lo pudo hacer,  
Procesionó tan contento.

La procesión continuó  
Su habitual itinerario,  
Y allí comenzó el calvario  
Del bueno de Melitón.

Y es que el camino trazado  
Se desvió de las vías,  
Mientras Melitón seguía  
A aquel carril atrapado.

Y dicen que Melitón  
Cuando ya iba por Zorroza,  
Les preguntaba a las mozas  
Qué tal llevaba el Pendón.

Y el tiempo se le hizo eterno  
Hasta que llegó a aquel cruce,  
Donde cayendo de bruces,  
Terminó su cruel infierno.

Y después, ya despojado  
De la venda y del Pendón,  
Se dio cuenta Melitón  
De la que había liado.

Y es que, al ir él el primero  
De toda su Cofradía,  
Le tomaron por su guía  
Siguiendo su derrotero,

Apareciendo al final  
En cocheras del tranvía,  
Donde se acabó la vía  
Y aquel error tan fatal.

Y aún siendo ya tan lejano  
El día de aquel suceso,  
Todavía hay algún sieso  
Que lo cuenta muy ufano.

Y aunque fue cosa de antaño  
Y ni existe aquel tranvía,  
Aunque no existan las vías,  
Aún recuerdan cada año

Y gracias a Melitón,  
Rememorando aquel día,  
La "Procesión del Tranvía".

Abril de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez.

## VISTA ATRAS

### VISTA ATRAS

Si por arte de magia yo pudiera  
Reescribir mi pasado nuevamente,  
Jamás renunciaría a lo que hiciera,  
Aunque quizá lo hiciera diferente.

Invertiría mas en pensamiento,  
En sopesar cualquiera de mis actos,  
Teniendo en cuenta en todo momento  
El actuar en el momento exacto,

Que la premura es mala consejera  
Y a errores nos lleva en ocasiones,  
Pero también es mala compañera  
La tardanza en nuestras actuaciones.

Si acaso, yo tal vez me arrepintiera  
De aquello que, debiendo, nunca hice,  
Y reharía, si corregir pudiera,  
Aquello que mi conciencia contradice.

Abril de 2016

Jose Cruz Sainz

## LA NOCHE

### LA NOCHE

Llega la noche con su incierta fama  
De romántica y de encubridora,  
Acostando a este día que proclama  
Que volverá de nuevo con la aurora.

Y con la noche, amores inconfesos,  
Pesadillas en almas retorcidas  
Por la angustia, sueños inconexos  
Reflejos inquietantes de otras vidas.

Y, de nuevo, desplazando oscuridades,  
Otra aurora, asomando precavida,  
Me hallará devanando mil verdades.

Y otra vez, enganchándome a la vida,  
Fingiré comprender mis realidades,  
Sin atender a mi razón dormida.

Abril de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## ESPERANZA

ESPERANZA

Y la luz de repente !!!!

Mi alma de ténebre negrura,

Afortunadamente,

Tu calor, tu ternura,

Colmaron de esperanza nuevamente.

La esencia de tu amor,

Impregnó, uno a uno, mis sentidos,

Y me insufló el valor,

Ansiado, renacido,

Para huir de la muerte y su clamor.

Mis ojos, de tus ojos,

Lograron rescatar su resplandor,

Y, de tus labios rojos,

Un combativo ardor

Para encarar la vida con arrojo.

Con tu voz melodiosa,

Reactivaste sensores en mi alma.

De forma misteriosa,

Se reavivó mi calma

Y recobró la paz más armoniosa.

Y tus suaves turgencias,

Renacieron momentos ya olvidados,

De premuras, de urgencias,

De mil besos robados,

De la pasión venciendo a la inocencia.

Y con tu fresco aroma,

Alentaste los motivos de mi vida.

Mi corazón en coma,  
Cicatrizó su herida  
Y desterró de sí toda concoma.

Y allá en el firmamento,  
Aquella noche, renació un lucero  
Que con su brillo argento,  
Alumbró por entero  
La esperanza en mi alma, ..... su sustento.

Abril de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## PELEA DESIGUAL

### PELEA DESIGUAL

Combatían en desigual batalla,  
Un asno y una mosca cojonera.  
La mosca actuando de canalla  
Y el asno con su habitual tontera.

El asno daba coces al vacío,  
Entre rebuznos, saltos y carreras.  
La mosca con pereza y con hastío,  
Pero con picadura puñetera.

Y en estas lides, desastrado y sucio,  
Entró en acción el dueño del jumento,  
Que, viendo el desaforo de su rucio,  
Enfadado y profiriendo juramentos,

Le agarró fuertemente las pelotas,  
Y al hacerlo, a la mosca puñetera,  
Dejó aplastada y con las alas rotas,  
Al apretar en la zona que mordiera.

El asno, de la mosca liberado,  
Por un instante, sintió satisfacción,  
Pero, al momento se sintió afectado,  
Por lo tremendo de aquel apretón.

Y, en un acto impensado, por reflejo,  
Una coza propinó al libertador,  
Dejándolo maltrecho y muy perplejo  
Y del cabreo, preso de un gran temblor.

Y, cogiendo el mango de una pala,  
Le atizó una paliza a su jumento,

Que, si no es porque entrara la zagala,  
Aquel asno muriera allí al momento.

.....

A menudo, asistimos a reyertas,  
Desigualadas por sus contendientes,  
Mas, de desigualdad un tanto incierta  
Si analizamos a los oponentes.

Y así, si pensamos en la mosca,  
La tildamos de sutil y de canalla,  
Y, por poco sibilino y formas toscas,  
Aquel labrador no dio la talla..

El asno actuó como lo que era,  
Una bestia sin más conocimientos,  
Y se manifestó de igual manera,  
El labrador y dueño del jumento.

Pero entre ellos si que hay diferencia,  
Y es que, si cuatro patas tiene el rucio,  
Su amo, amén de poca inteligencia,  
Sólo dos, piensa menos y es más sucio.

Abril de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez



## EPITAFIO

### EPITAFIO

Me gustaría leer en mi epitafio,  
A ser posible, a vuelapluma escrito,  
Y después de meditado bien despacio,  
"AQUÍ YACE ALGUIEN QUE VIVIÓ SENCILLO"  
Sería para mí el mejor prefacio.

También que se alabara mi humildad,  
Así como la virtud de ser sincero,  
De ser paciente ante la adversidad,  
De disfrutar del amor verdadero,  
Y con mis amigos de la lealtad.

De preocuparme de mi propia vida,  
Respetando por siempre las ajenas,  
De levantarme tras cada caída,  
Y de sobreponerme a cada pena,  
Encarando con arrojo el día a día.

De no ser inmune a la tragedia,  
De haber reaccionado ante el maltrato,  
De rechazar las trampas y comedias,  
De aprovechar mi vida cada rato,  
De proveer de alimento las inedias.

Pero, ante todo, más feliz me haría,  
Que el que se encargara y así lo escribiera,  
Conociera a fondo mi biografía,  
Y fuera sincero cuando así lo hiciera,  
Negando el sonrojo de cualquier porfía.

Abril de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## LA PRIMAVERA

LA PRIMAVERA

Llega la primavera  
Humilde, con permiso del invierno,  
Como por vez primera,  
Y con sus brotes tiernos,  
Brindando a la esperanza un canto eterno.

Con vestido de flores  
Ribeteado con toques de color,  
Con sus miles de olores  
Aromando el amor,  
Inspirando colores al pintor.

La musa del poeta,  
Con su blanco mantón color almendro,  
Alma de violeta,  
Alma de rododendro,  
Fiel canto a la belleza y a su acendro.

Batidora de hormonas,  
De incipientes amores juveniles  
Con sed de feromonas,  
Y de amores seniles  
Disfrazados de idilios moceriles.

Cerezos en albeo  
Con níveos destellos como talma.  
De trinos y gorjeos,  
Que sosiegan el alma  
Con su bella canción de paz y calma.

Estación del amor,  
De partida de jóvenes amantes,

De ilusión, de rubor,  
De besos anhelantes  
A espaldas de tutores vigilantes.

Y de nuevo el verano,  
El eterno ladrón de primaveras,  
Dejará con su mano  
Cálida y cicatera,  
De toda esta belleza, .... el alma huera.

Abril de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## PLEGARIA

### PLEGARIA

Oh mi Señor, tu que lo puedes todo,  
Ayúdanos a apartar a los ineptos,  
Libra de la altivez a sus adeptos,  
Oblígales a actuar de buenos modos.

Libéranos de todos los podridos,  
Del que destroza la ilusión ajena,  
De todo aquel que, de una forma obscena,  
Nos esquilma amparado en su partido.

Danos gente preocupada por la gente,  
Que se ocupe de generar trabajo  
Y de que todos los niños se alimenten.

Ilumina de nuevo nuestra mente,  
Para que, siempre pensando en el de abajo,  
Votemos a personas competentes.

Abril de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

**LA VIDA (Tema semanal del Cuartel de los Poetas Locos)**

LA VIDA

Sinuosa es la vereda  
Transitada a lo largo de la vida.  
Feliz el que la acceda  
Con tino y con medida,  
Pues es su dirección sólo de ida.

Y obviando los atajos  
Que se ha de recorrer toda completa,  
Pensando que debajo  
De una bella chaqueta,  
Se pueden esconder tristes andrajos.

Feliz el que disfrute  
Todos y cada uno de sus pasos,  
Pues eso repercute  
En todos esos casos  
En que la suerte se tiñe de fracaso.

Dichoso todo aquel  
Que cuando se tropieza, se levanta,  
Que la vida es cruel,  
Y aprieta la garganta,  
Mas, si sabes sufrir, todo se aguanta.

Y el que no se arrepiente,  
De todas las acciones de su vida  
Porque hace lo que siente,  
Porque nunca se olvida  
De cómo se infringió su última herida.

Es envidiable aquel  
Que lleva como amigo y compañero,

El amor siempre fiel,  
El amor verdadero,  
El que sirve en las penas como albero.

El que mira al costado  
Y, viendo a ese otro que ha caído,  
Lo coloca a su lado,  
Y, sin hacer ni un ruido,  
Le ayuda a mantenerse siempre erguido.

El que anda sin prisa  
Y sin perder de vista el horizonte,  
El que goza la brisa,  
Al que no asusta el monte,  
Al que lleva el corazón de polizonte,

Que el camino es muy largo,  
Y, aunque esté inundado de señales  
No es fácil, sin embargo,  
En momentos cruciales,  
Siempre existen las "Ayudas Especiales".

Mayo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## INSOMNIO

### INSOMNIO

Las dos y todavía estoy despierto.  
Son las piernas, me duelen de cansancio,  
Creo yo que ha sido del concierto.  
Voy a tratar de respirar despacio.

Este tic-tac maldito del reloj  
Que me deja los nervios destrozados,  
Lo voy a esconder en el cajón ...  
Bueno, ahora estoy mucho más calmado.

Las dos y veinte y sin pegar un ojo  
Será cuestión de contar ovejitas....  
Y para colmo tengo el muelle flojo,  
Voy a ver si echo una meadita.

Y vaya nohecita de calor,  
Estoy sudando como un descosido,  
Me voy a retirar el edredón  
Que tengo los "tachines" recocidos.

Ni comparar !!, mucho más fresquito  
A ver si puedo conciliar el sueño....  
Ahí va, parece que he oído un grito,  
Ah no, es el llanto de un pequeño.

Joder, ahora se me escapa un pedo,  
Puff, menudo olor más nauseabundo.  
Me acuerdo de las noches en Toledo  
Que dormimos en un hotel inmundo.

Ya son las tres, y aquí estoy, aún despierto.  
Ay, que no se me olvide que mañana

Tengo que ir al Ayuntamiento  
A sacar la licencia de mi hermana.

Yo creo que he dormido un ratito.  
O, al menos, he estado en duermevela.  
Que mal me ha sentado el huevo frito !!!  
Y qué calor da el pijama de franela !!!

Parece que se oye el ascensor.  
Voy a cotillear por la mirilla.  
La de aquí enfrente, la hija del pintor.  
Estas no son horas para una chiquilla..

Jo, y ahora gotea la cisterna..  
Ahí va.. Si se me he olvidado la pastilla..  
Y me siguen doliendo las piernas,  
Si son las siete, vaya pesadilla.

Creo que estoy oyendo, como en sueños  
El despertador del vecino de abajo,  
Joder, si ya son las siete y media.  
No, si encima llegaré tarde al trabajo !!!

Mayo de 2016  
Jose Cruz Sainz Alvarez



## HACIA LA LUZ

### HACIA LA LUZ

Dejé mi cuerpo y me elevé en el cielo  
Rodeado por las nubes y las aves.  
Navegué por caminos siderales,  
Me alumbraron estrellas en mi vuelo.

Regresé a los años de mi infancia,  
Recuperé la inocencia perdida.  
Momentos olvidados de mi vida;  
Aromas de mi madre y de lactancia.

Reviví mi difícil pubertad  
Tutelada por mi madre y su cariño,  
Mis amores plátonicos de niño,  
Mis primeros esbozos de amistad.

Y rememoré aquella romería  
En que la conocí, guapa, morena,  
Me enamoró su mirada serena  
Y supe que, por siempre, la querría.

Después, el noviazgo, el casamiento,  
Felices años de amor y de pasión,  
Una pareja, un solo corazón,  
Dos hijos en sendos nacimientos.

Y, después, vertiginosamente,  
Los vi mayores, levantando el vuelo,  
Y, en muy poquito tiempo, ya fui abuelo  
Y me sentí cansado de repente.

Y luego, miré abajo y vi tendido  
Mi cuerpo viejo rodeado de gente

Sobrecogida por el accidente,  
Aunque, yo fui incapaz de oír un ruido.

Y contemplé aquella luz cegadora  
Que me atraía como a una mariposa.  
Y, envuelta en una paz maravillosa,  
Hacia ella fue mi alma voladora.

Mayo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## DIME MAR

DIME MAR

Oh, tú mar, que me traes desde muy lejos  
Capeando los vientos y tormentas,  
Con olas plateadas y sedientas  
De arenas y de orillas, los reflejos  
De otros cielos, de su luna argenta.

Contesta de una vez, di si encontraste,  
Viajero de recónditos lugares,  
Indicios de mi amor en esos lares.  
Entenderás, si alguna vez amaste,  
Mi angustia, mi zozobra, mis pesares.

Tú, en noches de amores, mi testigo  
De abrazos practicados en las dunas,  
De baños alumbrados por la luna,  
De nuestros cuerpos al compás amigo  
Del murmullo de tu rompiente cuna.

De mil promesas en susurro al viento,  
De besos con usura, con urgencia,  
De tristes noches de cruel ausencia,  
Sufrimiento del alma, del tormento  
De vivir añorando su presencia.

Si en tu eterno vaivén, a mi amor vieres,  
Cuéntale mis temores, mis angustias,  
De mi triste vagar, de mis amustias.  
Trae su mensaje cuando tú volvieres,  
Devolviendo el verdor a mi alma mustia.

Mas, si la vieras en extraños brazos,  
Miénteme, manténme en mi ignorancia,

Dime de su desdén, de su arrogancia,  
Deja que me prepare, dame plazo,  
Que no apague mi amor tu intolerancia.

Porque si conociera su traición,  
En el instante mismo que supiera  
Mi desdicha, una cruenta hoguera  
Quemara mi afligido corazón  
Y en sus cenizas, mi alma pereciera.

Mayo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## LAS ANDANZAS DE GASTON

### LAS ANDANZAS DE GASTON

Amaneció de mañana  
Como todos los domingos,  
Y Gastón dando un respingo,  
Se levantó de la cama  
Soñando y gritando: "Bingo !!!".

Luego, ya más despejado,  
Y aliviado en el retrete,  
Se encontró con aquel brete.  
Y es que se había acabado  
El papel para el ojete.

Y, echando mano al bolsillo,  
No lo pensó ni un momento,  
Haciendo un breve recuento  
Del dinero, el muy membrillo,  
Pensó que era buen invento,

Limpiarse con un billete  
Y, cogiendo uno de veinte,  
Y, de forma conveniente,  
Terminó con aquel flete  
Con solución ocurrente.

Y, aunque no era muy de baños,  
Y más de desodorante,  
Como daba mucho cante,  
Se hizo con agua un apaño  
Por detrás y por delante.

Y sin más, salió a la calle  
A visitar a su hermana,

Que ya era muy anciana,  
En San Salvador del Valle,  
Una población cercana

Como, sin salir de casa,  
Con aquel trance molesto  
Mermase su presupuesto,  
Decidió hacer tabla rasa  
Y, marchó, muy predispuesto,

Andando por un camino  
Que discurría entre huertas  
Y llevaba hasta las puertas  
De aquel antiguo molino  
Donde habitaba "La Berta".

Y a la mitad del camino,  
Y tras parar en la fuente,  
Lavarse manos y frente  
Y echar un trago de vino,  
Como pasa habitualmente,

Tuvo ganas de orinar,  
Y, metido en una estrada,  
Se puso a echar la meada.  
Pero, antes de acabar,  
Escuchó que se acercaban,

Entre risas, dos amigas,  
Por el sendero hacia él,  
Y se tuvo que meter  
Arrimado a unas ortigas  
Para poderse esconder.

Nervioso como una moto,  
Y cortito de visión,

No calculó el arrimón  
Y acabó con el escroto  
Como un pimiento morrón.

Y para colmo del día,  
Las señoras le encontraron  
A aquella cosa agarrado,  
Pues guardarlo no podía,  
Y, entre gritos desgarrados,

Salieron de allí corriendo  
Dejando al pobre Gastón  
Hundido en la confusión,  
Y los picores sufriendo  
De aquella gran quemazón.

Y viendo cerca un arroyo  
Pensó nuestro buen Gastón,  
En darle un buen remojón  
A su tremendo pimpollo  
Y calmar su desazón.

Y sin pensar se metió  
En el arroyo a mojarse,  
Mas, después de resbalarse,  
En medio el río cayó  
A punto de escalabrarse.

Salió de allí como pudo,  
Llegó, por fin, al molino  
Y tras un trago de vino  
Y comer una manzana,  
Le contó su desatino

A la buena de su hermana  
Que, viéndole tan maltrecho,

Le recostó en una cama,  
Y, al menos una semana,  
Rememorando los hechos,

Estuvo entre risa y risa,  
Y dicen que las vecinas,  
Cuando acudían a Misa,  
Al verla con la sonrisa,  
Decían en las esquinas

Que se había vuelto loca  
De tanto como reía.  
Y nació, desde aquel día,  
Y corrió de boca en boca,  
El cuento que narraría

Las andanzas de Gastón  
Que, en boca de las vecinas,  
En sátiro se volvió  
Y la leyenda corrió  
Como el agua cristalina.

Decía que ese hombre malo,  
Cuando atacó a las amigas  
Tenía un tremendo falo  
Rojo y grande como un palo  
Y con pinchos cual ortigas.

Y, el mismo día Gastón,  
Aprendió que algunos días,  
A alguno, más le valdría,  
Quedarse de dormilón,  
Arrimarse una sangría

Y ver la televisión,



Pues, a juzgar por los hechos,  
Después de acabar maltrecho  
Y con tremenda hinchazón  
Ya nunca meó derecho.

Mayo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## GRITOS DE LUCHA

### GRITOS DE LUCHA

Y ese día retumbarán conciencias  
Al escuchar el grito de los parias,  
Al juntarse las manos solidarias  
En protesta contra la indiferencia.

Los buzos hermanados con las plumas,  
Bisturíes y cantos de guitarra,  
Mujeres y hombres, grito que desgarrar  
De esta tierra la tenebrosa bruma.

Y hasta los niños gritarán su hambre,  
Sus abusos, su falta de inocencia,  
Su mala educación y sus carencias,  
Su niñez danzando en el alambre.

Y en eco, de países más al norte,  
Se escuchará del que marchó obligado,  
Esa exigencia, ese grito obstinado  
En devolver a este país su aporte.

Y temblarán testuces coronadas  
Temiendo por sus prerrogativas,  
Demonizando con sus diatribas  
Ese grito y la justicia reclamada.

Y otra vez, el político asustado,  
Despojado de corbata o pajarita  
Mimetizado con aquel que grita,  
Prometerá mejoras, resultados.

No es tiempo de promesas incumplidas,  
Es tiempo del de abajo y sus problemas,

Ya no les valen las estratagemas,  
Es hora de encontrar una salida.

Pobre de aquel que con engaño intente  
Acallar al pueblo embravecido,  
Más le valiera no haber existido  
Que el pueblo ni perdona ni consiente.

Mayo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## A MIS MUSAS

### A MIS MUSAS

Hoy escribo con ansias renovadas,  
Las palabras se agolpan intranquilas  
Para, más tarde, ir cerrando filas  
Y fluir en mis frases ordenadas.

Quiero escribir del todo y de la nada,  
Expresar lo que observan mis pupilas,  
Oh!!, tú musa que atenta me vigilas,  
Ilumina este alma aletargada.

Da fuerzas a mi vena creadora,  
Mantén lejos de mí la inoperancia,  
Muéstrame el verbo que enamora.

Hazme ver la belleza, la sustancia  
Del cielo, del cariño, de la flora,  
Batalla con tu numen mi ignorancia.

Mayo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## LA DAMA NEGRA

LA DAMA NEGRA

En tétrico árbol de una sola rama  
Está al acecho el agorero cuervo,  
Anunciando, de la tragedia siervo,  
Que pronto llegará la Negra Dama.

Espero tu visita mi señora,  
No pretendo de ti favor, ni tregua,  
Cuando galopes en tu negra yegua  
Entenderé que ya llegó mi hora.

Pero no tengas prisa, ten paciencia,  
Que yo jamás renunciaré a la vida  
Disfrutando hasta el último segundo.

Sólo pido, apelando a tu conciencia,  
Que me otorgues la dignidad debida  
Cuando mi cuerpo arranques de este mundo.

Mayo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez.

## CAMINANDO

### CAMINANDO

Perdido en un desierto descarnado  
Carente de ilusión y sentimientos,  
Buscaba entre la gente muy atento  
Esa muestra, ese gesto tan ansiado,  
Que reviviera mi alma con su aliento.

Y cuando estaba más desesperado  
Observé a mi lado a aquel chiquillo  
Que jugando con algo tan sencillo  
Como aquel trozo de cartón pintado,  
Me devolvió de la mirada el brillo.

Y renació de nuevo la ilusión  
De aquellos días de infancia pasados  
Esperando los juguetes tan ansiados:  
La pelota, la peonza o el camión,  
Y los buenos momentos disfrutados.

Vi en el abrazo de su madre a un niño  
Reflejado el amor en su mirada  
Y recordé mi infancia ya olvidada,  
Y sentí la ternura y el cariño  
De mi madre en mi alma torturada.

Más tarde paseando me encontré  
A un joven que atendía a una mujer  
Que, con un rapazuelo entre los pies,  
Se tomaba con ansia aquel café,  
Amamantando al tiempo a otro bebé.

Contemplando aquel gesto solidario,  
Se reavivó en mi alma la esperanza

Y sentí nuevamente confianza  
En la gente, en el héroe diario  
Que prodiga con otros su crianza.

También vi unos pequeños que jugaban  
Y al observarlos detenidamente,  
Pude ver que vestían diferente,  
Incluso que distinto se expresaban  
Pero que a ellos les era indiferente.

Me llenó de alegría el corazón  
Ver varios niños de distintas razas  
Jugando en los arcos de la plaza  
Sin demostrar ninguna distinción  
Y a sus padres juntos en la terraza.

En oasis se convirtió el desierto,  
En vergel de perdidos sentimientos  
Y en él resucitaron los momentos  
De ilusión, de esperanza y de contento,  
Que sirvieron a mi alma de sustento.

Mayo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## TIERRA VERDE

### TIERRA VERDE

Tierra amada, eterna tierra verde  
Concedida por Dios en regalía  
A gente noble, a gente que se yergue  
Al sentir tu belleza cada día.

La del castaño, del cerezo, el roble.,  
Del caserío, con sus verdes prados,  
Quizá añorando su ascendencia noble,  
La de torreón enhiesto y blasonado.

La de beso de mar en blancas playas  
O de costas de abrupto acantilado,  
De mar bravío bellas atalayas  
Que contemplan su genio endemoniado.

De recoletos puertos de pescadores  
De donde parten tus barcos y tu gente  
A arrancar con peligro y con sudores  
El alimento del mar y de su vientre.

La salpicada por cuantiosos montes  
De donde nacen las aguas transparentes  
Que cantarinas realizan su transporte  
Saciando de sed a este mar imponente.

La que levanta, arrastra o perfora  
Sus entrañas, las piedras que extrajera  
Convirtiendo en deportes del ahora  
El trabajo realizado en las canteras.

La del hierro, la de sus altos hornos,  
Emblemas de riqueza y de trabajo,



Ahora condenados al adorno,  
Galas que fueron y ahora son andrajos.

La que reúne, en sabio mestizaje,  
Tradiciones perdidas en el tiempo  
Y todo lo moderno y su mensaje  
De entender y aplicar el nuevo tempo.

La de marinos y de conquistadores  
Que navegaron por mares extraños,  
La de La Araña, el Perro de flores  
Y barco alicatado con titanio.

De pintores, de poetas y doctores  
Que llevaron tu amor en sus entrañas,  
De arquitectos, deportistas y escultores  
Que llevaron su nombre a tierra extraña.

La del Athletic y su filosofía,  
Que vive el fútbol de forma diferente,  
Que te ofrece incontables alegrías  
Con un equipo formado con tu gente.

La que todo celebra con comida,  
La que canta en sus coro y orfeones,  
La que vive la noche y su movida  
En la Parte Vieja y sus rincones .

La de ancestral idioma y sus dialectos  
Encumbrados por diestros bertsolaris,  
La que danza su fiesta y su contento  
En biribilketa, jota y arin-arin.

La del txistu, el irrintxi y la alboka,  
De la makila, la abarka y la txapela,  
Esa del Euskalduna y de su Azoka,

La dela aizkora, el dalle y la txanela.

De Mari y de Begoña adoradora,  
En su montaña la diosa en otro tiempo,  
La Virgen, de imagen nadadora,  
Afincada, por fin, en nuestro Templo.

País cargado de contradicciones,  
De gente honrada, de gente luchadora,  
Que ama a su tierra y a sus tradiciones,  
De gente seria y muy trabajadora.

Yo te adoro, te rindo pleitesía.  
Te amo desde el uno al otro extremo.  
Si yo de ti me alejo un triste día,  
Será por presentarme al Juez Supremo.

Mayo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

A MI AMIGO Y PAISANO ELISEO (HADES 70)

## SORPASSO

### S O R P A S S O

No me habléis de castas y sorpassos,  
De líneas rojas y candidaturas,  
No intentéis disfrazar vuestro fracaso  
Con palabras de difícil catadura.

Entiendo más de hambre, de trabajo,  
De desahucios, de becas, de enseñanza,  
De los problemas de los de aquí abajo  
Y acciones que generen confianza.

Dejad de usar palabras rebuscadas  
Para explicar al pueblo liso y llano,  
Al que sufre situaciones complicadas,  
Como salir de ahí. Vamos al grano.

Decidle a Soledad, esa vecina  
Que mantiene a su hijo y a su nieta,  
Que esta situación ya se termina,  
Y dejaros ya de otras cuchufletas.

Decidle a Sebastián, el de mi barrio,  
Ese que anda rebuscando en la basura,  
Que volverá a trabajar a diario,  
Que tendrá al menos comida segura.

Id y decidle a esa joven pareja  
Que ya se acabó el banco de alimentos,  
Que hoy, por fin, dormirán bajo teja  
Que se acabaron sus malos momentos.

Decid a Julián, el ingeniero  
Que se marchó por no tener trabajo,

Que se acabó el trabajar de camarero,  
Que vuelva porque aquí vuelve a haber tajo.

No sólo decid, poneros en faena ,  
Olvidaos de intereses de partidos  
Y trabajad por la desgracia ajena,  
Para toda esa gente que ha caído.

Por una vez, ceded protagonismo,  
Acordad pensando en las personas,  
Ya no nos sirve ese "más de lo mismo"  
Ya no aguantamos el pintar la mona.

No entendemos de rojos o de azules,  
Tan sólo nos importan las personas,  
A trabajar, a la mierda los gandules  
Despegaros de una vez de las poltronas.

Dejar de salpicaros porquería  
Y poneros el traje de faena  
Que queda poco, que ha llegado el día  
De trabajar o marchar a la trena.

Que por fin se acabó la temporada  
De la Champions, de la Uefa y de la Liga,  
Que ahora ya no nos distrae nada,  
Dejar ya de tocaros la barriga.

Y si no, sufriréis las consecuencias.  
Que no hay nadie que engañe a todo un pueblo,  
Que ya se está agotando la paciencia  
Y estáis malvalorando su cerebro.

Si continuáis, pudiera darse el caso,  
De que llegase ese temido día  
Y se produzca de una vez el SORPASSO,

Sobre vosotros, de la gente en rebeldía.

Mayo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## LOBO SOLITARIO

### LOBO SOLITARIO

Soledad, tu eterna compañera  
En desiertos de procelosa duna  
Formadas con reflejos de la luna,  
Ola erizada por brisa somera  
Mensajera del soroche, de la puna.

Tus ojos claros de experto marino  
Tesoreros de verdes marinados  
De calmas y tormentas, pintados  
Por los fondos de mares genuinos,  
Por vientos y corrientes matizados.

De mil azules de cielos despejados  
De grises en los días de tormenta,  
De negros en tardes violentas,  
De mil rojos de cielos aventados,  
De atardecer tintado de magenta.

Blanco pelo peinado por mil vientos,  
Lavado con espuma del bravío  
Y secado por soles y por fríos,  
Tu rostro cincelado con segmentos  
De decisión, de fe y de poderío.

A lomos de tu euskérico velero,  
Galopaste por procelosos mares  
Llevando hasta recónditos lugares  
Tu valentía, tus nervios de acero  
Y tus conocimientos seculares.

En tu bodega, experto estibador,  
Embarcaste todos tus sentimientos,

En tus velas soplaron los alientos  
De tus gentes, de un pueblo admirador  
De tus gestas y de tus sufrimientos.

El cormorán te saludó a su paso,  
El alcatraz, de tu deriva fue testigo,  
El delfín fue tu confesor y amigo  
Saltando en las horas del ocaso,  
En ese interminable tiovivo.

Al timón pusiste la paciencia  
Y por bandera tu veteranía,  
Y al mástil, amarradas tú tenías,  
Como foque, la paz y la prudencia,  
Como vela mayor, sabiduría.

En la quilla la agudez de tu mirada,  
A proa situaste la ilusión,  
Y en la popa dejaste la oración  
Que aquel día rezaste con tu amada  
A la Virgen de tu devoción.

Con tu alma platicaste por la noche,  
Recontaste una a una las estrellas,  
Y reflejado en el brillo de una de ellas,  
Observaste de la luna su reproche  
Por no considerarla pura y bella.

Tú fuiste tu amigo y tu enemigo,  
A veces cuerdo, otras veces loco  
Con esa locura que te da el siroco,  
Otras veces, el sol fue fiel testigo  
Del sufrimiento de su cruel sofoco.

Y por siempre la triste soledad,  
Reconcomiendo tu alma y tu entraña,

Esa enemiga, esa amiga extraña  
Que te enfrenta a ti y a tu verdad  
Con su crudeza, con toda su saña.

Después de transcurridos tantos años,  
Dicen que, a veces, visitas a tu amigo,  
Ese que tanto batalló contigo  
Y que yace varado en un lugar extraño,  
De tormentas y mareas, al abrigo.

Que susurras, en su proa y en su popa,  
Una muda oración ritual y extraña.  
Quizás en el fondo de su entraña  
Ese velero de nombre Euskadi-Europa,  
Rememore vuestra sinigual hazaña.

Lobo solitario, lobo navegante,  
La luna, el mar, el sol y las estrellas  
Contarán de tus hazañas, de las huellas,  
De las estelas de tu buque atlante  
Y tu pueblo perdurará con ellas.

Mayo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez



## ORGULLO Y HUMILDAD

### EL ORGULLO Y LA HUMILDAD

Discutían en singular porfía,  
El obstinado Orgullo y la humildad,  
De lo importante de ser celebridad  
O vivir un tranquilo día a día.

Don Orgullo lo hacía a grandes voces  
Y escuchándose, ufano de sí mismo,  
La humildad con sencillez y realismo,  
En voz baja, enemiga de los roces.

Defendía, el primero que, en el mundo,  
Sólo existen dos tipos de personas,  
Unas que vienen a pintar la mona,  
Fracasados que habitan el submundo,

Y otros que son claros vencedores,  
Que poseen la fama y la riqueza,  
Y arremetía, con extrema dureza,  
Contra los que él llamaba perdedores.

"Se puede ser modesto y ser honrado"  
Decía la humildad con vehemencia,  
"Que no siempre va unida la decencia,  
A la riqueza y al lujo alcanzado"

Y Don Orgullo, con muy poca paciencia,  
Y prestando muy poquita atención,  
Airado y cargado de razón:  
"Donde hay felicidad es que hay solvencia"

Y, después de muchos argumentos  
Sin llegar a ninguna conclusión,

Casualmente, hizo allí su aparición  
La Cordura, metiéndose en el cuento.

Como vio que no había solución  
Pues Don Orgullo estaba empecinado,  
Intentó ser de ambos del agrado  
Actüando como el rey Salomón.

Muy serena le dijo a don Orgullo:  
"No está bien que presumas de valores  
Que claramente son los precursores  
De la soberbia", y se hizo un gran murmullo.

"No son signo de la felicidad,  
Mejor es que presumas de tu gente,  
De tus ancestros, de ser inteligente,  
De aquellos que te dieron su amistad...".

"No está la felicidad en lo que tienes,  
Está más en lo que eres y en lo que haces,  
Y aunque lo que tienes te satisface,  
No lo podrás llevar si tú te mueres"  
Y después dirigióse a la humildad:  
"Y tú, atiende bien amiga mía,  
Será tu falsedad, hipocresía;  
No niegues tus valores de verdad".

"Y manteniendo la soberbia lejos,  
Que nunca fue buena compañera.  
Practica la modestia verdadera.  
Ten muy en cuenta este buen consejo".

Y después de recapacitar,  
Don Orgullo se sintió avergonzado,  
Teniendo este consejo por bien dado  
Y prometiendo que iba a cambiar.

Y la humildad levantó la cabeza  
Admitiendo que aquello era verdad,  
Y prometiendo su sinceridad  
Para dotar a sus actos de nobleza.

Consiguió, con su consejo, la Cordura,  
El equilibrio, que a veces nos falta,  
Para mantener la cabeza alta  
O bajarla alguna vez, con más premura.

Mayo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## EN APUROS

### EN APUROS

La casa era muy bonita  
Pero estaba un poco vieja.  
Le faltaban muchas tejas  
Pero estaba muy cerquita.

Y decidieron comprarla  
Porque era más bien barata,  
Aunque para hacerla grata  
Había que reformarla.

Al cabo de unas semanas,  
Y, de algunas discusiones,  
Comenzaron las acciones  
Aquella misma mañana,

Para tirar los tabiques,  
Y hacer nueva instalación,  
De agua y de calefacción,  
Y le encargaron a Enrique,

Que les buscasen los gremios  
Para empezar la reforma,  
Marcando sólo una norma:  
Que lo hiciera con apremio.

Y empezaron a montar,  
Una vez hechos los planos,  
Escaleras y rellanos  
Para poder trabajar.

Y la casita, por fin,  
Se llenó toda de obreros

De cemento, de largueros,  
Y llenaron el jardín,

De ladrillos y de arena,  
De picos, de carretillas,  
De maderas y de chillas,  
Vamos, todo hecho una pena.

Y transcurrieron los días  
Y fue la obra adelante  
Con un ritmo trepidante,  
Como el caso requería.

Y aquel martes de mañana,  
Juanita fue a visitar  
La casa, por constatar,  
Si, como dijo su hermana,

Aquello iba viento en popa.  
Y, así subiendo y bajando,  
La idea se fue forjando,  
Al observar a la tropa,

Que la cosa iba muy bien.  
Y se pasó largo rato  
Husmeando como un gato,  
Lo que sería su edén.

Tanto, tanto de movió  
Para arriba y para abajo,  
Que el cuerpo hizo su trabajo  
Y, de repente avisó,

Que iba llena la vejiga,  
Y le pedía orinar.  
Pero después de mirar

Que allí sólo había vigas,

Y para colmo de males,  
Ya no existía el retrete,  
Se vio metida en un brete  
De consecuencias fatales.

Y viéndose rodeada  
Por tantísimo gentío,  
Pensó en hacerse el avío  
Por las hierbas amparada.

Y, saliendo a la trasera,  
Y mirando alrededor,  
Se agachó con gran pudor,  
Y se puso a la tarea.

Pero aquel no era su día,  
Y asustada comprobó  
Que, un obrero que salió,  
Hacia allí se dirigía.

Y nerviosa como estaba,  
Se limpió "aquello de abajo"  
Arrancando unos hierbajos  
De los pocos que quedaban.

Y luego se arrepintió  
Porque vio despavorida  
Que se limpió con ortigas  
"Aquello que Dios le dió".

Se compuso como pudo  
Y se incorporó al momento,  
Pero, con el movimiento,  
El picor fue más agudo.

Trató de disimular,  
Volvió de nuevo a la casa,  
Pero aquello era una brasa  
Y se tuvo que marchar.

Para cuando llegó al piso,  
Aquello ya era un tormento  
Y es que con el rozamiento  
Aquello tenía visos

De terminar en tragedia,  
Y corriendo hacia el bidé,  
Y después de algún traspies,  
Se liberó de las medias,

Del culero y del vestido,  
Y mirándose al espejo,  
Observó que su "conejo",  
Estaba, más bien, henchido

Estaba rojo e hinchado  
Como el culo de un mandil.  
Probó con el "Vagisil"  
Y no le dio resultado.

Probó con el secador,  
Lo tuvo un rato a remojo,  
Se lo lavó con hinojo,  
Mas, no se le fue el picor.

Y cuando llegó el marido,  
Y le enseñó el "fifiliki"  
Cual la nariz de Miliki,  
Le dejó todo aturdido.

Y ahorró la protagonista  
Las jaquecas y pamemas,  
Por una vez, el problema  
Estaba claro, a la vista.

Y ahora cuando comenta  
El caso con las amigas,  
Se acuerda de las ortigas  
Y se ríe muy contenta.

*Junio de 2016*

*Jose Cruz Sainz Alvarez*



## REBELION

### REBELION

Pienso que no soy nada.  
Apenas una piedra en el camino,  
Un alma abandonada,  
Olvido del destino,  
Apenas una huella, una pisada.

Que, triste y solitario,  
Transito por la vida sin vivirla,  
Con una aguda esquirola  
Que desangra a diario  
Mi corazón, apenas sin sentirla.

Entre brumas y penas,  
En mundo por fantasmas habitado,  
Perdidos y olvidados  
Que arrastran sus cadenas  
De culpas, de desidia, de pecado.

Caminos divergentes,  
Transitados sin prisa por llegar,  
Tan sólo por lograr,  
Pobres vivientes,  
Esa vida que poder gozar.

Sin ánimo ni fuerza,  
Tan sólo con la inercia de la vida  
Tranquila y aburrida.  
Negando que se tuerza  
Al destino tirando de su brida.

Y mi alma se rebela,  
No quiere continuar ese camino,

Piensa que es desatino  
Vivir en duermevela,  
No tratar de buscarse su destino.

Junio de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## LIBERTAD

### LIBERTAD

Era un pueblo sin alma, sin carisma,  
Con su gente muy triste y reprimida  
Que se arrastraba por su triste vida,  
Gente incapaz de pensar por sí misma.

Tenían como alcalde a un dictador,  
Que tan sólo pensaba en su riqueza,  
Que a la gente trataba con dureza  
Si quería expresar una opinión.

Y apareció aquel día a la mañana,  
Salió de la neblina de la aurora,  
Con su elegante porte de señora  
Luciendo una sonrisa muy mundana.

E iluminó a aquel pueblo su sonrisa,  
Y a todos cautivó con su alegría.  
Y, como en una extraña melodía,  
Comenzaron a oírse algunas risas.

Y contagió a la gente con su charla,  
Siempre atrevida y llena de razones,  
Y pronto cautivó los corazones  
De aquellos que venían a escucharla.

Hablaba sin temor ni restricciones,  
Sin miedo a ninguna consecuencia,  
Decía la verdad con contundencia,  
Defendía siempre sus convicciones.

Con su ayuda, lograron liberarse  
De sus cadenas y sus gobernantes,

Desterraron a todos los farsantes,  
Comenzando de nuevo a levantarse.

Volvieron a tener identidad,  
Y creció nuevamente su autoestima,  
Con esa fuerza que te legitima  
Y que mantiene tu conciencia en paz.

Y algún vecino preguntó su nombre  
Y contestó... "Me llamo LIBERTAD"

Junio de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## UTOPIAS

### UTOPIÁS

Observé las estrellas  
En la noche de cielo despejado,  
Y comenté con ellas  
Estar obsesionado  
Por las quimeras que siempre he soñado.

Soñé que era un olivo,  
Con su tronco regado con la sangre  
Del obrero cautivo,  
Del niño miñambre,  
De raíces hundidas en el hambre.

Y, soñé, por soñar,  
Que mi fruto servía de alimento  
Para poder calmar  
Su eterno descontento,  
Que aliviaba su amargo sufrimiento.

Soñé que era un torrente  
Con las aguas teñidas de escarlata  
Por esos combatientes  
Caídos como ratas,  
Calzados de sencillas alpargatas.

Y, soñé, por soñar,  
Que mis aguas saciaban su morir,  
Y que su batallar  
Por un mejor vivir,  
De nuevo al pueblo hacía resurgir.

Soñé que era un halcón  
Sobrevolando áridas mesetas,

Que, con su cerrazón,  
Sembró el hombre de grietas,  
Antes de bichos y plantas repletas.

Y soñé, por soñar,  
Que traía el respeto de otros lares  
Para enseñar a amar  
La Tierra y sus lugares;  
Con su fauna, sus bosques y sus mares.

Soñé que era la luna  
En países sumidos siempre en guerras,  
Sin esperanza alguna,  
Países que destierran  
A los que sufren en su propia tierra.

Y soñé, por soñar,  
Que alumbraba la paz en estas tierras,  
Que volvía a brotar  
Acabada la guerra,  
La concordia con todo lo que encierra.

Y, al pronto, las estrellas,  
Incapaces de darme una respuesta  
Marcharon todas ellas,  
Dejando descompuesta  
Mi alma, en premonición funesta.

Junio de 2016  
Jose Cruz SainzAlvarez

## DE LOCURA Y DE CORDURA

DE CORDURA Y DE LOCURA.

Loco quisiera estar más a menudo,  
Con la cuerda locura que te alienta,  
Que desinhibe, empuja y acrecienta  
Nuestro valor en ese trance duro.

Quisiera estar locamente cuerdo  
Y poner, en el fiel de la balanza,  
Lo mismo de locura y de templanza  
Si en mi mente y mi alma hay desacuerdo.

Quisiera ser Quijote y Sancho Panza  
Y tomar su locura y su simpleza  
En momentos de máxima zozobra.

Y escuchar a mi conciencia a ultranza  
Dictaminar en mis dudas, como jueza,  
Su exacta dosis en todas mis obras.

Junio de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## DE ESPERANZA

### DE ESPERANZA

Esperanza que llamas a la puerta  
De las almas cerradas a la aurora,  
Anunciando que ya llegó la hora  
De terminar con esta espera incierta,  
Ejerciendo de ilustre mediadora,

Si al llamar encontrases sólo ausencia,  
Tal vez fue, que estas almas sin destino,  
Ya cansadas de andar ese camino,  
Marcharon, acuciadas por la urgencia  
De, en otros lares, encontrar su sino.

Quizá fue que, esperando tu llegada,  
No aceptaron tu ausencia o tu tardanza  
Y, a buscar, otra vez la confianza,  
Partieron, con el sol de madrugada,  
Hacia tierras de bienaventuranza.

O quizá que, perdida la ilusión,  
Hundidas en un mar de desamparo,  
Alumbradas por luces de otros faros,  
Huyeron de su tétrica prisión  
En busca de horizontes más preclaros.

Pero, que no te venza el desaliento,  
Porque, estén donde estén, te necesitan,  
Y acaso, en los lugares que transitan,  
Tu dichoso mensaje, con el viento,  
Un futuro más claro les transmita.

Junio de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez



## A BLAS DE OTERO

### A BLAS DE OTERO

Leo ansioso tu desgarrado verso  
Y de nuevo se clava en mis entrañas,  
Arañando e hiriendo con gran saña,  
Rompiendo en mil pedazos mi universo.

Crudos versos agriados por la muerte,  
Escritos desde abajo al inframundo,  
Desde tu adentro hacia lo más profundo,  
Dictados siempre por tu infausta suerte

Plegado en Ti, solo contigo mismo,  
Buscaste a Dios, lo mismo que la hiedra  
Se adhiere a las paredes, a la piedra,  
Tu Yo y su El, incómodo intimismo.

Como respuesta de tu duro grito,  
"Llambria y cantil de soledad".  
Y amparado después en la amistad,  
Adosaste el Nosotros a tu escrito.

Y tu poema se volvió hacia el hombre,  
Y, "Pidiendo la Paz y la Palabra",  
Con este delirante Abracadabra,  
Te olvidaste de Dios y de su Nombre.

Virtuoso de la lira y el soneto,  
Poeta crudo allá donde los haya,  
Desde esa, tu magnífica atalaya,  
Nos dejaste tu corazón inquieto.

Y con él, la verdad de tus poemas,  
La excelencia de métrica y de rimas.

No en Otero, tú estás en altas cimas,  
Verdad desnuda, sinceridad extrema.

Te sueño platicando ahora con El,  
Tratando tus verdades cara a cara  
En el diálogo que te denegara,  
Con tu sinceridad a flor de piel.

Y por soñar, te sueño más sereno  
Como un "renglón vacío" en tu SERENE  
Sin una depresión que te gangrene,  
Fundido a El en un abrazo pleno.

Octubre de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## MI MANDRÁGORA

### MI MANDRÁGORA

Yo te miro y mandrágora te siento,  
Como un imán que fija mi mirada,  
Ansiando respirar tu mismo aliento

Cual si fuera postrera bocanada.  
Tu amor es el veneno que me mata  
Y es a la vez, la mágica pomada

Que mitiga el dolor, que desbarata  
El efecto maligno de tu ausencia  
Y la convierte en esperanza grata.

Es droga que adicciona a tu presencia,  
Que destroza y a veces, me sublima,  
Viacrucis de gozo y abstinencia

Que me ahoga o me sube hasta alta cima.  
Fuera dicha que en las finales horas,  
Momento en que la vida se termina,

Me hallara entre tus manos protectoras,  
Enredados tú y yo en sutil abrazo  
Prodigándonos caricias mimadoras,

Posara mi cabeza en tu regazo  
Y fingiendo dormir por un momento  
Recibiera de la Muerte su flechazo,

Sin proferir gemido ni lamento,  
Pasando del Cielo de tus brazos  
A besarte por siempre .....siendo viento.

Noviembre de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## LA CITA

### LA CITA

En este otoñal parque,  
observando las flores ya marchitas,  
esperas el embarque,  
ansías esa cita,  
la dulce paz que tu alma necesita.

Tu amor se fue con ella,  
con ella se marchó tu pensamiento  
y ahora, en esa estrella,  
en ese brillo argento,  
vislumbras, en su luz, su llamamiento.

Con ella fue tu vida,  
la alegría, la luz de tu mirada,  
y se agranda tu herida  
con cada bocanada,  
con la angustia de un alma abandonada.

Vagas como un fantasma,  
cual cuerpo desprovisto de su aliento,  
apesta tu miasma  
a muerto en movimiento,  
incapaz de aguantar tu cruel tormento.

Ayer, a media tarde,  
acompañado por la suave brisa,  
te fuiste, Dios te guarde,  
compuesta una sonrisa  
y en una mano, un ramo de melisa.

Y hoy en el firmamento,  
juntito a aquella estrella hay un lucero

que brilla de contento,  
como fiel escudero  
de su amada, su paz, su varadero.

Diciembre de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## ABANDONO

### ABANDONO

En el valle, el tañido  
de campanas movidas por el viento,  
como un triste quejido,  
como un hondo lamento  
de la aldea que llora su tormento.

Eran casas de piedra,  
blasonadas, con portes señoriales,  
hoy, cubiertas de hiedra  
y rotos los cristales,  
mas parecen presencias fantasmales.

Era un pueblo muy rico,  
en sus tiempos, vivieron cien vecinos  
Hoy, Juana y Federico,  
dos viejos campesinos,  
con su huerto, su vaca y sus gorrinos.

Un año de sequía,  
las heladas y las inundaciones,  
y respuesta tardía  
en indemnizaciones,  
abrieron la vía a las deserciones.

Los hijos se marcharon  
a buscar el futuro en otros lares,  
y después, emigraron,  
vaciando sus hogares,  
los padres y el resto de familiares.

Y aquel pueblo animado  
por los juegos y risas de los niños,

quedó abandonado,  
condenado al hastío,  
destruido por la pena y por el frío.

Los inviernos helados,  
se encargaron, cubriéndolos de nieve,  
de los viejos tejados  
y en un tiempo muy breve,  
se vinieron abajo en el desnieve.

Se derrumbó la escuela,  
no se escucha en sus aulas entonar  
la alegre cantinela,  
el viejo recitar  
de aquella tabla de multiplicar.

Tan sólo el campanario  
se resiste a bajarse de su altura,  
haciendo de notario  
de toda la hermosura  
que este pueblo ostentó hasta su fractura.

Y ahora sus campanas,  
sin resignarse al desfallecimiento,  
sin las manos cristianas  
que les sirvan de aliento,  
repican a rebato con el viento.

Diciembre de 2016  
Jose Cruz Sainz Alvarez



## SALI DE MI

SALÍ DE MI.

Salí de mí, en fría madrugada,  
Desnudo, galopando sobre el viento,  
A buscar esperanzas y momentos  
Con que vestir mi alma abandonada.

Descansé sobre el lomo de la luna  
Que preparaba ya su retirada,  
Me susurró, con brisas plateadas,  
Que no esperara de ella gracia alguna.

Alcancé con mis manos una estrella,  
Le conté de mi pena y sufrimiento,  
Me contestó que yo estaba sediento  
Del mismo agua que le faltaba a ella.

Llegué a abrazar al sol de ardientes brazos,  
Me dijo que sabía de mis cuitas,  
Y con una altivez casi infinita,  
Me despidió con palabras de rechazo.

Bajé a la tierra triste y compungido  
Y me abracé al centenario roble,  
Me habló de su ascendencia noble  
A través de su savia, sin sonido.

Lo profundo, contó, de su raigambre,  
De sus problemas por crecer derecho,  
Transmitió de su tronco hasta mi pecho  
La esperanza en forma de calambre.

Me transmitió su fuerza vencedora  
De los veranos y del cruel invierno,

De largos años de cruel infierno,  
La fuerza de su tierra luchadora.

Me remojé en las aguas del arroyo  
Que discurren alegres, saltarinas,  
Dictando su canción a las Ondinas  
Que dieran al verdor su fiel apoyo.

Me dieron el frescor y la alegría  
Tan ansiadas por mí para mi alma  
Y, mi sombra, recuperó la calma,  
Volviendo a acompañarme cada día.

Me planté en la cúspide del monte  
Y de belleza se llenó mi entraña  
Al contemplar, como si fuera extraña,  
Esa luz que brillaba en su horizonte.

Y comprendí lo cerca que tenía  
Esos momentos que necesitaba,  
En esta Tierra Madre que me daba  
La fuerza, la esperanza y la alegría.

Junio de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## SIN INSPIRACION

### SIN INSPIRACIÓN

Hoy de nuevo, lo intento  
Ante un papel más blanco que mi mente.  
Y, de verdad, no miento  
Si digo claramente  
Que de versos, está seca mi fuente.

Acude a mí una idea,  
No me parece buena y la desecho,  
Resulta un tanto fea.  
Y miro al blanco techo,  
Pero mi inspiración sigue en barbecho.

Ven a mí, dulce musa,  
Tantas veces, mi más certera ayuda,  
Que mi alma está confusa,  
Que hoy mi mente está muda,  
Se comporta de forma testaruda.

Garrapateo un texto,  
Lo leo y otra vez, rompo el papel  
Y, nuevamente al cesto.  
Que culpa tendrá él !!!  
¿Hoy tengo mente o Torre de Babel?

Y me llamo poeta .....  
Deprimente!!! Soy incapaz de un verso,  
Se me acabó la veta.  
Pues sí que estoy disperso,  
Hoy me apunto a los viajes del lmserso.

Bueno, mejor lo dejo.  
Quizá sea la lluvia en los cristales,

O quizá que soy viejo  
Y mis fuerzas mentales  
Han sufrido daños colaterales.

Junio de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## EN CUADERNA VÍA (BURBUJAS)

Mirándote una tarde, quedéme yo prendado  
De ese negro profundo de tus ojos rasgados.  
Quisiera, si muriese, morirme yo a tu lado,  
Mirando esos tizones, por su fuego abrasado.

..... O .....

Enredada en tu pelo quedóse mi mirada,  
Y con ella un retazo de mi alma enamorada.  
Después te fuiste lejos dejando destrozada  
Mi vida que, por siempre, vaga desamparada.

..... O .....

Quisiera por la tarde disfrutar de la brisa,  
Mirándome en tus ojos con deleite, sin prisa,  
Contemplando extasiado la paz de tu sonrisa  
Y sellarla con besos de sabor a melisa.

.....O .....

Por besar en tus labios ardió mi corazón,  
Quien pensara aquel día, del hoy, mi desazón,  
Vagando por mi vida como un triste bufón  
Llorando, por no verte, mi triste frustración.

.....O .....

Se pararon las horas al contemplar tus ojos,  
Y hasta los mismos cielos, postrándose de hinojos,  
Cesaron la tormenta, calmaron sus enojos,  
Y te cantaron juntos mirlos y petirrojos.

Octubre de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## HOY CANTO DESDE ABAJO

HOY CANTO DESDE ABAJO

Hoy el canto es de abajo,  
Hoy el canto se escucha a ras de suelo,  
Pues, le cuesta trabajo  
El remontar su vuelo  
Y llegar a lo más alto del cielo.

Es un canto arraigado  
En las tristes entrañas de la tierra,  
Es un canto velado,  
Un canto que se encierra  
En sí mismo, que no puede, que yerra.

Quizá sea que, el alma,  
De su cuerpo, no pueda despegarse,  
No pueda con su jalma  
O no sepa enfrentarse  
Al camino a seguir y liberarse.

Al canto, pesa el verso  
Creado por un alma descompuesta,  
Hundida en su universo  
Sin apenas propuestas  
Que le puedan servir como respuesta.

Pero el alma es muy fuerte,  
Sabe que acabará su cruel martirio  
Cuando llegue la muerte.  
Sabe que su delirio  
Finará con una caja entre dos cirios.

Y entonces, se hará verso,

Liberada de pesos terrenales,  
Y hará el camino inverso,  
A mundos eternos  
Lejos de pensamientos infernales.

Y tal vez, ese día,  
Conseguirá su tan ansiada meta  
De volverse energía  
Y hará, que otros poetas,  
Consigan explotar esa alma inquieta.

Junio de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## SUBCONSCIENTE

### SUBCONSCIENTE

De nuevo, sin querer, cojo la pluma,  
Y mi mano cobra su propia vida,  
Despejando palabras de la bruma,

Azuzando a mi mente algo aturdida,  
Que hilvana las frases y las rimas  
Sin siquiera un argumento de partida.

¿Será necesidad lo que la anima  
O es quizá que, intuyendo mi tristeza,  
Vacía el interior que me lastima?

Escribe una palabra con destreza  
Tan solo una palabra, REFUGIADO,  
Y mi alma, sacudiendo su pereza,

Escucha a un corazón atribulado  
Y se aflige con él y llora queda,  
Reabriendo de nuevo su costado.

Luego, con intención, en esa rueda,  
Escribe a mi pesar otra: ABANDONO,  
Tal vez por zaherir, para que agreda.

Y mi alma se despierta y yo visiono  
El guión que me dicta el subconsciente,  
Y ahogado en la tristeza, me emocio,

Y me quedo bloqueado de repente,  
Incapaz de expresar con unos versos  
Todo el dolor que mi corazón siente.



Octubre de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## LOCURA DE AMOR

LOCURA DE AMOR (Décima)

Vivía como en un cuento,  
todo dulzura y amor,  
en tu abrazo protector  
sumido en todo momento,  
respirando de tu aliento.  
Pero aquella bella historia  
cambiando de trayectoria,  
no tuvo un final feliz;  
la culpa fue de un desliz  
que a ti te colmó de gloria.

Y aquí estoy con mi locura,  
confundido y trastornado,  
hundido y abandonado,  
esperando una sutura,  
cauterizar la hendidura  
de haber perdido tu amor;  
de tus labios el sabor,  
de tus ojos la dulzura ....  
Mas, me dicen que no hay cura  
para los locos de amor.

Diciembre de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## LA GOTA DE LLUVIA

### LA GOTA DE LLUVIA

En su caída del oscuro cielo,  
En la tarde triste y desapacible,  
Atrapada por un viento insensible,  
Se desvió de su destino; el suelo.

Aterrizó, formando húmedo velo,  
Con un repiqueteo imperceptible,  
Y traza su camino impredecible  
Buscando su objetivo con anhelo.

Posada en esa fría cristalera,  
Zigzaguea, aparentemente errante,  
Como si el mismo diablo la siguiera.

En realidad, busca una compañera,  
Que la ayude, en su huida hacia adelante,  
A alcanzar ese suelo, esa quimera.

Noviembre de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## ECOS DEL CORAZÓN

### ECOS DEL CORAZÓN

Oigo en mi corazón,  
En son atormentado y gemebundo,  
En triste desazón,  
La pena de este mundo  
Anegado en el pozo más profundo.

Llorando por sus muertos;  
Tierras y hombres de equivalente suerte,  
De finales cruentos,  
Oh! sentimiento inerte,  
Del que subsiste, a la lejana muerte.

Y se despierta mi alma  
Con su gemido, triste melodía  
Ladrona de mi calma,  
Reviviendo una orgía  
De sentimientos en cruel porfía.

Se me clavan tus ojos,  
Ojos de niño con mirada de hambre,  
Y crecen mis sonrojos,  
Me descarga un calambre  
Tu triste aspecto de niño miñambre.

Veo espectros vivientes  
Buscando entre escombros a sus muertos,  
Y espumas rugientes  
Que, desde mar abierto,  
Devuelven a la playa cuerpos yertos.

Y de nuevo, mi entraña  
Se conmueve, se rasga, se rebela,

Que, aun siendo muerte extraña,  
Me deja su secuela  
Al abrir del dolor su cruel cancela.

Y entonces pienso en Dios,  
Ese Padre que a todos nos protege (¿?).  
¿Por qué tanto dolor?  
Le pido que me aleje  
De pensamientos propios de un hereje.

¿Estará Él distraído?  
No entiendo su camino inescrutable.  
¿Por qué el más desvalido?  
¿Por qué no usa su sable  
En poderosos de conciencia deleznable?

Noviembre de 2016  
Jose Cruz Sainz Alvarez

## MONTAÑA RUSA

### MONTAÑA RUSA

Voy,  
toco  
la cima,  
alta cumbre  
rozando el cielo,  
y siento que estoy vivo.  
Despegando de mí mismo,  
despojando de mi terrenal lastre,  
estirando mi mano, buscando mi mañana,  
buscando un horizonte, ansiando mi nirvana,  
reniego de mi cuerpo. Vestir tan sólo de alma llana,  
pero no lo consigo, mi alma se desgrana  
y me siento frustrado por mi esperanza vana.  
Mi quimera se va de nuevo al traste,  
y me repliego en mí mismo.  
Ya no me siento vivo,  
llego hasta el suelo,  
mi derrumbe,  
mi sima.  
Loco  
soy.

Noviembre de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## NAVEGANDO POR LA VIDA

### NAVEGANDO POR LA VIDA

Te nombran capitán de tu navío  
sin prepararte para el nuevo cargo  
ni para efectuar ambages largos,  
surcando, de la vida el mar bravío,  
sin la tripulación ni sobrecargo.

Atrás quedó el viajero solitario  
navegando sin rumbo definido,  
el timón roto, a veces semihundido,  
a veces disfrazado de corsario,  
a veces por la niebla sorprendido.

En tu ruta cruzó aquella goleta  
al mando de una bella capitana  
y aproaste tu rumbo a la bocana  
de un puerto que marcaste como meta;  
la que fuera, por fin, tu tramontana.

Ahora, desde el puente de tu nave  
copilotada por tu capitana,  
navegas con tu amor en la mesana,  
que la despliega como brisa suave  
buscando para ambos un mañana.

Ya no importa viento ni marejada,  
ni fuertes temporales, ni tormentas,  
ante la adversidad, tú te acrecientas  
porque ahora sois tú y tu bienamada  
a navegar en aguas turbulentas.

Ahora, navegando con acierto  
a través de la brumas matutinas,

vislumbras esas luces blanquecinas  
que anuncian la arribada al nuevo puerto  
y el gozar de esas horas vespertinas.

Enero de 2017

Jose Cruz Sainz Alvarez



## BUSCANDO VERSOS

### BUSCANDO VERSOS

Busco un verso sereno  
que lleve la quietud a tus entrañas,  
ese que de paz baña,  
antídoto al veneno  
que consume tu adentro con gran saña.

Busco un verso sutil  
que diga lo que dice sin decirlo,  
que te haga digerirlo,  
que te invite gentil  
a buscar su sentido, a traducirlo.

Busco un verso atrevido  
que te incomode, que te ruborice,  
un verso que agudice  
tu deseo dormido,  
que tus ganas de amor revitalice.

Busco un verso valiente,  
que grite la verdad, que la defienda,  
que no le duela prenda  
defendiendo a la gente,  
ese verso que cale, que se extienda.

Busco un verso de adentro,  
un verso que vomite sentimiento,  
la risa y el lamento,  
con la verdad por centro,  
que vacíe mi alma sobre el viento.

Busco un verso armonioso,  
que inunde de belleza el corazón,

que consiga ese don,  
de hallar el lado hermoso  
de las cosas que te niega la razón.

Todo eso y mucho más  
persigo al componer mi humilde verso,  
volverme del reverso,  
no dar un paso atrás  
en mi busca por todo mi universo.

Y el día que lo encuentre  
Podré decir : " Ya tengo la receta",  
"Ya conseguí mi meta".  
Lo sentiré en mi vientre  
y fuerte gritaré: "YO SOY POETA".

Enero de 2017

Jose Cruz Sainz Alvarez

## EL ASTURIANO (Reeditado)

EL "ASTURIANO"

Suelo ver cada día en una esquina,  
en lo que es mi habitual itinerario,  
enfundado en una sucia gabardina  
y con aspecto un tanto estrafalario,  
a un indigente que anda por mi barrio.

Lleva barba y pelo desaliñados  
y en dos bolsas todas sus pertenencias,  
y al pasar, con un tono avergonzado,  
te pide, apelando a tu indulgencia,  
alguna ayuda para paliar su urgencia.

Acostumbro a darle algún dinero  
que me agradece con una mirada  
y a la noche le veo en un cajero,  
preparando una cama improvisada  
donde poder resistir la madrugada.

A pesar de su aspecto desastrado  
se adivina bondad en su mirada,  
y, tras sus modales de un hombre educado,  
se intuye una persona avergonzada,  
que sufre por su vida fracasada.

Parecía muy triste aquella tarde,  
incluso parecía haber llorado,  
se lo noté apenas acercarme.  
Yo le invité y se sintió abrumado,  
aunque aceptó con su gesto callado.

Me confesó que no había comido  
desde hacía más de cuatro días,

y se comió, primero un buen cocido  
y después un buen plato de judías  
en el cercano bar de Jeremías.

Después de comer, agradecido,  
me contó que él era asturiano,  
de una aldea al lado de Salcido,  
que era el menor de cuatro hermanos  
y que siempre fuera un buen cristiano.

Y, llevándose una mano al bolsillo,  
me enseñó una foto muy arrugada,  
en una moto dos rubios chiquillos  
a los que él llamaba su "camada"  
inundaron de brillo su mirada.

Me habló de su trabajo en una mina,  
en una gran empresa de Langreo  
y de cómo, en una oscura oficina,  
(todavía recuerda su mareo)  
le dijeron que se acabó su empleo.

Y, a causa de no pagar la hipoteca,  
el banco se quedó con su vivienda,  
le embargaron hasta la última banqueta  
y tuvieron que dormir en una tienda  
que le prestó su hermana, "la Elisenda".

Que, de mal en peor le fue su vida,  
pues su mujer le dejó abandonado  
agrandando todavía más su herida  
al llevarse, dejándole tocado,  
sus hijos, su tesoro máspreciado.

.....  
Anteayer, en la hoja de sucesos,  
he leído que a Luis "El asturiano"

unos chavales, con muy poquito seso,  
le prendieron fuego y le pegaron  
en un acto vandálico, inhumano.

Y, cuentan los testigos que lo vieron,  
que no opuso ninguna resistencia.  
Que, a pesar de su aspecto un tanto fiero  
y su espíritu de supervivencia,  
parecía rendido a la evidencia.

Que, metiendo una mano en el bolsillo,  
cuando ya se le veía un brazo roto,  
se despedía de sus dos chiquillos  
que, desde aquella arrugada foto,  
sonreían encima de una moto.

Y así, como Luis "El asturiano",  
malmueren gran cantidad de indigentes  
a quien la suerte dio un trato inhumano,  
cuyas vidas nos son indiferentes  
porque son invisibles a la gente.

Febrero de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## A MI MADRE

A MI MADRE

Hoy te escucho en el viento,  
susurrando mil bellas melodías,  
con aquel dulce acento  
que iluminó mis días  
y vistió mis angustias de alegría.

Como cuando era un niño  
y sólo tu canción me adormecía.  
Preñada de cariño,  
con ella me mecías  
y con ella, a los cielos me subías.

Si contemplo una estrella,  
percibo tu mirada en aquel brillo,  
y el amor que destella  
me devuelve al chiquillo,  
a los ojos que decían "**mi negrillo**".

Mirada de dulzura,  
mirada de la madre enamorada  
que ama con usura,  
que cuida su camada  
por encima del todo y de la nada.

Si me quedo callado,  
vuelvo a escuchar tu voz y me sereno.  
Con su decir pausado,  
mi cabeza en tu seno,  
escuchando un corazón de dicha pleno.

Con tu voz, la armonía  
inunda nuevamente mis sentidos,

la paz y la alegría  
acallan mis gemidos  
y acompañan nuevamente mis latidos.

Si temo, te presiento  
a mi lado, cubriéndome la espalda,  
prestándome tu aliento,  
como ángel de la guarda  
que de todos los males me resguarda.

Como cuando, a mi lado,  
me guiabas en mis primeros pasos  
de aquel niño asustado,  
ahora, en el ocaso,  
me orientas hasta dar mi último paso.

Si sangro, te derramo,  
eres tú, de mi sangre, cada gota,  
hasta el último gramo,  
y esa sangre que brota,  
deja mi vida herida, semirrota,

que tu sangre es mi vida,  
mi fuerza, mi sentir y mi armonía,  
y se va, por mi herida,  
la calma y la alegría  
necesaria para afrontar mis días.

Yo te añoro y te ansío,  
aunque sepa que vives mis vivencias,  
pues me quedé vacío,  
hundido en la impotencia  
desde el primer momento de tu ausencia,

Ansío tu reencuentro  
por sentir el calor de tus abrazos,

porque te siento dentro,  
dormirme en tu regazo  
y vivir para siempre en ese lazo.

Enero de 2017

Jose Cruz Sainz Alvarez



## RECUERDOS DE NIÑEZ

### RECUERDOS DE NIÑEZ

Recuerdos de la infancia  
asaltando de nuevo mi memoria,  
del tiempo en la distancia,  
como una sutil noria,  
girando del abismo hasta la gloria.

De niños en la calle,  
inequívoca escuela de la infancia,  
practicando, al detalle,  
valores de importancia  
como son amistad y tolerancia.

Con juegos inocentes,  
pero jugados todos en cuadrilla;  
al escondite, al tente,  
la trompa, el pilla-pilla,  
a chapas o jugando con arcilla.

Jugando al chorro-morro,  
a canicas con bolas de gaseosa,  
a pegarse manporros,  
o a cualquier otra cosa  
salida de una mentes fantasiosa.

Recuerdos de merienda;  
nata en el pan o pan con chocolate  
y vuelta a la contienda,  
recuerdos del tomate  
en calcetines verdes o granates.

De ropas equis- ele,  
con medras, para varias temporadas,

de inicios de la tele,  
de casas atestadas,  
de "chapas" con carbones calentadas.

De aldabas y repiques,  
de hincarse de rodillas con el viático,  
de alcaldes y caciques,  
de obreros carismáticos,  
de revueltas y paros enigmáticos.

De escuela de postguerra  
con "Cara al sol" y brazo levantado,  
de juegos con la tierra,  
de escolares sobados,  
de chivatos, de niños golpeados.

De contarnos la Historia  
adaptada al sentir del vencedor,  
de malte y achicoria,  
de aquel primer amor,  
de aquel beso robado con candor.

Pizarra y pizarrín,  
de pupitre y olor a tinta china,  
billar y fútbolín,  
del hingue y tirachinas,  
de domingo y peseta de propina.

Recuerdos imborrables  
de una infancia vivida intensamente,  
de juegos incansables,  
barullos en la mente  
pero con alegría permanente.

Recuerdos de una vida  
escasa de juguetes y artilugios,

pero muy bien surtida  
de idea y subterfugio,  
de la imaginación y del efugio.

Febrero de 2017

Jose Cruz Sainz Alvarez

## SI TUVIERA UN MOMENTO...

SI TUVIERA UN MOMENTO

Si tuviera un momento  
elevaría la vista hacia los cielos,  
mirar el firmamento  
y levantar el vuelo  
alcanzando su azul de terciopelo.

Si tuviera un momento

sentiría sobre el rostro la caricia  
de la brisa, del viento,  
libar, con avaricia,  
de su beso y su aliento, las delicias.

Si tuviera un momento

sumergiría mis manos en el río,  
sentir su movimiento,  
vivir todo su brío,  
llenarme de su fuerza y su albedrío.

Si tuviera un momento

me abrazaría al roble centenario,  
sentir su crecimiento,  
contarle mi calvario,  
hacerle de mi mal depositario.

Si tuviera un momento

gozaría tus caricias una a una,  
mi gloria, mi tormento,  
sin pudicia ninguna  
besarte bajo el brillo de la luna.

Si tuviera un momento

subiría, del monte, a la alta cima,

miraría contento  
el mundo por encima,  
llevando hasta las nubes mi autoestima.

Todo esto y mucho más  
quisiera disfrutar serenamente.  
Vuelvo la vista atrás  
y veo claramente,  
mis errores, de forma contundente.

Hoy el tiempo me sobra,  
hoy puedo hacer aquello que no hiciera,  
mas, veo con zozobra,  
lo que un día temiera;  
estoy en una caja de madera.

Marzo de 2017

Jose Cruz Sainz Alvarez

## EN CLAUSURA

### EN CLAUSURA

Si saltarme yo pudiera  
La pared de intolerancia,  
Que tu padre con jactancia  
De una educación austera,  
En tu rededor tejiera,  
No sé si fuera sensato  
Contigo llegar a un trato  
Y después pasar la vida  
Preparándome la huida  
De ese padre mentecato.

Noviembre de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## ROMANCE DEL TROVADOR (Reeditado)

ROMANCE DEL TROVADOR

No sé si fue a mediodía

O quizá de madrugada,

Pero los hechos siguientes

Ocurrieron en Granada,

Un día que un triste invierno

Nos regaló una nevada.

Era Crispín un zagal

Guapo, rubio y trovador,

Que con su voz musical

De barítono-tenor

Hace un canto angelical

Y es de un laúd tañedor.

Y con bellas melodías

Conquistaba a las mujeres,

Solteras, viudas, casadas

Caían "intro" sus redes,

Dejándolas satisfechas,

Colmándolas de placeres.

Y resultó que aquel día

Huyendo de la nevada

Fue a parar a aquel palacio

Que Alí Pacha regentaba.

Y, amparándose en las sombras,

Sigiloso se adentraba,

Hasta zonas restringidas

Para un personal sucinto.

Quizá fue casualidad

O tal vez su fino instinto,  
Pero la oportunidad  
Lo llevó hasta aquel recinto.

Y asomando su cabeza  
Por una ojival ventana,  
Comprobó con extrañeza  
Que una muy bella sultana,  
Que destilaba realeza,  
Descansaba muy lozana

Acompañada muy bien  
Por un grupo de bellezas  
Que sumaban casi cien.  
Y, observó con sutileza  
Que, en un rincón del harén,  
Dormitaba su pereza

Un eunuco gigantesco  
Armado de cimitarra.  
Mientras en ambiente fresco,  
A sonos de una guitarra,  
Y, adornada de arabescos,  
Entonaba una chaparra.

Y, asomado de esta guisa,  
Hete la casualidad  
De que, con una sonrisa,  
Tuvo la oportunidad  
De conquistar a Barisa,  
A la sultana beldad.

Y fue mandado pasar  
A la alcoba de las bellas,  
Y allí fue puesto a secar  
Por unas cuantas doncellas,



Para así recuperar  
Su hermosura para ellas.

Y cogieron al mancebo,  
Laváronle los cabellos  
Con sendas yemas de huevo,  
Y con gasas y con velos,  
Se lo secaron de nuevo  
Peinando luego sus pelos.

Disfrazáronle de hurí  
Con babuchas y bombacho,  
Y así les pudo servir  
Aquella mujer-muchacho  
Con su potencia viril  
Su necesidad de macho.

Y así Crispín retozó  
Con, al menos, diez muchachas,  
Mas, la suerte se tornó,  
Se acabó su buena racha,  
Pues una tarde acudió  
El buen sultán Alí Pacha,

Acuciado por la prisa  
Que marcaba su entrepierna,  
Buscó con una sonrisa,  
Alguna odalisca tierna  
Que le saciara sumisa  
Su lujuria sempiterna.

Y, hete aquí que se fijó  
En la rubia concubina  
Que, rara se le antojó,  
Pues sentada en una esquina,  
Al entrar él, se cubrió

Su rostro con gasa fina.

Y muy meloso y con coba,  
Solicitó su presencia  
Con presteza en sus alcobas  
Porque sufría la ausencia  
De alguna de aquellas lobas  
Que tenía en pertenencia.

Y Crispín, muy apurado,  
Se tuvo que presentar,  
Aunque no de muy buen grado,  
En la alcoba del sultán,  
Porque sería capado,  
Si le notaban galán.

Y, al ver que en aquella estancia,  
Alumbrada por mil velas,  
Podía verse a distancia,  
Que, aunque aparenta mozueta,  
Hay cierta protuberancia  
En su entrepierna y no cuela,

Le pide al regio sultán  
Que apague todo el sollado  
Pues con esto de las prisas  
No se ha hecho el depilado.  
Y el sultán dice entre risas  
Que eso siempre a él le ha gustado.

Y accede al apagamiento  
Aunque, al adivinar pelo,  
Le sube el calentamiento  
Y a punto de caramelo,  
Piensa en el ayuntamiento  
Y se traga aquel camelo.

Y, con la luz apagada,  
Comienzan los escarceos,  
El sultán, mano alargada,  
Y Crispín, con un cabreo,  
Pues se la tiene jurada  
Este sultán de cameo.

Y acaricia sus orejas,  
Y le da un beso en la frente,  
Y acaricia su melena  
Rubia como el sol naciente.  
Y pronto cambia la escena  
Y se muestra muy impaciente.

Lo que pasó aquella noche,  
No aparece en esta historia,  
Pero no hay que hacer derroche  
De imagine ni memoria,  
Pues el sultán le dió un broche  
Con diamantes de Camboya.

Y también circula un bulo.  
Que vieron por el camino,  
Con una mano en el culo,  
Al trovador malandrino,  
Y con el "Ana Torroja",  
Pero puesto en masculino.

Desapareció el doncel  
Del palacio y del serrallo,  
Y no se volvió a saber  
De su hazaña ni un carallo,  
Pero dicen que le ven  
Montado en blanco caballo,

Con el laúd a su espalda  
En ciudad muy afamada,  
Y dicen que lleva falda  
Desde que dejó Granada,  
Que ahora le llaman Amanda  
Y que ya no "mola" nada,

Que dos tonos elevó  
De su voz la tesitura,  
Que su melena tiñó  
De rubia a castaña oscura,  
Que su vida envenenó,  
Que cambió su catadura.

Y que aquel pobre Crispín,  
Aquel trovador faldero,  
No se come ni un colín,  
Que ya no es revisalsero,  
Ni parece un querubín  
Como en tiempo pasajero.

Y es que entrar en casa ajena  
Como mujer disfrazado  
Suele conllevar la pena  
De acabar vilipendiado.

Febrero de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## **LAS ANDANZAS DE GASTON (Reeditado)**

### LAS ANDANZAS DE GASTON

Amaneció de mañana  
Como todos los domingos,  
Y Gastón dando un respingo,  
Se levantó de la cama  
Soñando y gritando: "Bingo !!!".

Luego, ya más despejado,  
Y aliviado en el retrete,  
Se encontró con aquel brete.  
Y es que se había acabado  
El papel para el ojete.

Y, echando mano al bolsillo,  
No lo pensó ni un momento,  
Haciendo un breve recuento  
Del dinero, el muy membrillo,  
Pensó que era buen invento,

Limpiarse con un billete  
Y, cogiendo uno de veinte,  
Y, de forma conveniente,  
Terminó con aquel flete  
Con solución ocurrente.

Y, aunque no era muy de baños,  
Y más de desodorante,  
Como daba mucho cante,  
Se hizo con agua un apaño  
Por detrás y por delante.

Y sin más, salió a la calle  
A visitar a su hermana,

Que ya era muy anciana,  
En San Salvador del Valle,  
Una población cercana

Como, sin salir de casa,  
Con aquel trance molesto  
Mermase su presupuesto,  
Decidió hacer tabla rasa  
Y, marchó, muy predispuesto,

Andando por un camino  
Que discurría entre huertas  
Y llevaba hasta las puertas  
De aquel antiguo molino  
Donde habitaba "La Berta".

Y a la mitad del camino,  
Y tras parar en la fuente,  
Lavarse manos y frente  
Y echar un trago de vino,  
Como pasa habitualmente,

Tuvo ganas de orinar,  
Y, metido en una estrada,  
Se puso a echar la meada.  
Pero, antes de acabar,  
Escuchó que se acercaban,

Entre risas, dos amigas,  
Por el sendero hacia él,  
Y se tuvo que meter  
Arrimado a unas ortigas  
Para poderse esconder.

Nervioso como una moto,  
Y cortito de visión,

No calculó el arrimón  
Y acabó con el escroto  
Como un pimiento morrón.

Y para colmo del día,  
Las señoras le encontraron  
A aquella cosa agarrado,  
Pues guardarlo no podía,  
Y, entre gritos desgarrados,

Salieron de allí corriendo  
Dejando al pobre Gastón  
Hundido en la confusión,  
Y los picores sufriendo  
De aquella gran quemazón.

Y viendo cerca un arroyo  
Pensó nuestro buen Gastón,  
En darle un buen remojón  
A su tremendo pimpollo  
Y calmar su desazón.

Y sin pensar se metió  
En el arroyo a mojarse,  
Mas, después de resbalarse,  
En medio el río cayó  
A punto de escalabrarse.

Salió de allí como pudo,  
Llegó, por fin, al molino  
Y tras un trago de vino  
Y comer una manzana,  
Le contó su desatino

A la buena de su hermana  
Que, viéndole tan maltrecho,

Le recostó en una cama,  
Y, al menos una semana,  
Rememorando los hechos,

Estuvo entre risa y risa,  
Y dicen que las vecinas,  
Cuando acudían a Misa,  
Al verla con la sonrisa,  
Decían en las esquinas

Que se había vuelto loca  
De tanto como reía.  
Y nació, desde aquel día,  
Y corrió de boca en boca,  
El cuento que narraría

Las andanzas de Gastón  
Que, en boca de las vecinas,  
En sátiro se volvió  
Y la leyenda corrió  
Como el agua cristalina.

Decía que ese hombre malo,  
Cuando atacó a las amigas  
Tenía un tremendo falo  
Rojo y grande como un palo  
Y con pinchos cual ortigas.

Y, el mismo día Gastón,  
Aprendió que algunos días,  
A alguno más le valdría,  
Quedarse de dormilón,  
Arrimarse una sangría

Y ver la televisión,  
Pues, a juzgar por los hechos,



Después de acabar maltrecho  
Y con tremenda hinchazón  
Ya nunca meó derecho.

Mayo de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## **EL FALSO POETA (Reeditado)**

### **EL FALSO POETA**

**De verdad, no hagáis caso cuando os digan,  
Que yo escribo poemas. !! Fantasías !!,  
Pues para mí, componer poesía,  
Consiste en algo más que escribir rimas.**

**Lo que se dice es muy importante,  
Y decirlo del modo conveniente,  
Pero, por mas que me muestre eficiente,  
Estaré del poeta muy distante.**

**Es poesía el susurro del viento,  
La lluvia golpeando en los cristales,  
Los sentimientos son fundamentales,  
Puede ser un poema, el sufrimiento,**

**La belleza, el desamor, la egolatría,  
La distancia de dos enamorados,  
El color de los árboles dorados,  
Cuando en Otoño muestran su hidalguía.**

**Y así, la mayoría de las cosas,  
Que cada una tiene su belleza,  
O por qué no decirlo, la tristeza,  
Que bien descrita puede ser hermosa.**

**Pero pocos son los que supieron,  
Aplicando con nitidez el verbo,  
Traducir con dulzura o con acerbo,  
La belleza de todo lo que vieron.**

**Los que fueron capaces de arrancarnos,  
La lágrima, la pena, la sonrisa.**

**Aquellos que, con métrica precisa,  
Hicieron del poema enamorarnos.**

**Les leo, les envidio, les admiro,  
Les emulo, yo trato de imitarles,  
Pero, jamás conseguiré igualarles,  
Porque, por mas que en derredor yo miro,**

**No percibo la esencia, no la veo,  
Mas, pienso que si un día la viera,  
Tampoco creo que posible fuera,  
Recrearla en mis versos con esmero.**

**Mas, no me rindo, lo sigo intentando,  
Y, al hacerlo, tal vez vaya aprendiendo,  
A encontrar, de las cosas que voy viendo,  
Esa belleza que me están negando.**

**Marzo de 2015**

## ROMANCE DE LAS TRES PRINCESAS (Reeditado)

### ROMANCE DE LAS TRES PRINCESAS

En un lejano país,  
En el año mil trescientos,  
Fueron acontecimientos  
Lo que les relato aquí.

Gobernaba la nación  
Un, muy anciano monarca,  
Que se llamaba Ali-Karka  
Con fama de bonachón.

Y tenía este buen rey  
Tres hijas como tres soles:  
La Adelaida, la Sonsoles  
Y la menor Salomé.

Las tres eran refulgentes,  
Por añadido, doncellas  
Pero, a pesar de ser bellas,  
No tuvieron pretendientes.

Y, viéndose tan mayor  
Sin un príncipe heredero,  
Caía en el desespero  
El mencionado Señor.

Y, estando muy preocupado  
Por morir sin descendencia,  
Tuvo un día la ocurrencia  
De subirse en un estrado

Y anunciar a todo el mundo,  
Muy al gusto de la moda,

Que habría una magna boda  
Con el joven Segismundo.

Llamóle pues a la corte  
Y le dijo que escogiera,  
Que, a aquella a la que eligiera  
Como princesa consorte,

Un palacio dotaría  
Y un buen montón de dinero,  
Nombrándole su heredero  
Si un hijo varón tenían.

Era el joven susodicho  
Hombre de ganada fama  
De conquistar a las damas  
Con sus bromas y sus dichos.

También le hacía la gente  
Dueño de grandes caudales  
Mas, para colmo de males,  
Era más bien indigente.

Y viendo en la coyuntura  
Ocasión más que propicia  
de salir de la inmundicia  
Y mejorar su ventura,

Al saber, la buena nueva,  
Puso como condición  
Dar sólo su bendición,  
A quien pasase tres pruebas.

La primera consistía  
En hacer un buen asado  
Que, por bien condimentado,

Duraría quince días.

Y cocinaron las tres  
Sendos patos en el horno,  
Con patatas por adorno  
Y con verduras también.

Y así estuvo medio y mes  
Comiendo pato a diario,  
Con un vino extraordinario  
Y con algún entremés.

Y, mientras duró la prueba,  
A Adelaida cameló  
Con sus chanzas de bufón  
Y ya, dejó de ser nueva.

La segunda consistía  
En confeccionar un traje  
Digno de su alto linaje,  
En menos de treinta días.

Y las tres se lo cosieron  
En aquel plazo fijado  
Y, le dejaron pasmado  
Con los trajes que le hicieron.

Y, mientras ellas cosían,  
Él se trabajó a Sonsoles,  
Sacándole los colores  
Con las cosas que decía.

Sonsoles cayó en sus redes  
Con aquel predicamento,  
Y luego, en sus aposentos,  
Disfrutó de sus placeres.

Fué después su petición,  
Contar en treinta y tres días,  
Al son de una melodía,  
Un cuento de su invención.

Y así, el ladino doncel,  
Disfrutó de cien veladas  
Con sus tres enamoradas  
En su cama con dosel.

Pero no le resultó  
Su trampa con Salomé,  
Ya que no yació con él,  
Nunca se lo permitió.

Segismundo, enamorado  
De la tercera princesa,  
Decidió hacerla su presa  
Por medio del resultado.

Y así, nombró ganadora  
De las pruebas realizadas  
A Salomé, la agraciada  
Con su tan ansiada boda.

Segismundo se casó  
Con toda pompa y boato  
Y, el monarca mentecato  
De nada se percató.

Y a su palacio a vivir  
Marcharon los dos esposos,  
Disfrutando venturosos  
De su riqueza sin fín.

Pero, héte aquí, que el buen rey,  
Al cabo de algunos meses,  
Amoscóse porque viese  
Las barrigas de su grey.

Y tornóse furibundo  
Cuando las supo preñadas,  
Sin saber de las andadas  
Del ladino Segismundo.

Mas, un día, pensador,  
Llegóse a la conclusión,  
De saber que aquel bribón.  
Era el truhán preñador.

Y un mensajero mandó,  
Con fingida cortesía,  
Para que acudiera un día  
A aquella regia mansión.

Acudieron los amantes  
Al cabo de una semana  
Y vieron las tres hermanas  
Que todas eran gestantes.

Pues, también la Salomé  
Ostentaba preñadía,  
Tal era la puntería  
De aquel ladino doncel.

Dicen que el rey bondadoso  
A Segismundo capó,  
Así. su honra vengó  
Y fue misericordioso.

Y después le desterró,



Obligando a Salomé  
A quedarse allí con él.  
Y tan feliz se quedó.

Y cuentan que Segismundo  
Va de tascucio en tascucio  
Desarrapado, muy sucio,  
Y pidiendo a todo el mundo.

.....  
Si casaron las infantas  
No se cuenta en este cuento,  
Pero si que, muy contento,  
Vivió su vida el monarca.

Y es que consiguió Ali-Karka,  
De un plumazo y a la vez  
Un heredero no ..... tres.

Marzo de 2016  
Jose Cruz Sainz Alvarez

## LA PRIMAVERA (Reeditado) t

LA PRIMAVERA

Llega la primavera,  
humilde, con permiso del invierno,  
como por vez primera,  
y con sus brotes tiernos,  
brindando a la esperanza un canto eterno.

Con vestido de flores  
ribeteado con toques de color,  
con sus miles de olores  
aromando el amor,  
inspirando colores al pintor.

La musa del poeta,  
con su blanco mantón color almendro,  
alma de violeta,  
alma de rododendro,  
fiel canto a la belleza y a su acendro.

Batidora de hormonas,  
de incipientes amores juveniles  
con sed de feromonas,  
y de amores seniles  
disfrazados de idilios moceriles.

Cerezos en albeo  
con níveos destellos como talma.  
de trinos y gorjeos,  
que sosiegan el alma  
con su bella canción de paz y calma.

Estación del amor,  
de partida de jóvenes amantes,

de ilusión, de rubor,  
de besos anhelantes  
a espaldas de tutores vigilantes.

Y de nuevo el verano,  
el eterno ladrón de primaveras,  
dejará con su mano  
cálida y cicatera,  
de toda esta belleza, .... el alma huera.

Abril de 2016

Jose Cruz Sainz Alvarez

## EN CUADERNA VIA (Reeditado)

Aquellas aguas claras, sonoras, cantarinas,  
con mensajes del cielo, bajan de las colinas,  
y dicen a mi alma que tu amor no termina,  
que me sigues queriendo convertida en Ondina.

.....  
Si mi aliento sirviera para resucitarte,  
yo sin él me quedara por volver a adorarte.  
y aún después de muerto, volvería a amarte  
y la muerte daría por volver a besarte.

.....  
Hoy te miro a los ojos mi bella enamorada,  
y te contemplo triste, sin brillo en la mirada.  
Y solloza por dentro mi alma desesperada,  
al sentirse culpable, aún sin hacerte nada.

.....  
Por intentar quererte con amor tan intenso,  
con el resto del alma te compuse estos versos.  
Ahora vivo vagando, perdido en mi universo,  
ahogado entre las aguas de este amor tan inmenso.

.....  
Mirándote una tarde, quedéme yo prendado  
de ese negro profundo de tus ojos rasgados.  
Quisiera, si muriese, morirme yo a tu lado,  
mirando esos tizones, por su fuego abrasado.

.....  
Enredada en tu pelo quedóse mi mirada,  
y con ella un retazo de mi alma enamorada.  
Después te fuiste lejos dejando destrozada  
mi vida que, por siempre, vaga desamparada.

.....  
Quisiera por la tarde disfrutar de la brisa,  
mirándome en tus ojos con deleite, sin prisa,  
contemplando extasiado la paz de tu sonrisa

y sellarla con besos de sabor a melisa.

.....

Por besar en tus labios ardió mi corazón,  
quién pensara aquel día, del hoy, mi desazón,  
vagando por mi vida como un triste bufón  
llorando, por no verte, mi triste frustración.

.....

Se pararon las horas al contemplar tus ojos,  
y hasta los mismos cielos, postrándose de hinojos,  
cesaron la tormenta, calmaron sus enojos,  
y te cantaron juntos mirlos y petirrojos.

Mayo de 2015

## REBELION

### REBELIÓN

Sientes en tu interior,  
que la vida se apaga día a día,  
que es más lento el motor,  
que en tu mente hay sequía,  
presientes, de tu fin, la cercanía.

Se pierden tus reflejos,  
lo mismo que la vista y el oído.  
Te miras al espejo  
y te ves consumido,  
sientes tu cuerpo viejo y dolorido.

Te sientes desplazado,  
como un estorbo, si estás entre la gente.  
Te sientes rechazado,  
ves la sonrisa hiriente  
de gente que te escucha displicente.

Sufres de soledad,  
triste e indeseable compañera,  
y en tu inseguridad  
traidora y cicatera,  
sospechas del que tienes a tu vera.

Y tu alma se rebela;  
que presientes el fin y vas más lento,  
insuflas en tu vela  
un poco más de aliento,  
pones más ilusión y sentimiento.

Refuerzas tus reflejos  
con más serenidad y más prudencia

y si te sientes viejo  
y añoras la potencia,  
te dices que has ganado en experiencia.

Y si en algún momento  
te crees por alguno rechazado,  
en lugar de un lamento  
o mostrarle tu enfado,  
sonríes y lo apartas de tu lado.

Contra la soledad,  
la receta más vieja de este mundo;  
te rodeas de amistad,  
del amigo profundo,  
y la disfrutas segundo a segundo.

La vida selecciona,  
te ayuda a descubrir al buen amigo,  
a aquel que reacciona  
padeciendo contigo  
y abre su corazón para tu abrigo.

Vives en positivo,  
que la vejez te dio sabiduría,  
para sentirte vivo,  
para vivir al día  
y afrontarlo con toda valentía.

Y repartes momentos  
de alegría, de cariño, de amistad,  
y le dices al viento  
que a pesar de la edad,  
continúas viviendo de verdad.

Octubre de 2017

Jose Cruz Sainz Alvarez





## AUSENCIAS

### AUSENCIAS

Contigo está pero en perpetua ausencia,  
tan cerca y tan lejos de tu lado,  
navegando quizá por el pasado  
o soñando Dios sabe qué vivencia.

Sólo tienes su cuerpo sin mirada  
perdido en una nube silenciosa.  
Tan sólo una sonrisa afectuosa  
con tintes de tristeza dibujada.

Si le hablas, en su ausencia, no te atiende,  
la acaricias y te mira sin mirarte,  
ni una señal que pueda confirmarte  
que te sigue queriendo, que te entiende.

Es tan sólo en sus lúcidos momentos,  
cada vez más breves y distantes,  
cuando te miran sus ojos brillantes,  
que se inunda tu alma de contento.

Y el amor que rebosa su mirada  
con su silente y nítido lenguaje,  
te transmite su cálido mensaje  
de ferviente y leal enamorada.

Y entonces no te duele el sufrimiento,  
se mitiga este trago tan amargo  
de observarla sumida en un letargo  
que le niega cualquier entendimiento.

Pides que se mantenga este resquicio

que ilumina esa parte de su alma  
y que duren amor, paciencia y calma  
que ayuden en tu duro sacrificio.

Lentamente los meses van pasando.  
Tú te entregas a tu febril tarea  
a pesar que la angustia te golpea  
pues percibes que ella se está acabando

y temes que no sea suficiente  
el tiempo que te queda aún a su lado  
para compensar todo lo que te ha dado  
porque su corazón sigue consciente.

Jose Cruz Sainz Alvarez

Julio de 2017

## YO, NUBE

### YO NUBE

Nacida de algún lago, mar o río,  
me elevo en un evanescente vuelo  
hasta mi dulce hogar, límpido cielo  
que me permite vivir a mi albedrío  
gozando de su mar de terciopelo.

En mis viajes dictados por el viento,  
voy recorriendo un mundo sin fronteras,  
sobrevolando montes y praderas,  
y gozando, de la noche, un firmamento  
que me sirve de almohada y cabecera.

Me gusta disfrazarme, travestirme  
a infinidad de formas y colores  
según sea el humor de mis vapores.  
Yo puedo disolverme o comprimirme  
en cirros, en estratos y hasta en flores.

Soy coleccionista de sueños y despistes  
del iluso que aún mira hacia lo alto  
y gentes que conservan el encanto  
de la añoranza y la mirada triste,  
y envían a mis brazos a su santo.

Que creen distinguir en mis disfraces,  
figuras, borreguitos, corazones ...  
y me emocionan con sus ilusiones  
de momentos felices y fugaces  
que captan la verdad de sus visiones.

Otras veces, soy yo la que aún añoro  
el convertirme en lago, mar o río,

y por vivir el sueño que yo ansío,  
me convierto en lluvia cuando lloro  
consiguiendo el sueño que porfío.

O me convierto en niebla y bajo al suelo  
a besar, en las frías madrugadas,  
a la que otrora fuera mi morada  
antesde encaramarme hasta este cielo,  
líquido canto de mi tierra amada.

Tuve amores con luna, sol y monte  
y también me pretende algún lucero,  
pero mi sino es errante viajero,  
y yo me enamoré de un horizonte,  
con fama de huidizo y pasajero.

Disfruté con mi monte y con su altura,  
subí su falda y lo abracé en la cima,  
alimentando mi ego y mi autoestima  
con sus besos de nieve y de frescura  
Al año, me engañó con una sima.

De la luna, yo amé el argento brillo  
de su mirada traviesa y sonriente.  
De aquel amor, en su fase creciente,  
disfruté juguetón como un chiquillo,  
mas, pronto se mudó en inconsistente,

porque, tras de gozarlo a dicha plena,  
murió de languidez y amor menguante  
y se volvió errática y distante,  
convirtiéndose en una luna nueva  
que transita, en la noche, sollozante.

Un día la envolví en mi niebla densa  
y cuando estaba ausente y distraída,

taimadamente, yo emprendí la huida,  
dejándola desnuda e indefensa  
expuesta a las miradas de por vida.

Subí muy alto huyendo de un mal día  
y entonces conocí al rey flameado,  
mas, no siendo su abrazo de mi agrado  
pues ponía calor en demasía,  
salí de allí con el amor tizado.

Y en un día de lluvia y de tristeza,  
cansada de llorar mis desamores,  
un arco iris pintado de colores  
inundó el horizonte de belleza  
renaciendo mis platónicos amores.

Desde entonces yo vivo la utopía  
de perseguir un sueño inalcanzable  
que me hechiza de forma irrefrenable;  
ese horizonte que mi amor ansía  
y me rehúye de forma inevitable.

Marzo de 2018

Jose Cruz Sainz Alvarez

## MI MAR CANTÁBRICO

### MI MAR CANTÁBRICO

Amado Mar que rompes en mi orilla  
con furia de coloso, embravecido,  
cubriéndola, altanero y engreído,  
con tu blanca y efímera mantilla,  
con espumoso y musical tejido.

Besos suaves en rubios arenales,  
vestido de azulón si estás tranquilo,  
buscando allí su sosegado asilo,  
rociados con aromas de tus sales  
en vaivén de silencio y de sigilo.

O embates al castillo acantilado,  
vestido de metálica armadura,  
armado de coraje y furia pura,  
los días que te muestras enfadado  
demostrando tu fuerza y tu bravura.

Benéfico almacén para tu gente  
que con sus barcos parten de tu puerto  
a la aventura en un destino incierto,  
buscando el alimento de tu vientre  
sin saber si eres oasis o desierto.

Que rezando a su Carmen milagrosa,  
le piden que no sea hoy ese día  
que te conviertes en maligna Harpía  
y te cobras con fauces espumosas  
tu impuesto por hacer su travesía.

Mar singular de singulares olas,  
en calma cabalgado por delfines

asidos con sus tablas a sus crines  
o encabritado, haciendo mil cabriolas  
para alcanzar, del cielo, sus confines.

Tú marcas con tu impronta a tus vecinos,  
y les haces bravíos e indomables,  
pensativos, serios e imperturbables.  
Tú marcas avatares y destinos  
con tu reino y tu ley inescrutable.

Si me voy de tu lado, yo te añoro.  
Ansío tu canción y tus olores,  
tu bravura, tus olas, tus colores,  
porque eres de mi tierra su tesoro  
aunque causes, a veces, sus dolores.

Enero de 2018

Jose Cruz Sainz Alvarez

## EL TRECHO

### EL TRECHO

Se forman en la mente  
las ideas mediante el pensamiento.  
A menudo, fútilmente,  
pues nuestro entendimiento,  
no las dota de fuerza y movimiento.

Y es en el corto trecho  
que va desde la mente al corazón,  
en ese paso estrecho,  
donde nuestra razón  
les aplica su propia inquisición.

En este estrechamiento  
de prejuicios, desidia y cobardía,  
los buenos sentimientos  
concluyen su porfía  
penándolas al frío y a la umbría.

Tan sólo un corazón  
harto de sentimientos en barbecho,  
librará a la razón  
de su suelo y su techo  
y esa idea podrá, al fin, ser un hecho.

Jose Cruz Sainz Alvarez

Septiembre de 2018



## LA DAMA DE LOS SOMBREROS

### LA DAMA DE LOS SOMBREROS

Un día más sentada ante su tienda  
en el banco que ocupas cada día,  
al acecho de aquel que más querías,  
tejiendo como siempre alguna prenda  
con la que revestir tu soltería.

Te afanas obsesiva en tu labor,  
soportando los fríos y calores,  
masticando los crueles sinsabores  
causados por aquel ingrato amor  
que traspasó tu alma de dolores.

Y tan sólo abandonas tu labor  
para centrar de nuevo tu mirada,  
nostálgica, triste y enamorada,  
en el hombre que te juró su amor  
para dejarte luego abandonada.

Aquel amor paralizó tu vida,  
tu mundo se detuvo de repente  
trastornando tu lógica y tu mente.  
Y desde aquel, momento tu alma herida  
se muere cada día lentamente;

tocada de estrámbóticos sombreros,  
con vestidos de ciento y un colores,  
aislada, insensible a los rumores  
de la gente que pasa, a los obreros,  
perdida en tus mundos soñadores.

¿A dónde viajará tu turbia mente  
enredada en la niebla del pasado?

Quizá volviste a aquel amor frustrado,  
el que viviste apasionadamente  
y que dejó tu corazón bloqueado.

Atardece en la plaza de Arriquíbar  
y cientos de estorninos y gorriones,  
te acompañan con trinos y canciones,  
en tu triste soledad llena de acíbar  
de un amor que mató tus ilusiones.

Y de repente, te envolvió la noche.  
Recogiste la bolsa de tus lanas,  
una última mirada a la persiana  
cargada, como siempre, de reproche  
y te perdiste en esa jungla urbana.

Y como en la canción de Mocedades,  
("en todo el barrio te llamaban loca")  
tú viajas sin parar de boca en boca,  
sin que entiendan tus tristes soledades  
y que es amor lo que te descoloca.

Jose Cruz Sainz Alvarez

Septiembre de 2018

## BUSCANDO VERSOS (Reedición)

BUSCANDO VERSOS (Reedición)

Busco un verso sereno  
que lleve la quietud a tus entrañas,  
ese que de paz baña,  
antídoto al veneno  
que consume tu adentro con gran saña.

Busco un verso sutil  
que diga lo que dice sin decirlo,  
que te haga digerirlo,  
que te invite gentil  
a buscar su sentido, a traducirlo.

Busco un verso atrevido  
que te incomode, que te ruborice,  
un verso que agudice  
tu deseo dormido,  
que tus ganas de amor revitalice.

Busco un verso valiente,  
que grite la verdad, que la defienda,  
que no le duela prenda  
defendiendo a la gente,  
ese verso que cale, que se extienda.

Busco un verso de adentro,  
un verso que vomite sentimiento,  
la risa y el lamento,  
con la verdad por centro,  
que vacíe mi alma sobre el viento.

Busco un verso armonioso,  
que inunde de belleza el corazón,

que consiga ese don,  
de hallar el lado hermoso  
de las cosas que te niega la razón.

Todo eso y mucho más  
persigo al componer mi humilde verso,  
volverme del reverso,  
no dar un paso atrás  
en mi busca por todo mi universo.

Y el día que lo encuentre  
Podré decir : " Ya tengo la receta",  
"Ya conseguí mi meta".  
Lo sentiré en mi vientre  
y fuerte gritaré: "YO SOY POETA".

Enero de 2017

Jose Cruz Sainz Alvarez

## AUNQUE YA ESTÉ DESPIERTO

AUNQUE YA ESTÉ DESPIERTO

Aunque ya esté despierto,  
fingiré estar dormido por soñarte.  
Subiré a cielo abierto,  
volaré hasta encontrarte,  
por hallar tu cariño, por amarte.

Y serán mensajeros  
del amor que te tengo sin tenerte,  
estos sueños viajeros  
de un corazón inerte  
que se agota de pánico a perderte.

Enviaré a mis besos,  
recubriendo con élitros sus alas ,  
tan solo porque ilesos,  
arriben al Valhalla  
de tus labios, a degustar sus galas.

Y si mi triste sino,  
no me diera la dicha de lograrlo,  
buscaré otro camino,  
sin tregua, hasta encontrarlo  
y seguiré soñando por soñarlo.

Jose Cruz Sainz Alvarez

Octubre de 2018

## A UN POETA

### A UN POETA

Visitaré tu tumba cualquier día  
por rendir homenaje a tu legado,  
mas no te lloraré, no te he llorado  
porque pervives tú en tu poesía.

Estuviste del lado del de abajo,  
defendiendo su hambre y su pobreza,  
descubriendo, con toda su crudeza,  
la realidad sin ambages, sin atajos.

Tu verso penetró en mi corazón,  
despertando, espoleando mi conciencia,  
alumbrando con tu clarividencia  
mi ceguera, mi triste cerrazón.

Tu verso permanece en mi memoria,  
impoluto, valiente, apasionado,  
directo, riguroso, fecundado  
de verdad que marcó tu trayectoria.

Lloraré por aquellos que ignoraron,  
de tu verso, su esencia y su mensaje  
y lo haré por los falsos homenajes  
que, por lisonja, otros te obsequiaron.

Cantaré, con el cantor, tu verso herido,  
ahogado de emoción en su garganta,  
del sentimiento puro que amamanta,  
en la esperanza, a un corazón transido.

Y lloraré tus versos censurados  
por la ceguera de cerradas mentes

que tratan de acallar gritos dolientes,  
de los parias hundidos y olvidados.

Pero jamás por ti, no estarás muerto,  
mientras alguien relea tus poemas,  
que ellos son tu bastión y tus emblemas  
para guiar a los hombres a buen puerto.

## INTRANSIGENCIA

### INTRANSIGENCIA

Hoy se mueve mi verso hacia mi adentro,  
a buscar las esencias de mi vida  
y al pensar en la senda recorrida,  
percibo la deriva de mi centro.

Pretendo, de mi alma, el reencuentro,  
de razón y cordura, la medida,  
ansío taponar la cruel herida  
que me arde, me consume desde dentro.

Dar paso, nuevamente, a un corazón  
que reviva al sentir su sentimiento,  
que reaccione intrépido, valiente.

Que la brida que impone la razón,  
no socave, no mine sus cimientos,  
por una tiranía intransigente.



## PAISAJES

### PAISAJES

Paisajes de una tierra dibujando desiertos,  
un día regalados por la lluvia y sus mieles,  
que lucieron otrora como bellos vergeles,  
y ahora se presentan como parajes yertos.

Donde ahora malviven pobres agricultores,  
en un triste equilibrio de miseria y pobreza,  
sabiéndose olvidados por la naturaleza  
y regando sus tierras tan solo con sudores.

Paisajes congelados por los eternos hielos  
que sirven de equilibrio a la tierra y la vida,  
y ahora se derriten de forma desmedida,  
subiendo los niveles e inundado los suelos.

Paisajes inundados por lluvias torrenciales,  
que arrasan a su paso los pueblos y viviendas,  
por aguas que recorren esas antiguas sendas,  
aguas que recuperan antiguos humedales.

Paisajes devastados por vientos y huracanes,  
tornados y tsunamis, tormentas y ciclones,  
o por ríos de lava producto de erupciones  
de un resurgir extraño de dormidos volcanes.

Y en medio de este caos de macabra tragedia,  
el hombre, su epicentro, con su triste postura,  
desoyendo el mensaje de la Madre Natura,  
fingiendo su sosiego, viviendo su comedia,

devorando riqueza, destruyendo la vida,  
dibujando paisajes moribundos y yertos,

legando a nuestros hijos este futuro incierto  
de tierra maltratada, reseca y malherida.

DONREVIS

## LA AURORA

### LA AURORA

Jamás renegaré de aquella aurora  
que destierre la noche y su silencio,  
pues, con su luz, revivo y evidencio  
que el silencio corroe y te devora.

Que dormir es morir poquito a poco,  
tan solo el descansar lo justifica,  
aunque el descanso de la noche implica  
regenerarte y no volverte loco.

La aurora es despertar a un nuevo día,  
el iniciar de nuevo tu camino,  
el forzar nuevamente tu destino  
y reencontrar de nuevo la alegría.

Y con la aurora nacerá ese verso,  
que confine el silencio temeroso,  
un verso vivo que elimine el foso  
que te impide saltar a otro universo.

Pues, tan solo al volar a cielo abierto,  
la verdad dictará tu pensamiento  
y ella será motor, eje y aliento  
en esta sociedad de seres yertos.

JOSE CRUZ SAINZ

## MIRADAS

### MIRADAS

Me aturden esos ojos que me miran de frente  
exponiendo en su brillo su verdad interior;  
sentimientos que afloran nítida, claramente  
mensajes que me gritan en silente clamor.

Son miradas de odio, de horror, de desespero,  
de tristeza, de hambruna, de ruina, de temor,  
que se clavan en mi alma como dardo certero,  
provocando tormentas de frío abrasador.

Y a pesar de aturdirme, remueven mi conciencia,  
me obligan nuevamente a desviar mi mirada  
por no ser consecuente con mi fuero interior.

Y otra vez me propongo, obrar en consecuencia,  
consternado de nuevo, mi conciencia tocada,  
pensando nuevamente: solo es cuestión de amor.

## TU SONRISA

### TU SONRISA

Aterrizó en tus labios,  
endulzando cual fruta sazónada,  
convirtiendo en nectarios  
esa, tu boca ansiada  
por mil besos en furia desatada.

Iluminó tus ojos  
con chispas, con destellos de alegría,  
azuzando mi antojo  
de hacer tu boca mía,  
de sorber, de tus labios, su ambrosía.

De vivir nuevamente  
ese viaje instantáneo al infinito,  
de volverme demente  
y con callado grito,  
reiniciar, del amor, su dulce rito.

Y escuché tus latidos,  
sincronía celestial de tu sonrisa,  
y deseos dormidos  
acuciaron mi prisa  
por degustar, de tus besos, la melisa.

Y yo sellé tu boca  
con un beso más largo y más profundo.  
Y mi cabeza, loca,  
se olvidó de este mundo  
y viví el infinito en un segundo.

Y recordé al momento,  
el día que te vi por vez primera,

cuando observé el portento;  
la alegre primavera  
de tus labios sonrisa en bandolera

y me quedé colgado  
del brillo de tus ojos, de su danza.  
Hoy, ciego enamorado  
mantengo la esperanza  
de retener esa sonrisa a ultranza.

Jose Cruz Sainz Alvarez

## MIRANDO AL CIELO

### MIRANDO AL CIELO

Hoy mirando hacia el cielo,  
en día soleado y reluciente,  
mi corazón se alzó en un dulce vuelo  
a buscar aquel alma que, inocente,  
le devolviera, con dosis de cariño,  
esa paz que le diera siendo niño.

Y se encontró, de nuevo, con tu alma,  
quizás en encuentro provocado,  
recobrando de nuevo aquella calma  
que supiste insuflarle en el pasado  
cuando sólo el amor de tu mirada  
convertía mi noche en sosegada.

Y al momento, surgió una melodía,  
en un dúo, tu alma y mi corazón,  
cantaron en perfecta sintonía  
las notas de la más bella canción;  
una canción de amor y de añoranza,  
una canción de vida y de esperanza.

De añoranza desde ese triste día  
que te fuiste a vagar por ese cielo  
y dejaste mi vida tan vacía,  
que vivo aún sumido en este duelo,  
recuerdos de momentos que vivimos,  
del amor que me diste y compartimos.

De vida porque late mis latidos,  
que te noto tan cerca que es adentro,  
que te siento con todos mis sentidos,  
que sigues siendo de mi vida el centro

que tu amor me acompaña cada día,  
y es motor de mi vida y mi alegría.

Y es canción de esperanza porque un día,  
al final ya cansada del camino,  
se volverá mi alma melodía  
y buscará en el cielo su destino:  
fundirse con tu alma en un abrazo  
y renacer por siempre en ese lazo.

Jose Cruz Sainz Alvarez



## NANA

NANA

Mi niño dame tu mano,  
vamos juntos a volar  
hasta un país muy lejano  
donde podrás descansar.  
Mi niño dame tu mano,  
vamos juntos a volar.

Hasta el país de los sueños,  
un país de fantasía,  
donde los niño pequeños  
podeís soñar cada día.  
En el país de los sueños,  
un país de fantasía

Dormiremos en la luna,  
un lucero por almohada,  
con un cometa por cuna  
en esta noche estrellada.  
Dormiremos en la luna  
un lucero por almohada.

Así dormirás viajando  
a un mundo de fantasía  
la noche te arrullará  
con mil bellas melodías.  
Así dormirás viajando  
a un mundo de fantasía.

Un arco iris hermoso  
Iluminará tus sueños  
y un unicornio precioso  
tú montarás, mi pequeño.

Un arco iris hermoso  
Iluminarán tus sueños.

Y cuando ya estés despierto,  
volveremos a soñar,  
con volar a cielo abierto  
para contemplar el mar.  
Y cuando ya estés despierto  
volveremos a soñar.

Que el vivir solo es un sueño,  
que no soñar es morir.  
Sueña, sueña mi pequeño,  
y aprenderás a vivir.  
Que el vivir solo es un sueño,  
que no soñar es morir.

## DE CAMINO AL CORAZÓN

### DE CAMINO AL CORAZÓN

Surgen de mi interior  
con firme vocación de hacerse verso,  
luchando con fervor  
por dejar su universo  
y volver a emprender su viaje inverso.

Son palabras e ideas  
percibidas en mi corto recorrido  
y ahora, como albacea  
del tesoro recibido,  
se me obliga a buscarles un sentido.

Nacieron de la vida;  
la tristeza, el amor y la belleza,  
y ahora buscan su huída  
pugnando en mi cabeza  
y poniendo a prueba mi destreza.

Y temo, en mi trabajo  
de versarlas, de marcar su camino,  
que, por usar atajos,  
les condene al destino  
del olvido, del triste peregrino.

Que callada tristeza,  
si un poema muriera en un cajón,  
por falta de destreza,  
o por cualquier razón  
que le impida llegar al corazón.

Y qué mejor destino  
que ocupar un rincón en tu memoria

al final del camino.

El verso y su victoria:

morar en tus recuerdos, en la gloria.

## SOLEDADES

### SOLEDADES

A ti lector que escuchas el silencio  
de los gritos encerrados en el verso,  
en lo más interior de su alma inmerso,  
ni juzgo, ni condeno, ni sentencio.

A pesar de violar su intimidad  
pretendiendo vestir tus soledades,  
abrigando tu ego y tus verdades  
con su mensaje y su sinceridad,

te brindo acicalarte en su lectura,  
con tanta desnudez como dispongas,  
sin prejuicios, sin velos, ni rezongas  
que marchiten, del verso, su frescura.

Sólo así, podrás libar la esencia  
de un sentimiento escrito en soledad,  
que por sincero, tendrá una facultad:  
ahuyentar tu soledad con su presencia.

JOSE CRUZ SAINZ

## SUEÑOS IMPOSIBLES

### SUEÑOS IMPOSIBLES

Yo dibujé tu cara en el líquido espejo,  
recordando tus ojos, tu boca de chiquilla  
y en ondas misteriosas se diluyó en la orilla,  
quedándome al momento solitario y perplejo,  
las manos en el agua, postrado de rodillas.

Yo pronuncié tu nombre, una tarde en la brisa,  
y se lo llevó el aire celoso y egoísta,  
y me quedé mirando, hasta cansar mi vista,  
por ver de qué lugares provenía la risa  
que devolvía el eco con aire triunfalista.

Yo recordé tus besos, en tardes sosegadas,  
y al punto, mi memoria, me sumió en el olvido,  
y yo desorientado, perdido, confundido,  
busqué entre mis recuerdos y solo obtuve nada,  
sumiéndome en un mundo vacío, sin sentido.

Al cabo de los días, sentado junto al lago,  
vi como el suave viento, sobre las aguas claras,  
con mano de maestro, dibujaba tu cara,  
tus ojos, tu sonrisa, como si fuera un mago  
sacando del olvido el rostro que añorara.

Y susurró tu nombre, con su voz cantarina,  
y volvieron, al punto, los recuerdos perdidos,  
recuperando el pulso mi corazón hundido,  
y pasé largas horas junto a mi bella ondina  
recordando mis días de amor correspondido.

Luego me desperté y me quedé pensando,  
soñando que soñaba la dicha de tenerte,

y en este iluso sueño, creí que por quererte,  
se harían realidades lo que estaba soñando:  
mi amor te rescataba del sueño de la muerte

Jose Cruz Sainz

## MADRE AFRICANA

MADRE AFRICANA

Cántaro a la cabeza y niño en la cadera,  
recorres impasible en amarga rutina,  
esa áspera llanura que, en ardiente caldera,

se te pega a las plantas con pertinaz inquina.  
Hace ya muchos años, que a aquel pozo vetusto  
se le olvidó obsequiaros con su poción divina,

y ahora cada día, en un tormento injusto,  
has de buscar el agua, a una cruel distancia  
de donde está el poblado, por un paisaje adusto.

Caminas con aplomo, con sencilla elegancia,  
herencia de una tribu de genuinos guerreros  
que vivieron antaños de feraz abundancia.

Mimética mujer de paisajes austeros,  
heroína de cuentos sin final con perdices,  
si acaso, bajo el fario de las de mal agüero,

sin siquiera esperanzas de momentos felices  
que llevarte a una vida, vacía y hastiada.

Marcada va tu vida de hondas cicatrices,

que sufres altanera, con actitud callada,  
estoica mansedumbre grabada en tu adeene,  
esculpida en tu alma hundida y rebajada.

Y a pesar de tu vida, tu corazón mantiene  
la feroz valentía de leona en crianza,  
que mata por sus crías, pues no habrá quien te frene



por mantenerlos vivos, en esa cruel balanza  
de frágil equilibrio: muerte y supervivencia,  
con desiguales fieles: lucha y desesperanza.

Jose Cruz Sainz

## MI SOMBRA

MI SOMBRA

Hoy que reluce el sol, vuelvo a tu lado.  
Me refugié en mi mágica guarida  
donde sufro los días de nublado,  
pero en días de sol vuelvo a la vida.

Pasé de la tristeza del submundo,  
a sufrir el rigor de la cadena  
que con tu devenir de vagabundo,  
me predestina a una perpetua pena.

Prisionera a tus pies y tu albedrío,  
me arrastro por el suelo que tu pisas,  
sufriendo los calores del estío,  
adaptándome al ritmo de tus prisas.

Tan solo me incorporo en las paredes,  
que viéndome postrada y humillada,  
me conceden, piadosas, las mercedes  
de apoyarme en sus caras encaladas.

Jamás contemplo el sol por más que luzca.  
Me lo oculta sin dádiva ninguna,  
tu figura corpórea y negruzca,  
como el sol eclipsándole a la luna.

Yo seré tu colchón si tú cayeses  
y me erguiré contigo al levantarte.  
Y juro que, por mucho que corrieses,  
iré pegado a ti para escoltarte.

Yo soy tu sombra y como tal, yo trato

de procurarte adhesión y compañía,  
soy a la vez el reflejo y el retrato  
que le ofrece, a tu Yo, su sintonía.

Prometo acompañarte hasta la muerte,  
luego me iré al reino de las sombras,  
donde la luz del día se convierte  
en un mundo sin líneas y sin formas.

Mas, si un día de sol no me encontrases,  
no es que volví al mundo de la umbría,  
no pierdas por mi culpa la alegría.  
Si por mi preocupado, me extrañases,  
búscame al otro lado, por un día,  
quisiera que tú fueras sombra mía  
y disfrutar del sol que disfrutases.

Jose Cruz Sainz

## DUALIDAD

### DUALIDAD

Yo soy la dualidad que hay en mi adentro;  
el bien y el mal del fiel de mi balanza,  
yo soy mi periferia y soy mi centro,  
soy la lucha de mi ira y mi templanza.

Soy la parte que quiere ser mi sombra  
cuando mi corazón late encendido,  
y la luz, que me sirve como alfombra,  
en días que me siento alicaído.

Soy las alas que, sin dejar el suelo,  
hundido en mis raíces firmemente,  
me sirven para remontar el vuelo  
de soñador tenaz e impenitente.

Yo soy hombre y mujer, confusamente,  
sin hallar, en mi sentir, la diferencia,  
desnudando, de mi alma y de mi mente,  
prejuicio, educación y renuencia.

Soy la piedra que provoca mi caída  
y la mano que se tiende y me levanta,  
soy excusa del prófugo en mi huida  
y valor que la niega y que la espanta.

También soy mi pasado y mi futuro,  
soy por tanto condena y esperanza,  
a veces soy mi puerta, otras mi muro,  
ateo a veces, pero amo a Dios a ultranza.

Yo puedo ser parada o movimiento,  
lo que equivale a ser silencio o verso,

yo puedo ser veneno o alimento  
Yo soy, en fin, mi cara y mi reverso.

Soy como soy, dual y complicado,  
preso de mis humanas circunstancias,  
en mis acciones, errado o acertado,  
mas sabedor de mi insignificancia,

esclavo de la lucha en mi interior,  
del combate de espíritu y materia,  
del de la indiferencia y el amor  
por la vida, el dolor y la miseria.

Jose Cruz Sainz

## RENACIMIENTO

### RENACIMIENTO

Hace ya mucho tiempo que perdiste el camino,  
aquel que te marcara con versos el poeta  
y ahora, casi al punto de olvidar tu destino,  
vuelves atrás tu vista, al ver cerca tu meta.

Él te marco la ruta, tus pasos, piedra a piedra,  
con versos de esperanza, sus versos más sinceros,  
con versos anidados, prendidos como hiedra  
al sufrimiento humano, al sufrir verdadero.

Un hombre que se apega al suelo, a sus raíces,  
esclavo de la tierra, de fábricas oscuras,  
que atesora sudores en vidas infelices,  
que va dejando surcos de sangre en su andadura.

Entiendes que ya es hora de torcer un pasado  
forjado en la mentira, basado en la injusticia,  
de espaldas al que tiende su mano justo al lado,  
basado en apariencias, hundido en la avaricia.

Pero te ves marcado con pátina de un tiempo  
de falsos oropeles, de insidia y de ceguera,  
y se hace cuesta arriba marcarte un nuevo tempo  
que oriente tu deriva hacia la primavera.

Dale forma a la forma hasta que sea fondo,  
raspando tus barnices con alma y sentimiento,  
no te quedes afuera, húrgate en lo más hondo  
vístete de conciencia y ponla en movimiento.

Porque nunca fue tarde descaminar lo andado  
y trazar nuevas sendas con los pies en el suelo,

de la mano del hombre, en el hombre volcado,  
con las alas del hombre dispuesto a alzar el vuelo.

Jose Cruz Sainz Alvarez

Abril de 2019

## EL BAUL DE LOS SUEÑOS

EL BAÚL DE LOS SUEÑOS.

Yo he sido detective y bucanero,  
explorador del Ártico y gaviota,  
naufragué en las islas más remotas,  
surqué con mi velero el mundo entero,  
fui un delfín, un dragón y una marmota.

Todo esto de la mano de un amigo  
A quien conozco bien desde mi infancia.  
Me ayudaste a salir de la ignorancia,  
fue la escuela, de tu amistad, testigo,  
cuando aprendí tus letras con constancia.

De tu mano, comencé con el lenguaje,  
las palabras, a formar las oraciones,  
y tras años de lectura y de lecciones,  
comencé, por sus hojas, este viaje  
de aventura, de magia y de ilusiones.

Con tus alas, volé por todo el mundo,  
descubriendo sus razas y costumbres,  
con tu imaginación mil altas cumbres,  
he sido Don Juan y Segismundo,  
Quijote de armadura con herrumbre.

Encontré en tus hojas, en tus líneas,  
la ilusión, tan necesaria para un niño  
y escondido en amoríos y cariños,  
hasta intuí, al leer las entrelíneas,  
qué se guardaba dentro de un corpiño.

Me enseñaste a conocer mis sentimientos,  
el amor, la emoción, la valentía,



el dolor, la tristeza y la empatía,  
y viví situaciones y momentos  
de ensueño, de magia y poesía.

Son ya muchas las veladas disfrutadas  
de tu grata compañía y tu lenguaje,  
tú haces posible tan difícil viaje  
tutelando el quehacer de mis jornadas,  
eres pieza esencial de mi bagaje.

Tú eres mi mentor y mi muleta,  
me ayudas a seguir, con tus consultas  
me lanzas como en una catapulta,  
estimulas mi mente siempre inquieta,  
sacas de mí las ideas más ocultas.

Y a pesar de lo largo del camino,  
yo te sigo queriendo, fiel amigo  
te necesito muy cerca, conmigo,  
con tus quijotes, donjuanes y molinos,  
de mis sueños de poeta fiel testigo

DONREVIS

Abril de 2020

## EL RAPSODA

### EL RAPSODA

Se hizo un silencio expectante de repente,  
y su voz gutural, grave y profunda  
como agua que desborda y que te inunda  
fue calando en el alma de la gente  
con fuerza categórica y rotunda.

*"Andaluces de Jaén, aceituneros altivos,  
decidme en el alma quién, quién levantó esos olivos,  
andaluces de Jaén"*

Y se erizan sus vellos y su alma,  
imbuido y abducido por Miguel  
hasta el último poro de su piel,  
y le posee una extraña calma  
convencido de que éste habla por él.

*"Levántate olivo cano, dijeron al pie del viento,  
y el olivo alzó una mano poderosa de cimiento"*

Lo recita con fuerza y poderío  
en defensa del pobre y la justicia,  
en contra del abuso y la codicia,  
de un patrón que dicta su albedrío  
de forma sibilina y subrepticia.

*"vuestra sangre, vuestra vida, no la del explotador  
que se enriqueció en la herida generosa del sudor"*

Y se transmuta en andaluz altivo,  
aceitunero en su sangre y en su piel,

y se calzan de cáñamo sus pies,  
y se impregna de brío combativo  
contra el yugo tiránico y cruel.

*"Cuantos siglos de aceituna, los pies y las manos presos,  
Sol a sol y luna aluna, pesan sobre vuestros huesos"*

Y se siente enraizado en la miseria  
del esclavo de la tierra y su sudor,  
y se inflama su sangre de un calor  
que revienta de furor en sus arterias  
al sentir, de la injusticia, el amargor.

*"Jaén levántate brava sobre tus piedras lunares  
No vayas a ser esclava con todos tus olivares"*

Y levanta la voz, imperativo,  
convocando a la lucha y a la acción,  
por cambiar el destino y el guión  
del paria maltratado y zaherido  
por la insidia y el abuso del patrón.

*"Dentro de la claridad del aceite y sus aromas,  
Indican tu libertad la libertad de tus lomas"*

Con el final, se sume en el vacío.  
Ha regado cada verso y cada olivo  
con lágrimas en ojos ateridos.  
Ha sentido, de la injusticia, el frío,  
y el hambre, la miseria y el olvido.

Y de nuevo, en silencio y agotado,  
vuelve a su yo diario, a ser él mismo  
y recupera su protagonismo  
con un aplauso sonoro, apasionado,  
que lo reanima y lo saca del mutismo.

Ha servido, nuevamente, de instrumento  
que resucita el sentir de los poetas,  
que actúa de altavoz, como trompeta  
que convierte, en voz, su sentimiento  
y lo lanza al corazón; su última meta.

Jose Cruz Sainz Alvarez

Junio de 2020

## DESLUMBRE

### DESLUMBRE

Cualquier manjar que al paladar se ofrece  
en plato de magnífico brocado,  
crea dudas, por mucho acicalado,  
al comensal que en la cautela crece.

Mas si el comiente es necio y adolece  
del vicio de soberbia, en su pecado,  
se sentirá, por el lujo, agasajado  
y su orgullo dictará que lo merece.

El adorno desvía la mirada  
de lo esencial, lo torna intrascendente  
si lo envuelve en falsos oropeles.

Pero una vez la fiesta terminada  
dará la digestión con lo evidente:  
nos vendieron chiribitas por claveles.

Jose Cruz Sainz Alvarez

## LA VIDA (Micropoema)

LA VIDA (Micropoema)

Se nace del amor, naces despierto.  
Al instante, te sumes en un sueño  
que pone en el vivir todo su empeño.  
Y cuando te despiertas ..... estás muerto.

Jose Cruz Sainz

## PRETENSIÓN

### PRETENSIÓN

Verso sin telarañas ni pereza,  
que hurgue lo importante de la vida,  
aireando verdades escondidas,  
sin quedarse epatado en la belleza,  
sin ínfulas, ni abulia consentidas.

Que desgrane sentires y vivencias  
de los sinvoz, los nadie, los hambrientos,  
los invisibles y de los sedientos,  
que dote movimiento a la conciencia,  
que inunde la sequía en sentimiento.

Unos versos surgidos de muy adentro,  
producto de escarbar un alma inquieta,  
que huyan de sentencias y recetas  
que tengan la verdad de único centro  
y actúen en el alma de baqueta.

Que no piensen, al brotar, sus consecuencias,  
versos valientes y desinhibidos,  
que destierren atajos prohibidos  
y se nutran de verdad y congruencia  
denunciando lo fétido y podrido.

Esta en mi pretensión cuando mi pluma  
se llena de palabras y de versos,  
exprimiendo mi cruz y mi reverso,  
despejando el sentir de entre la bruma  
que extiende su telón en mi universo.

Si mi verso jamás lo consiguiera  
yo habré fracasado en este intento

y colmaran, mi alma, los lamentos,  
mas, si un día atinara, Dios lo quiera,  
rebosará, mi corazón, contento.

Jose Cruz Sainz Alvarez



## MI MANDRÁGORA

### MI MANDRÁGORA

Yo te miro y mandrágora te siento,  
como un imán que fija mi mirada,  
ansiendo respirar tu mismo aliento

cual si fuera postrera bocanada.

Tu amor es el veneno que me mata  
y es a la vez, la mágica pomada

que mitiga el dolor, que desbarata  
el efecto maligno de tu ausencia  
y la convierte en esperanza grata.

Es droga que adicciona a tu presencia,  
que destroza y a veces, me sublima,  
viacrucis de gozo y abstinencia

que me ahoga o me sube hasta alta cima.  
Fuera dicha que en las finales horas,  
momento en que la vida se termina,

me hallara entre tus manos protectoras,  
enredados tú y yo en sutil abrazo  
prodigándonos caricias mimadoras,

posara mi cabeza en tu regazo  
y fingiendo dormir por un momento  
sintiera, de la muerte, el cruel hachazo

sin proferir gemido ni lamento,  
renaciendo del Cielo de tus brazos  
a besarte por siempre ..... siendo viento.

Jose Cruz Sainz Alvarez

## **SOBRE EL HALAGO**

### SOBRE EL HALAGO

No me diera por bien recomendado  
el día que alabaran tu persona,  
que el halago, comúnmente se abona,  
sobre suelo que ya estuvo sembrado  
y no dio la simiente resultado.

Mas, si supiera que la coba es cierta,  
dejara, a la razón, la puerta abierta,  
le rindiera a la verdad justo tributo,  
y tratara de obtener sabroso fruto  
del suelo promisorio de tu huerta.

Jose Cruz Sainz Alvarez

## LOS VERSOS

### LOS VERSOS

Se convierten los versos en esquivos  
al tratar de reflejarlos con la pluma;  
unas veces es la idea que se esfuma  
al ser, de las palabras, abusivo,  
dejándola sumida en densa bruma,

y otras veces, el verso cobra vida  
y navega por propios derroteros,  
obviando los rigores de los fueros  
propuestos en su punto de partida,  
resultando al final trivial o huero.

Esconde, muchas veces, lo que dice,  
en metáforas arduas y espíneas  
proponiendo buscar sus entrelíneas,  
otras veces enrevesa y contradice  
una idea directa y rectilínea.

Pero, a veces, tu musa o la fortuna,  
te provee las palabras adecuadas  
y sin esfuerzo, sin costarte nada,  
se ordenan ellas solas, una a una,  
y recomponen frases acertadas

que expresan claramente tus ideas  
y reflejan el sentir que hay en tu adentro,  
deshaciéndose el triste desencuentro.

Y entonces, el poeta se recrea  
al retornar, esa deriva, al centro.

Y se siente en paz y satisfecho,  
con el alma feliz y sosegada

por una obra bien finalizada  
que apunta, por verdad y por derecho,  
a otra alma, con él, sintonizada.

Jose Cruz Sainz Alvarez

Septiembre de 2020

## EXÉGETA

### EXÉGETA

Y atrapado en el centro está el poeta,  
exégeta del libro de la vida,  
ejerciendo, a su pesar, de druida,  
en labor analítica y discreta,  
alentando la cordura y la medida.

Un libro dispar e impredecible,  
con renglones desiguales e inconexos,  
con borrones, tachones, trazos gruesos ....  
un rimerero de historias increíbles  
que alternan el acierto y el exceso.

Con páginas repletas de renglones  
impecables, derechos, congruentes,  
que hablan del buen hacer de mucha gente,  
con historias de muchos corazones  
que bebieron del amor y de sus fuentes.

Y otras muchas, escritas color rojo,  
que hablan de miserias, de hambres, guerras,  
de avaricia, de puertas que se cierran,  
y que inundan de lágrimas los ojos  
al sentir el dolor que ellas encierran.

Con páginas en blanco por pandemias  
que paralizan el transcurrir del mundo,  
que lo vuelven un valle gemebundo  
de triste fin si nadie lo remedia,  
todo un borrón fatídico y rotundo.

Y mientras el poeta, confundido,  
intentando leer sus entresijos,

rebuscando a su musa en escondrijos  
entre brumas, estrépitos y ruidos,  
por llevarla, de ruinas, al cobijo.

Intentando componer algún consejo  
para hacer el vivir más transitable,  
intentando entrever la cara amable  
de este libro que nos pone ante el espejo  
de la vida, de forma inevitable.

Jose Cruz Sainz Alvarez

Octubre de 2020

## SE ME ESCAPAN LOS VERSOS

### SE ME ESCAPAN LOS VERSOS

Se me escapan los versos, uno a uno.  
a buscar un lector que los acoja,  
anegando mi alma de congoja,  
dejando un corazón, muy triste y bruno.

Porque con cada verso que compongo  
se desprende un pellizco de mi adentro  
y se produce un firme reencuentro  
de mi conciencia y el fin que me propongo,

pero al hurgar en mi alma, en su proceso,  
se reabre su más íntima herida,  
al palpar la miseria sin medida  
que deja un corazón tocado y lesó.

Miseria de los parias y olvidados,  
y hambre y dolor de niños inocentes  
enredados en guerras permanentes,  
y a una muerte prematura destinados.

Dolor de las mujeres maltratadas  
por bestias inhumanas y salvajes,  
del maltrato a la tierra y sus parajes  
con abulia y desidia desatadas.

Ahora, sólo me alienta la esperanza  
de arañar con mi verso una conciencia  
procurando dotar de transparencia  
mi dolor, nivelando la balanza.

DONREVIS