

# LA ATARAXIA DEL CORAZÓN



Sara Búho

# LA ATARAXIA DEL CORAZÓN

Sara Búho



Con caligrafías e ilustraciones de la autora

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor.  
La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales  
porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías.  
Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo  
y en crecimiento.

En **Grupo Planeta** agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía  
creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor.  
Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas  
fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con  
CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el  
91 702 19 70 / 93 272 04 47.

© Sara Búho, 2024

Ilustraciones de cubierta e interiores y caligrafías © Sara Búho, 2024

© Editorial Planeta, S. A., 2024

Lunweg es un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.

Avenida Diagonal, 662-664 - 08034 Barcelona

Calle Juan Ignacio Luca de Tena, 17 - 28027 Madrid

[lunweg@lunweg.com](mailto:lunweg@lunweg.com)

[www.lunweg.com](http://www.lunweg.com)

[www.instagram.com/lunweg](https://www.instagram.com/lunweg)

[www.facebook.com/lunweg](https://www.facebook.com/lunweg)

[www.twitter.com/Lunweglibros](https://www.twitter.com/Lunweglibros)

Creación y realización: Lunweg, 2024

Primera edición: noviembre 2024

Depósito legal: B. 13.878-2024

ISBN: 978-84-10378-16-2

Impresión y encuadernación: Liberdúplex

*Printed in Spain* - Impreso en España



Prólogo .....	7
Hora punta .....	11
Yo, mi, me, conmigo; no va de amor .....	12
Podría escribir .....	15
Un abrazo .....	19
Entre matarme y atarme hay una m .....	21
Sabemos del amor .....	23
Declaración de una musa .....	25
Pierdo la fuerza por tu boca .....	26
Concierto .....	28
Me duelo .....	33
Cuando lloro por ti .....	35
Imagina .....	37
Cuando duele más un hola que un adiós .....	39
Me pasaría la vida .....	41
Cobarde .....	43
Creo en el amor .....	45
Ojalá .....	48
Si preguntan por mí .....	49
Poetas .....	51
Adiós .....	56
No te quedes por mí .....	60
Tequila, sal de mi vida y limón .....	61
El día que me enamoré de ti .....	63
Qué triste sería .....	65

De olas que se rompen.....	67
Lo que te echo de menos.....	69
Ponle título y me lo cuentas.....	71
Sé que puedo olvidarte.....	73
Te mentí.....	76
Cada vez que pronuncio tu nombre.....	80
Su cuerpo.....	81
16:59.....	84
Adjunto tu nombre.....	85
Concluiremos que.....	87
Nos, tú y yo.....	89
Va mejor.....	91
No estoy muerta.....	96
Amor. El amor.....	98
Inmunidad.....	99
A92.....	101
La diferencia.....	104
El escondite.....	106
Idas y venidas.....	108
Anoche mientras esperaba.....	112
Es, por encima de todos.....	113
No siempre es el acierto.....	115
Te venero.....	117
Pliegues.....	119

## **HORA PUNTA**

Y allí dentro vi miradas de opresión, de desconcierto, de desorientación. Miradas serias, de preocupación. Vi ojos atentos a la nada, ansiedad, parsimonia, amor, complicidad entre dos y entre tres. Vi ceños fruncidos enmarcando miradas confusas, molestas, impacientes. Sueño y sueños. Vislumbré ilusión, simpleza y misterio. Seguridad, temor, compasión. Éramos muchos en hora punta.

Yo, como es habitual, expectante en mi asiento de siempre: al fondo a la izquierda junto a la ventana; con expresión analítica y restos de soledad en las pestañas, dueña de uno de esos gestos que incomodan.

Ese día almacené todas las miradas que un día serían para ti.

## YO, MI, ME, CONMIGO; NO VA DE AMOR

Nací en agosto.

Estoy libre de bautismo porque mis padres acordaron  
que decidiera yo misma en lo que creer  
una vez supiera hablar.

Crecí en un colegio de curas  
y he recitado el Avemaría todas las mañanas, a las ocho,  
de lunes a viernes  
desde los seis años hasta los dieciséis.  
Mentiría si dijera que no echo de menos el uniforme,  
las verbenas de fin de curso y a muchos profesores.  
Lo de rezar no tanto.

Nunca se me dio bien relacionarme;  
el llevar un corsé ortopédico media adolescencia no ayudó.  
No fui muy popular. Siendo sincera...  
me gustaba no serlo.

Aun así, tuve suerte;  
a día de hoy sé que tuve los mejores compañeros  
que podía tener.

Soy hija única,  
pero he tenido muy buenas amigas.  
De hecho... las tengo.  
Aunque no son las que eran cuando empecé a tenerlas.  
Ahora mismo no sé si la amistad existe tal y como yo la siento,  
algo está cambiando;  
todo iba mejor cuando no me planteaba tantas cosas.

Me crié en un barrio linense  
a base de los potajes, guisos, pucheros y otras delicias de abuela Ani.  
Bajo el manto de la voz callada y mirada atenta  
y protectora de abuelo Juan.

La primera de las nietas,  
mimada,  
pero no consentida.

Mi bisabuelo fue poeta  
y escribió desde la cárcel durante un tiempo.  
Abuela Tere solía recitarme sus poemas  
antes de tan siquiera ser capaz de comprenderlos  
mientras yo jugaba con una caja de botones.  
Prometí a abuelo Pepe leer la Biblia  
y ya he cumplido la mitad.

Adoro a mi familia,  
desde mis padres hasta cada nuevo pariente que alcanzo a conocer.  
Les disfruto en voz baja y  
aun así, saben de mí mucho más que yo misma.  
Supongo que algún día les alcanzaré.

Descubrí el amor a los trece,  
y me hizo llorar por primera vez a los catorce.  
Lo he confundido con cariño  
y lo he transformado en olvido.  
He tenido cuatro parejas  
y no he besado mucho más.  
Me han juzgado por eso de que  
según dicen, eso no es vivir la vida  
y lo asumo.



Me han roto el corazón dos veces  
y yo lo he roto otras dos.

Para qué hablar de platos.

De la primera vez aprendí que tirar la toalla a destiempo  
es sólo una excusa para no afrontar

que el amor cuando se quema sigue oliendo bien.

De la última descubrí que no había aprendido absolutamente nada,  
además de que la mentira como patología existe.

De las veces en las que herí aprendí que el amor  
por omisión también duele, especialmente cuando pones  
tu corazón en manos de una persona por la cual ya no late.

Estudí derecho para dedicarme a otra cosa,  
y nunca me he permitido equivocarme  
por miedo a defraudar.

Por suerte y a tiempo, me di cuenta de que equivocarse  
no siempre es un error.

Somos los únicos jueces sin oposición  
capaces de perder el juicio contra nosotros mismos,  
siendo lo socialmente establecido.

Ley y trampa.

## PODRÍA ESCRIBIR

Podría escribir sobre las heridas,  
sobre el amor a amarte,  
    las despedidas,  
    el sabor de tu corazón en mi boca,  
    las faldas al vuelo,  
    los tupidos velos;  
sobre lo que se tarda en olvidar  
cuando no se quiere olvidar.

Sobre la primavera y su polen,  
    el invierno y su infiel frío,  
    el calor y su infiel verano.

Sobre ser  
    estar  
    parecer  
y resultar no ser,  
    ni estar,  
    ni parecer.

Podría escribir sobre mí,  
hilar otro poema  
donde echarme a dormir.  
Que veáis qué o con quién sueño,  
donde volver a destriparme  
y que sepáis lo que fui,  
    lo que sentí.

Podría escribir eso de que la vida no es fácil,  
    jugar con las palabras,  
    jugar con el olvido para recordar  
cuánto he querido,  
cuánto habéis querido.  
Sobre cuánto me duelo,  
sobre piedras del camino,  
sobre besarlas,  
    apilarlas,  
    tirarlas y esconder la mano  
para volver a recogerlas,  
    besarlas,  
    besarnos.

Besos.

Puedo escribir sobre besos,  
sobre sexo,  
    sudor,  
    magia,  
    hormonas

sábanas vacías,  
lados de la cama,  
desayunos fríos,  
la vida en el roce,  
en las rozaduras.

Morder,  
acariciar.

Desamor, amor, recuerdos,  
    más recuerdos.  
Noches,  
    más y más recuerdos,  
    más y más noches.  
Soñar,  
sueños,  
pesadillas.  
Unir palabras porque sí.  
*Te vas,*  
    *vuelve,*  
        *vete,*  
fue bonito mientras inspiró,  
    mientras suspiró,  
    mientras expiró.

Sobre lo que sabemos del amor  
otra vez,  
    y otra,  
poetas, poesía,

*paso.*

Podría escribir versos manidos esta noche,  
dejé la caja abierta al tiempo.

Y la vida pasa, pero...

disculpa,  
me estás tapando el sol.



un abnato

## UN ABRAZO

El único monstruo que hay en esta habitación  
es la soledad que me envuelve  
cuando miro frente al espejo;  
y puede que no quiera salvarme,  
pero necesito un abrazo.

Necesito un maldito abrazo  
y no sé si seguir mirando  
o salir a correr calle abajo  
en busca de cualquier tropiezo que me frene y  
sobre todo

que se parezca a ti.