25 POEMAS PARA EL 25N

I.E.S. Eladio Cabañero

Poema para una amiga muy bella,
de Eladio Cabañero.

Bella te digo porque así se llaman
esas mujeres que han nacido
para la vida siempre: dulce y ácida.
Tú eres la colorada piel, la fruta,
la pierna, el pecho soberano que alzas,
pequeña porque así son los naranjos,
blanca y morena, o sea, cálida

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Si Dios fuera mujer, de Mario Beneditti

¿Y si Dios fuera mujer?
pregunta Juan sin inmutarse,
vaya, vaya si Dios fuera mujer
es posible que agnósticos y ateos
no dijéramos no con la cabeza
y dijéramos sí con las entrañas.
Tal vez nos acercáramos a su divina desnudez
para besar sus pies no de bronce,
su pubis no de piedra,
sus pechos no de mármol,
sus labios no de yeso". [...]

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Balada en honor de las musas de carne y hueso,

de Rubén Darío

"Nada mejor para cantar la vida,
y aun para dar sonrisas a la muerte,
que la áurea copa donde Venus vierte
la esencia azul de su viña encendida.
Por respirar los perfumes de Armida
y por sorber el vino de su beso,
vino de ardor, de beso, de embeleso,
fuérase al cielo en la bestia de Orlando,
¡Voz de oro y miel para decir cantando:
la mejor musa es la de carne y hueso!" [...]

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Es la mujer del hombre lo más bueno, de Lope de Vega

"Es la mujer del hombre lo más bueno,
y locura decir que lo más malo,
su vida suele ser y su regalo,
su muerte suele ser y su veneno.
Cielo a los ojos, cándido y sereno,
que muchas veces al infierno igualo,
por raro al mundo su valor señalo,
por falso al hombre su rigor condeno.
Ella nos da su sangre, ella nos cría,
no ha hecho el cielo cosa más ingrata:
es un ángel, y a veces una arpía.
Quiere, aborrece, trata bien, maltrata,
y es la mujer al fin como sangría,
que a veces da salud, y a veces mata". [...]

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Puedo escribir los versos más tristes esta noche, de Pablo Neruda

"[...] Puedo escribir los versos más tristes esta noche.
Pensar que no la tengo. Sentir que la he perdido.
Oír la noche inmensa, más inmensa sin ella.
Y el verso cae al alma como al pasto el rocío.
Qué importa que mi amor no pudiera guardarla.
La noche esta estrellada y ella no está conmigo.
Eso es todo. A lo lejos alguien canta. A lo lejos.
Mi alma no se contenta con haberla perdido. [...]"

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

La mujer que camina, de Basilio Sánchez

"La mujer que camina delante de su sombra.
Aquella a quien precede la luz como las aves
a las celebraciones del solsticio.
La que nada ha guardado para sí
salvo su juventud
y la piedra engarzada de las lágrimas.
Aquella que ha extendido su pelo sobre el árbol
que florece en otoño, la que es dócil
a las insinuaciones de sus hojas.
La mujer cuyas manos son las manos de un niño.
La que es visible ahora en el silencio,
la que ofrece sus ojos
al animal oscuro que mira mansamente.
La que ha estado conmigo en el principio,
la mujer que ha trazado
la forma de las cosas con el agua que oculta".

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

La mujer y la casa, de José Lezama

"Hervías la leche
y seguías las aromosas costumbres del café.
Recorrías la casa
con una medida sin desperdicios.
Cada minucia un sacramento,
como una ofrenda al peso de la noche.
Todas tus horas están justificadas
al pasar del comedor a la sala,
donde están los retratos
que gustan de tus comentarios [...]"

Agua y mujer, de Juan Ramón Jiménez

"¿Qué me copiaste en ti,
que cuando falta en mí
la imagen de la cima,
corro a mirarme en ti?".

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Mujer con alcuza, de Dámaso Alonso

"[...] Y ha viajado noches y días,
sí, muchos días,
y muchas noches.
Siempre parando en estaciones diferentes,
siempre con una ansia turbia, de bajar ella también, de quedarse ella también,
ay,
para siempre partir de nuevo con el alma desgarrada,
para siempre dormitar de nuevo en trayectos inacabables". [...]

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Si el hombre pudiera decir lo que ama, de Luis Cernuda

"Si el hombre pudiera decir lo que ama,
si el hombre pudiera levantar su amor por el cielo
como una nube en la luz;
si como muros que se derrumban,
para saludar la verdad erguida en medio,
pudiera derrumbar su cuerpo,
dejando solo la verdad de su amor,
la verdad de sí mismo,
que no se llama gloria, fortuna o ambición,
si no amor o deseo,
yo sería aquel que imaginaba;
aquel que con su lengua, sus ojos y sus manos
proclama ante los hombres la verdad ignorada,
la verdad de su amor verdadero." [...]

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Reglas del juego para los hombres que quieren amar a las mujeres, de Gioconda Belli

I
El hombre que me ame
deberá saber descorrer las cortinas de la piel,
encontrar la profundidad de mis ojos
y conocer la que anida en mí,
la golondrina
transparente de la ternura.

II
El hombre que me ame
no querrá poseerme como una mercancía,
ni exhibirme como un trofeo de caza,
sabrá estar a mi lado
con el mismo amor
con que yo estaré al lado suyo.

III
El amor del hombre que me ame
será fuerte como los árboles de ceibo,
protector y seguro como ellos,
limpio como una mañana de diciembre.

IV
El hombre que me ame
no dudará de mi sonrisa
ni temerá la abundancia de mi pelo
respetará la tristeza, el silencio
y con caricias tocará mi vientre como guitarra
para que brote música y alegría
desde el fondo de mi cuerpo.

V
El hombre que me ame
podrá encontrar en mí
la hamaca para descansar
el pesado fardo de sus preocupaciones
la amiga con quien compartir sus íntimos secretos,
el lago donde flotar
sin miedo de que el ancla del compromiso
le impida volar cuando se le ocurra ser pájaro.

VI
El hombre que me ame
hará poesía con su vida,
construyendo cada día
con la mirada puesta en el futuro.

VII
Por sobre todas las cosas,
el hombre que me ame
deberá amar al pueblo
no como una abstracta palabra
sacada de la manga,
sino como algo real, concreto,
ante quien rendir homenaje con acciones
y dar la vida si necesario.

VIII
El hombre que me ame
reconocerá mi rostro en la trinchera
rodilla en tierra me amará
mientras los dos disparamos juntos
contra el enemigo.

IX
El amor de mi hombre
no conocerá el miedo a la entrega,
ni temerá descubrirse ante la magia del enamoramiento
en una plaza pública llena de multitudes
Podrá gritar —te quiero—
o hacer rótulos en lo alto de los edificios
proclamando su derecho a sentir
el más hermoso y humano de los sentimientos.

X
El amor de mi hombre
no le huirá a las cocinas
ni a los pañales del hijo,
será como un viento fresco
llevándose entre nubes de sueño y de pasado
las debilidades que, por siglos, nos mantuvieron
separados
como seres de distinta estatura

XI
El amor de mi hombre
no querrá rotularme o etiquetarme,
me dará aire, espacio,
alimento para crecer y ser mejor,
como una Revolución
que hace de cada día
el comienzo de una nueva victoria.

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Amor prohibido, de César Vallejo

¡Subes centelleante de labio y de ojeras!
Por tus venas subo, como un can herido
que busca el refugio de blandas aceras.

¡Amor, en el mundo tú eres un pecado!
Mi beso en la punta chispeante del cuerno
del diablo; ¡mi beso que es credo Sagrado!

Espíritu en el horópter que pasa
¡puro en su blasfemia!
¡el corazón que engendra al cerebro!
que pasa hacia el tuyo, por mi barro triste.
¡Platónico estambre
que existe en el cáliz donde tu alma existe!

¿Algún penitente silencio
siniestro?
¿Tú acaso lo escuchas? ¡Inocente
flor!
…Y saber que donde no hay un
Padrenuestro,
el Amor es un Cristo Pecador!

Sin nombre, de Mario Benedetti

Tengo miedo de verte
necesidad de verte
esperanza de verte
desazones de verte
tengo ganas de hallarte
preocupación de hallarte
certidumbre de hallarte
pobres dudas de hallarte
tengo urgencia de oírte
alegría de oírte
buena suerte de oírte
y temores de oírte
o sea
resumiendo
estoy jodido
y radiante
quizá más lo primero
que lo segundo
y también
viceversa.

La mujer que camina, de Basilio Sánchez

La mujer que camina delante de su sombra.
Aquella a quien precede la luz como las aves
a las celebraciones del solsticio.
La que nada ha guardado para sí
salvo su juventud
y la piedra engarzada de las lágrimas.

Aquella que ha extendido su pelo sobre el árbol
que florece en otoño, la que es dócil
a las insinuaciones de sus hojas.

La mujer cuyas manos son las manos de un niño.
La que es visible ahora en el silencio,
la que ofrece sus ojos
al animal oscuro que mira mansamente.

La que ha estado conmigo en el principio,
la mujer que ha trazado
la forma de las cosas con el agua que oculta

Y Dios me hizo mujer, de Gioconda Belli

Y Dios me hizo mujer,
de pelo largo,
ojos,
nariz y boca de mujer.

Con curvas
y pliegues
y suaves hondonadas
y me cavó por dentro,
me hizo un taller de seres humanos.
Tejió delicadamente mis nervios
y balanceó con cuidado
el número de mis hormonas.

Compuso mi sangre
y me inyectó con ella
para que irrigara
codo mi cuerpo;
nacieron así las ideas,
los sueños,
el instinto.

Todo lo que creó suavemente
a martillazos de soplidos
y taladrazos de amor,
las mil y una cosas que me hacen mujer
todos los días
por las que me levanto orgullosa

todas las mañanas
y bendigo mi sexo.

Yo no tengo soledad, de Gabriela Mistral

Es la noche desamparo
de las sierras hasta el mar.
Pero yo, la que te mece,
¡yo no tengo soledad!

Es el cielo desamparo
si la luna cae al mar.
Pero yo, la que te estrecha,
¡yo no tengo soledad!

Es el mundo desamparo
y la carne triste va.
Pero yo, la que te oprime,
¡yo no tengo soledad!

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Gracias a la vida, de Violeta Parra

Gracias a la vida, que me ha dado tanto.
Me dio dos luceros que, cuando los abro,
perfecto distingo lo negro del blanco,
y en el alto cielo su fondo estrellado,
y en las multitudes el hombre que yo amo.

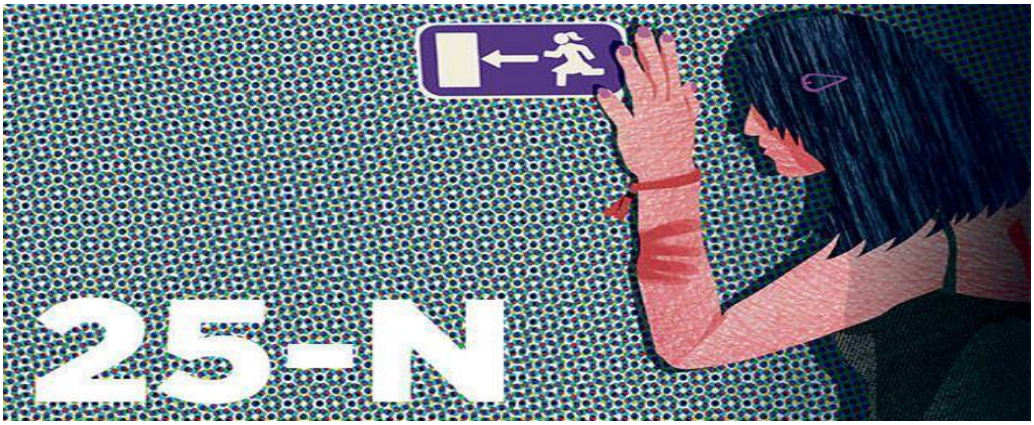
Gracias a la vida, que me ha dado tanto.
Me ha dado el oído, que en todo su ancho
graba noche y día; grillos y canarios.
martillos, turbinas, chubascos
y la voz tan tierna de mi enamorado.

Gracias a la vida, que me ha dado tanto.
Me ha dado el sonido y el abecedario,
con él las palabras que pienso y declaro:
madre, amigo, hermano y luz,
alumbrando
la ruta del alma del que estoy amando.

Gracias a la vida, que me ha dado tanto.
Me ha dado la marcha de mis pies cansados;
con ellos anduve ciudades y charcos,
playas y desiertos, montañas y llanos,
y la casa tuya, tu calle y tu patio.

Gracias a la vida, que me ha dado tanto.
Me dio el corazón, que agita su marco
cuando miro el fruto del cerebro humano,
cuando miro el bueno tan lejos del malo,
cuando miro el fondo de tus ojos claros.

Gracias a la vida, que me ha dado tanto.
Me ha dado la risa y me ha dado el llanto;
así yo distingo dicha de quebranto,
los dos materiales que forman mi canto
y el canto de ustedes, que es el mismo canto,
y el canto de todos, que es mi propio canto.



25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Alma desnuda, de Alfonsina Storni

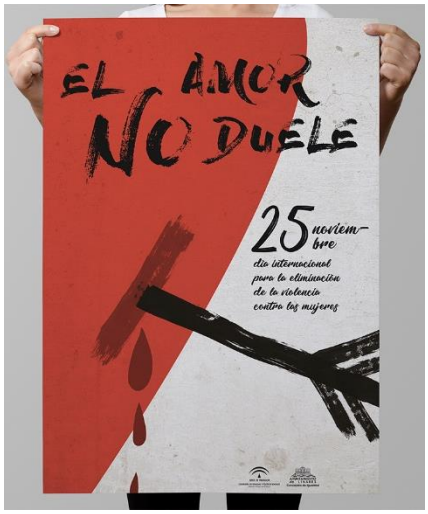
Soy un alma desnuda en estos versos,
Alma desnuda que angustiada y sola
Va dejando sus pétalos dispersos.
Alma que puede ser una amapola,
Que puede ser un lirio, una violeta,
Un peñasco, una selva y una ola.
Alma que como el viento vaga inquieta
Y ruge cuando está sobre los mares,
Y duerme dulcemente en una grieta.
Alma que adora sobre sus altares,
Dioses que no se bajan a cegarla;
Alma que no conoce valladares.
Alma que fuera fácil dominarla
Con sólo un corazón que se partiera
Para en su sangre cálida regarla.
Alma que cuando está en la primavera
Dice al invierno que demora: vuelve,
Caiga tu nieve sobre la pradera.

Alma que cuando nieva se disuelve
En tristezas, clamando por las rosas
Con que la primavera nos envuelve.
Alma que a ratos suelta mariposas
A campo abierto, sin fijar distancia,
Y les dice libad sobre las cosas.
Alma que ha de morir de una fragancia,
De un suspiro, de un verso en que se ruega,
Sin perder, a poderlo, su elegancia.

Alma que nada sabe y todo niega
Y negando lo bueno el bien propicia
Porque es negando como más se entrega,

Alma que suele haber como delicia
Palpar las almas, despreciar la huella,
Y sentir en la mano una caricia.

Alma que siempre disconforme de ella,
Como los vientos vaga, corre y gira;
Alma que sangra y sin cesar delira
Por ser el buque en marcha de la estrella.



25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

La construcción de un sueño de Dulce Chacón

Siempre hay tiempo para un sueño.
Siempre es tiempo de dejarse llevar por una pasión que nos arrastre hacia el deseo.

Siempre es posible encontrar la fuerza necesaria para alzar el vuelo y dirigirse hacia lo alto.

Y es allí, y solo allí, en la altura, donde podemos desplegar nuestras alas en toda su extensión.

Solo allí, en lo más alto de nosotros mismos, en lo más profundo de nuestras inquietudes, podremos separar los brazos, y volar.

Una mujer desnuda y en lo oscuro, de Mario Benedetti

Una mujer desnuda y en lo oscuro
tiene una claridad que nos alumbra
de modo que si ocurre un desconsuelo
un apagón o una noche sin luna
es conveniente y hasta imprescindible
tener a mano una mujer desnuda

una mujer desnuda y en lo oscuro
genera un resplandor que da confianza
entonces dominguea el almanaque
vibran en su rincón las telarañas
y los ojos felices y felinos
miran y de mirar nunca se cansan

una mujer desnuda y en lo oscuro
es una vocación para las manos
para los labios es casi un destino
y para el corazón un despilfarro
una mujer desnuda es un enigma
y siempre es una fiesta descifrarlo

una mujer desnuda y en lo oscuro
genera una luz propia y nos enciende
el cielo raso se convierte en cielo
y es una gloria no ser inocente
una mujer querida o vislumbrada
desbarata por una vez la muerte.

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Canción a la mujer lejana, de José Ángel Buesa

En ti recuerdo una mujer lejana,
lejana de mi amor y de mi vida.
A la vez diferente y parecida,
como el atardecer y la mañana.

En ti despierta esa mujer que duerme
con tantas semejanzas misteriosas,
que muchas veces te pregunto cosas,
que sólo ella podría responderme.

Y te digo que es bella, porque es bella,
pero no sé decir, cuando lo digo,
si pienso en ella porque estoy contigo,
o estoy contigo por pensar en ella.

Y sin embargo si el azar mañana
me enfrenta con ella de repente,
no seguiría a la mujer ausente
por retener a la
mujer cercana.

Y sin amarte
más, pero tampoco
sin separar tu mano
de la mía,
al verla simplemente
te diría:
"Esa mujer se te
parece un poco".

Ayer la vi en el salón, de Blas de Otero

Cuerpo de la mujer, río de oro
donde, hundidos los brazos, recibimos
un relámpago azul, unos racimos
de luz rasgada en un frondor de oro.

Cuerpo de la mujer o mar de oro
donde, amando las manos, no sabemos,
si los senos son olas, si son remos
los brazos, si son alas solas de oro...

Cuerpo de la mujer, fuente de llanto
donde, después de tanta luz, de tanto
tacto sutil, de Tántalo es la pena.

Suena la soledad de Dios. Sentimos
la soledad de dos. Y una cadena
que no suena, ancla en Dios almas y limos.

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

¡Levántate y anda!, de Juana Castillo Escobar

Mujer:
¡Levántate y anda!
Camina
Con la frente bien alta,
Con la mirada fija
Directa al mañana.
Mujer:
¡Levántate y anda!
Camina
Feliz, orgullosa,
Con esperanza
En nuevas etapas.
Mujer:
¡Levántate y anda!
Camina
Dichosa.
Piensa que fuiste creada
Y, como diosa,
Entronizada.
Mujer:
¡Levántate y anda!
Camina
Como reina

Por la tierra,
Diosa,
Tierra fértil,
Misteriosos
cuerpo y alma.
Mujer:
¡Levántate y anda!
Camina,
Milagro andante,
Tú que en las entrañas la vida llevas,
Tú que puedes ser madre,
Tú que puedes, la vida, darla.

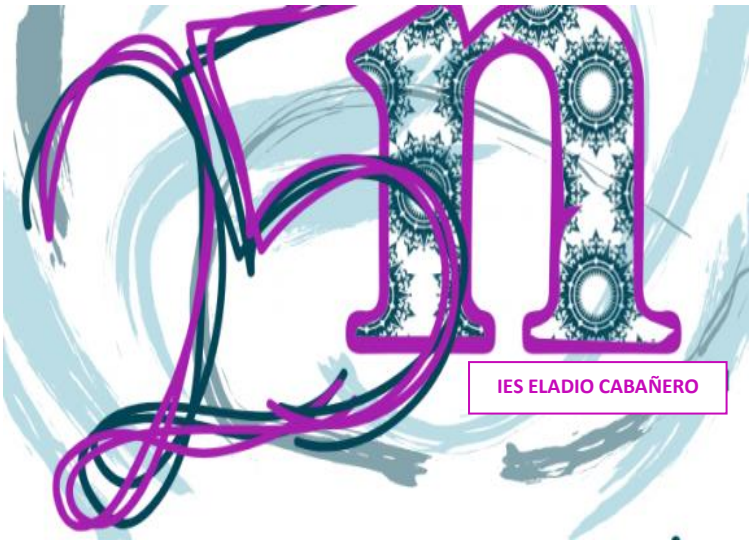
Mujer:
¡Levántate y anda!
Camina
Orgullosa, esperanzada,
Abriendo nuevos senderos,
Mirando al frente,
Sin temores pues tú eres:
Diosa que da vida,
Diosa en cuerpo y alma.

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

A la mujer trabajadora, de Anónimo

Un día le han dedicado
a quien muchos necesita,
pues la mujer ha trabajado
como hacendosa hormiguita;
aunque poco hemos valorado
todo cuanto se ha sacrificado,
y los entuertos que evita.

La mujer trabajadora
es, o ha sido pionera,
y en lugares prisionera
por los valores que atesora,
llegando siempre primera
pues en ella no hay demora,
si necesitas a cualquier hora
a la más fiel compañera.



¡Vivan aquellas mujeres que,
desde el albor de los tiempos,
nunca fueron complementos
ni como muebles las vieren,
más muestras a todos dieren
por sus impagables ejemplos!

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Mujer trabajadora, de Delia Arjona

Mujeres que se atreven a soñar,
que tienen valentía para sembrar,
y la maravillosa habilidad,
para educar enseñar y trabajar.

Mujeres fuertes que todo lo pueden,
logrando ser maestras y doctoras,
ingenieras, ministras, directoras,
gerentes, secretarias, contadoras.

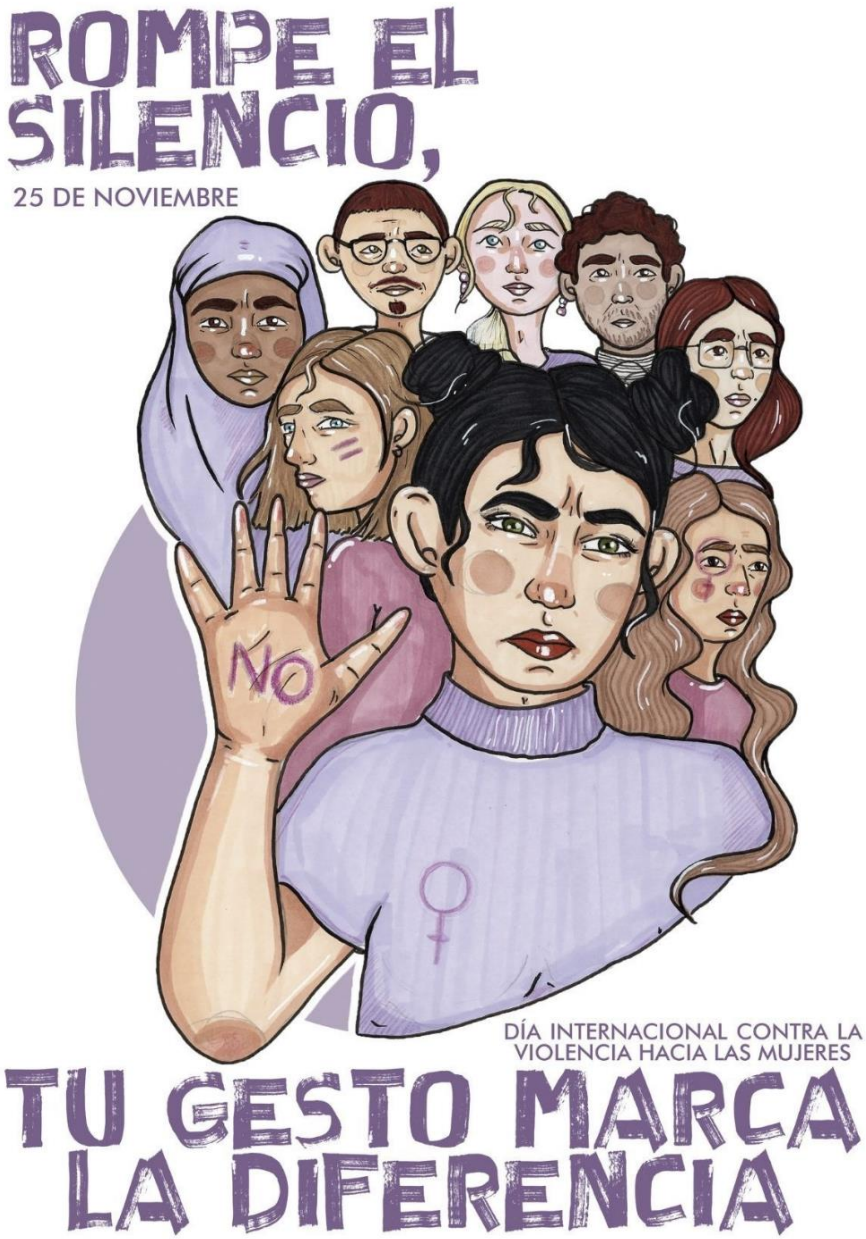
Y tarde, cuando llegan al hogar,
ellas se convierten en grandes mamás,
y siguen educando y enseñando
para el bienestar de la sociedad.

Mujeres diversidad y talento,
desarrollan creatividad y sueños,
no se rinden con tormentas o vientos,
firmes historias van construyendo.

Son fuente inagotable de amor,
todas las mujeres de nuestras vidas.
A las madres, hermanas y amigas
¡Felicidades tengan este día!

Las mujeres de Romero de Torres, de Manuel Machado

"Rico pan de esta carne morena, moldeada
en un aire caricia de suspiro y aroma...
Sirena encantadora y amante fascinada,
los cuellos enarcados, de sierpe o de paloma..." [...]



25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Compañera,
de Eladio Cabañero

(Tan conocida y tan extraña)

Amanecí una vez cerca del río;
venia un ciervo tuyo
con la bella cabeza hecha un desorden,
miré y colmabas
los recipientes del sol.
Espadas del otoño
y el sereno limón de tu ventana,
retaron mi corazón fiado en su ternura.
Tapia que gana el empujón del viento,
fui vencido. Quedé solo en la noche,
quedé mirando el mar a tientas
de mi alma.

Apenas sé tu nombre, si estás lejos,
apenas si te escribo, si te refiero
y amo.
Te quiero siempre esposa reducida
para decir «mi compañera,
con tus lastres más íntimos me hundes,
la señal de la siembra hacen tus manos
cuando toco tu cuerpo;
frente a la vida estamos;
difícil alpinismo es esta historia».

Qué levantada gracia estar contigo,
compañera,
de ti depende que la luz sea clara.
Por un subir de montes a diario
voy
ajeno a los romeros para verte.

Bien sé lo que te quiero:
ciego condecorado en los dos ojos,
más humano que un pájaro con frío,
a la vida me eché para quererte,
a la vida me eché como quien roba
oro para la imagen más querida.
Hay que tener más rabia que un bandido,
más horror que un suicida
y más furia que el mar,
ser
más frío y más pacífico que el hielo
para tenerte cerca y no apurarte
como un sorbo de agua.
Se conmemora en piedras el olvido,
es demasiado el tiempo para el que ama.
Cuando un amante se retira o muere
y alguien quema unas cartas
que se pusieron amarillas pronto,
a la cuarta pregunta nos quedamos
un poco más que polvo para el viento.

A la desesperada
luchan la muerte y los enfermos pobres.
Aquí avizoro,
el descampado aguanto
como el frutal debajo del pedrisco:
Tú allá cruzas el pueblo
morena clara y rápida,
dejándote vivir y siendo hermosa
para que el agua de mi fiebre suba,
para que se me aumente
el corazón,
quizá para que muera.

(Una señal de amor,
1958.)

25N-Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer