

UN ENCUENTRO CONTIGO



REGINA QUINTANA

Regina Quintana Hernández

Dibujos de

Mary Cruz Quintana Luján

UN ENCUENTRO CONTIGO

2ª EDICION

Canarias
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA
LAS PALMAS DE G. CANARIA
N.º Documento 104345
N.º Copia 633316



Dep. Legal G.C. 161 - 1982

**Imprenta Pérez Galdós, Buenos Aires, 38
Las Palmas de Gran Canaria**

A tí, que lees mi primer libro,
dedico cada uno de mis poemas.

Mi alma vive con ellos,
y en ellos quiero unir mi alma a la tuya.

Con cariño a José Luis
Gallardo. Regina

Diciembre 11. 1983.

Palabras previas

Mi ilusión es escribir para la infancia. Sé que ésto es difícil, pero si trabajo con los niños tendré la parte más importante del material que necesito para este fin.

Vivo la poesía. Añoro la poesía. Siento la necesidad de transmitir mis poemas.

La poesía es vida, luz, encuentro, mensaje. Es un arte que no debemos dejar escapar de nuestras manos. Conseguir un buen poema, leer un buen poema, es algo así como contemplar un cuadro famoso.

En mi experiencia directa con la E.G.B. he conseguido la crítica justa y necesaria para clasificar los poemas de "UN ENCUENTRO CONTIGO".

Poemas sencillos, cortos, y con un mensaje aceptable para los niños, englobados bajo el nombre "Cristal y poesía".

Poemas para jóvenes y adultos, con el nombre "El lenguaje del alma".

Y, por último, con el título "Evocación a Ti" figuran una serie de poemas místicos.

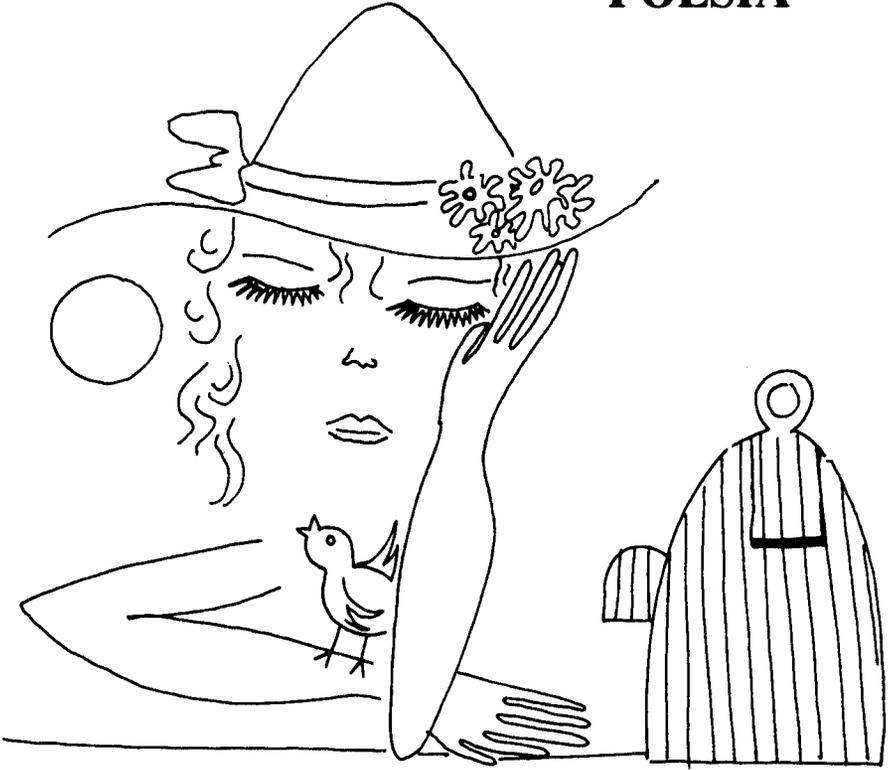
Siempre pensé en tí, lector, al escribir mis poemas. Espero que aceptes el contenido y el mensaje de los mismos.

Regina'

**Ser pequeño como el niño que juega,
adaptarse y ser como él,
no querer imponer nuestros juegos
aprender de sus juegos también.**

**Aceptar de la infancia su risa.
Aceptar de la infancia su fe.
Aceptar de la infancia su reino.
Nuestro reino es infante también.**

CRISTAL Y POESIA



EL PERRITO JUGUETON

**Vi a un perrito jugando en un parque
con su pelota redonda y de color
daba unos saltos, brincaba de alegría
siempre corría detrás de su balón.**

**Y cuando lejos su esfera se le iba
corría deprisa, como un buen jugador
con la cabeza lo tiraba hacia arriba
y con el rabo le daba un empujón.**

**Su dueño ensimismado lo miraba
y el perro llamaba de todos la atención
hacia unos juegos tan bonitos de pelota
en ese parque feliz me sentí yo.**

EN LA COSTA

**Mis costas, mis playas
arenas doradas.**

**Mi sol, mi mar
rocas de marfil.**

**Mis olas, mi espuma
el viento mi amigo.**

**Mis peces, mis barcos
redes junto a mí.**

A CRISTINA

**Ven que te voy a pintar
aunque no tengo pintura.
Ven que te voy a pintar
con esta pequeña pluma.**

**Eres pequeñita y grande
eres la infancia de Dios
eres la niña que juega
eres mi niña y mi amor.**

**Tus cabellos son de oro
tu tez es de nácar fina
tu cuerpo en sí se parece
a una blanca bailarina.**

**Ven que te voy a pintar
aunque no tengo pintura.
Ven que te voy a pintar
con esta pequeña pluma.**



POETA

**Soy poeta del aire
soy poeta de la mar
soy poeta de la vida
y poeta del cantar.**

**Soy poeta de los vientos
poeta del más allá
poeta del que está cerca
y poeta del llorar.**

MI GLOBO

Quiero pintar con mis lápices pequeños
un globo grande de múltiples colores
ponerle un hilo, dejarlo suelto al viento
y que se eleve y libertad recobre.

Desde el balcón veré mi globo inmenso
que lo pinté de verde, azul, de rojo
y le di vida del aire que yo tengo
a mi globito verde, azul y rojo.

No vuelvas nunca, globito de colores
sigue volando y siempre en libertad
quiero que vivas como los pajaritos
y siempre puedas volar, volar, volar.

A PABLO Y CRISTINA

**Hay dos ratones en casa
queso no puedo tener,
hay dos palomas en casa
millo no puedo moler.**

**En casa hay dos conejitos
flores no puedo plantar,
en casa hay unos gatitos
que maúllan sin cesar.**

EL PAÑUELO

¿Lejos o cerca?
¿aquí o allá?
¿encima o debajo?
Dime niño dónde está.

Tengo escondido un pañuelo
tú lo tienes que buscar
y yo diré frío, frío
si lejos de él estás.

¿Lejos o cerca?
¿aquí o allá?
¿encima o debajo?
Dime niño dónde está.

Tengo escondido un pañuelo
tú lo tienes que buscar
y yo diré calentito
si cerca de él estás.

¿Lejos o cerca?
¿aquí o allá?
¿encima o debajo?
Dime niño dónde está.

RECUERDA

**El Sol en el firmamento.
La Luna cerca del Sol.
La Tierra en que yo vivo,
la está alumbrando el Señor.**

ALEGRÍA

**La alegría es la luz que llevo dentro,
una luz inmensa, no se apaga,
una luz que da tranquilidad,
cuando por la oscuridad se pasa.**

**La alegría es necesario reflejarla,
porque así la llama se traspasa
es la antorcha que corre horizontes,
es la luz que brilla y no se apaga.**

EN VERANO

**Me acompaña la espuma del mar
me calienta el sol de mi isla
y me quedo en silencio y escucho
el cantar de las olas marinas.**

**Y sentada en piedritas de cobre
miro fijo en el fondo del mar
y sumerjo mi cuerpo en las aguas
como el pez yo me quise encontrar.**

EN TU PRIMERA COMUNION

**Este día tan bonito
en que Jesús vino a tí,
nunca debes olvidarlo
y siempre con El vivir.**

**Ahora que abres tu alma
para entregársela a Dios,
deja que El sea tu dueño
y tú seas siempre amor.**

**Cuando te olvides del traje
y los zapatos se rompan
no olvides que Dios se queda,
te acompaña cada hora.**

**La Primera Comunión
es símbolo de llegada
nunca se aparte de ti
el Dios que tanto te ama.**

MAMA

**Tengo frío, mucho frío.
¡Qué frío tengo, mamá!
Quiero acostarme a tu lado
y me podrás calentar.**

**Tengo frío, mucho frío.
¡Por fin te podré besar!
Por fin empieza el calor
que tus besitos me dan.**

MARIA

Madre bendita del Cielo
si me quieres regalar
un collar blanco de perlas...
¿dónde lo he de buscar?

No sé si ir por los valles,
por los mares, o los ríos...
¿dónde podré encontrarlo?
¿dónde estará escondido?

Yo siempre quise tener
un collar blanco de perlas
para llevarlo en mi cuello
y nunca se me perdiera.

Si no encuentro mi collar
pido yo, que cuando duerma
vengas despacio y lo pongas
en un cuello que te espera.

Entonces, yo al despertar
y al tocar cada cuenta
las beso una por una
hasta que esté bien despierta.

Y con los ojos abiertos
sigo buscando tu imagen
por si aún no te has marchado
volver de nuevo a abrazarte.

AGAETE

**Siempre te veo pasar
a lo largo de mi recorrido
entre La Aldea y Las Palmas,
Agaete, pueblo lindo.**

**Tus casitas de nieve
tus casitas de plata
están todas muy juntas
compañeras innatas.**

**Y el mar a tu orilla
embellece tus casas,
desde lejos yo miro
un conjunto que emana.**

LOS LOROS

En el sur, en una jaula grande
varios loros vestidos con plumaje de color
nos saludan, nos despiden y nos hablan
a esta charla sigo respondiendo yo.

Y les digo: Loritos, buenas tardes.
Y contestan: Buenas tardes, hola, adiós.
Y es que el loro habla y no piensa
a sus voces sigo respondiendo yo.

¿Estáis contentos?

Sí.

¿Estáis cansados?

Sí, no.

Hola, feo, me dice el lorito.

No lo sabe. Soy una niña yo.

EL MAR

**Que se vea el mar
desde mi balcón.
Que se vea el mar
que si no me muero.**

**Que se vea el mar
desde mi balcón.
Me quiero mirar
en el mejor espejo.**

A SAN NICOLAS DE TOLENTINO

**Las montañas protegen a mi pueblo,
las montañas abrigan a mi valle,
las casitas recorren los rincones
donde viven tantos aldeanos.**

**Y la iglesia en el centro de mi Aldea,
con sus torres altas y su campanario,
va llamando lentamente a su pueblo,
a un pueblo que camina esperando.**

OSO PLET

**Contempla este oso oscuro
grande y fuerte a la vez
mira qué cositas come
manices, nueces, ¡qué bien!**

**Si yo le llevo comida
contento se quedará
de hacer mover fuertes dientes
y el estómago vibrar.**

**Cantará gratas canciones
algunas las bailará
y caerá desmayado
feliz se irá a descansar.**

LA CREACION

**Déjame ver las flores y montañas
y ver caer la lluvia sobre las violetas,
déjame correr por cada monte
y sentirme mariposa de las rosas.**

**Déjame ver aquel pájaro silvestre
que vuela libre sin nido ni oquedad,
déjame ver los insectos pequeños
sus vuelos córtos me hacen descansar.**

**Déjame ver las estrellas que están lejos.
Déjame ver la brisa de la mar.
Déjame ver aquel niño pequeño
buscar su origen, y Dios contestará.**

NIÑO

¡Deja que te mire, niño,
y que capte tu belleza!
Tus ojos que son luceros
tu boca, una azucena
tus pies, jazmines del aire
tus manos, una quimera
tu cuerpo, vapor de agua
que empieza viaje en la tierra.
Tu pelo, negro y profundo
tu risa, agua que lleva
encanto y poesía
que has de dejar en la tierra.
¡Deja que te mire, niño,
y que capte tu belleza!

SENTIRSE POETA ES

**Recorrer los aires sin avión
cruzar los mares sin barquita
atravesar cada continente andando
y rezar en la pequeña ermita.**

**Ir nadando y sentirse como el pez
volando y ser ave voladora
transformarse en cada alma que camina
y rezar despacio en voz bajita.**

**Abrazar las flores de la tierra
acompañar a la lluvia en su regar
sentarse al sol esperando a las nubes
junto a los animales la paz encontrará.**

**Subir montañas sin cima que termine
acompañar al río en su bajar
y contemplar los valles de la tierra
y escribir al viento y a la mar.**

A MI HIJO (6 meses)

**Mi niño, mi fiel estampa
de versos y poesías,
duerme tranquilo en la cuna
esperando el alma mía.**

**Mi niño, mi fiel estampa
lleno de grandes colores
no pierdas nunca tu encanto
y adorna como las flores.**

**Mi niño, mi fiel estampa
pequeño en tu grandeza
al crecer conserva siempre
los colores que te impregnan.**

LA MANZANA

No es posible que me salve en este cesto,
en medio de manzanas tan podridas,
aunque mi piel está fresca todavía
se podrirá si sigo aquí metida.

No tengo fuerzas para poder salir del cesto,
pero si llego a conseguir alguna ayuda;
y tú me sacas de un cesto ya maltrecho,
aún yo sirvo, y aún, no estoy podrida.





EL LENGUAJE DEL ALMA

A MI MADRE

Yo quisiera tenerla para siempre
ver constante su débil tez morena,
y que nunca falte de mi lado
la mujer que más quiero en la tierra.

No ambiciono el oro de los ricos
pero si aceptar el oro yo pudiera,
lo entregaría en bruto a mi madre
y que ella transformara el que quisiera.

En sus tiempos jamás vio el oro ni la plata
difícil fue contar escasas monedas
seguro que ella ahora quiere el oro
para darlo a quien antes no tuviera.

Sólo sabe de amor su corazón
no conoce el lujo de la tierra,
es feliz contemplando lo poco que ha tenido
y es feliz pensando en lo que espera.

MI PATRIA

**Mi isla es mi patria,
vivir quiero en ella,
morir poco a poco
donde yo naciera.**

**Me abrigan sus rocas,
me duermen sus valles,
su sol me calienta.**

**Al abrir mis ojos
en tierras tan secas,
yo vierto mis lágrimas
donde yo naciera.**

**La gente sencilla
que cubre la tierra
donde yo naciera...
Las amo,
y quisiera,
llorar y cantar
donde cantan ellas,
donde lloran ellas.**

**Mis pueblos, mis calles,
mi ciudad entera,
los llevo en mi alma
prendidos de veras.**



Y cuando yo salgo
muy lejos de ella,
la llevo conmigo
y me siento extranjera.

Y en pensar que un día
tal vez me quedara
lejos de mi patria,
porque hubo alguien
que declaró guerra.

Yo nunca quisiera
salir de mi patria
donde yo camino
con todas mis fuerzas.

Mi isla es mi patria,
morir quiero en ella.



A JACOB (4 meses)

**Angel de Dios en la Tierra sin alas
espejo olvidado por mirada ausente
reflejo del Sol, ignoto misterio
oculto mensaje, resplandor isleño
casita sin techo, abierta a las nubes
grandeza infinita, alma de poeta
sin primeros pasos, con gran recompensa
isleños caminan, no ven tu grandeza.**

PLAYA SOLITARIA

**Donde la belleza desnuda no se viste
donde me siento roca, pez y mar
donde me cobija la esencia de la arena
donde las gaviotas me hablan sin cesar.**

**Donde mi alma se abriga y se viste
donde mi alma recobra libertad
donde mi alma camina lentamente
donde mi alma se alza a la mar.**

**Donde mi alma vuela por los aires
donde mi alma se sienta a descansar
donde mi alma escribe a los vientos
donde mi alma es dueña de soñar.**

UN GENIO

**Siempre existe un genio en una roca
una roca que quiere caminar
recorriendo caminos de la España
en arena la roca quedará.**

**Siempre existe un genio en los aires
y con el viento el genio moverá
las estrellas y astros de su sitio
aunque el Sol no cambie de lugar.**

**Siempre existe un genio en las aguas
que se alza en barquillas a la mar
que camina cantando melodías
sólo el viento le puede acompañar.**

**Siempre existe un genio en solitario.
Siempre existe un genio en soledad.
Siempre existe un genio en una roca
una roca que quiere caminar.**

EL ALMA

**El alma ríe
el alma llora
el alma canta
el alma implora.**

**El alma vive
el alma añora
el alma espera
el alma toca.**

**El alma sufre
el alma ora
el alma piensa
el alma sola.**

A MI AMIGA

¿Sigues siendo mi amiga?,
si lo fuiste, lo eres.
¡Qué extraño que seas mi amiga!
¿Estás de vacaciones?
¿No vuelves?
¿Estás muy ocupada?
¿Qué ocupación tienes que no puedes verme?
¿Consigo yo contigo nuestra amistad olvidar?
¿O es que no se olvida?
Tendremos que empezar.

LA BELLEZA

**Sólo Dios puede crear belleza.
La belleza es un don
donde no existe el mal,
la belleza es un sí
muchas veces oculto,
la belleza no entiende
del tiempo que nos dan.**

**La belleza es vivir
sin pasado y futuro.
La belleza es vivir
en presente de amor.
La belleza no es oro
ni diamantes preciosos.
La belleza es amor.
La belleza, es amor.**

EL CIELO

**En un joyero con perlas
ha puesto Dios a mi hermana
y quiere que yo lo diga
que El es dueño de su alma.**

**La tiene cerca de sí
la tiene cerca y mimada
donde hace lo que quiere
sin miedo y temor a nada.**

**No hace frío para ella
para ella, no hay calor
es una vida de ensueño
creación del Redentor.**

**Si tú quieres ir con ella
y a su lado quieres estar
vive como las gaviotas
que vuelan sobre la mar.**

**Si tú quieres ir con ella
y a su lado quieres estar
no quieras tener riquezas
sí pobreza, para dar.**

A SAN NICOLAS DE TOLENTINO
(Mi pueblo natal)

No me hicieron conocer tu valle fértil
cuando fértil tu valle lo tuvieras
y ahora con tu aspecto ya negruzco
reconozco el valor que hay en tus tierras.

Polvo, viento, oscuridad se acerca
y me siento feliz en tu grandeza
y en la roca apartada de tu pueblo
mi alma llega.

Y valoro cada huella olvidada
y valoro el enigma de tus tierras
y añoro pisarlas cada instante
y es que yo, quiero vivir allí en La Aldea.

A MI MAESTRA

**Qué poco vivió aquel ave
que volaba sin cesar,
sus alas se estropearon
y no pudo volar más.**

**Sus compañeras queridas
querían hacerla volar,
pero el ave no volaba
porque descansaba ya.**

**Con el tiempo no se olvida
a un ave que tanto voló,
que conoció horizontes
y conoció a un solo Dios.**

ME GUSTARIA

**Me gustaría llegar
lejos, hasta las estrellas
y desde allí contemplar
la pequeñez de la Tierra.**

**Me gustaría subir
al pico más elevado,
y mirar alrededor
y verlo todo a mi lado.**

**Me gustaría estar
ahora, en otro planeta
y conocer a otras gentes
y hablarles de la Tierra.**

**Decirles cómo se vive
o mejor, cómo pelean
hablarles de las guerrillas,
no de amor y sí de guerras.**

RESURRECCION

**El alma vive en el cuerpo
hasta que el cuerpo se muera,
y cuando el cuerpo está muerto
el alma sola se queda.**

**El alma sola con vida.
El alma sola sin pena.
El alma siempre esperando
hasta que su cuerpo llega.**

A LA LUNA

¿Qué poeta no ha escrito en la oscuridad a la Luna?
Y con un frío intenso la ha visto llorar.
Rodeada de estrellas sin darle calor.
Acompañarla en la noche y en la soledad.
¿Qué poeta no espera el Sol del nuevo día?
Y mirando a la Luna el Sol llegará.
El poeta camina en la noche, con la Luna y en la oscuridad.



A MI AMIGO

**Se apagó la luz de mi casa
y con ella toda la alegría,
no me gusta subir escalones
y encontrar la casa sombría.**

**Paseando junto a la arboleda
yo quisiera una luz encontrar,
transportarla y llevarla a mi casa
y volver la alegría a encontrar.**

**Es difícil encontrar una luz
que en mis manos pueda transportar,
necesito las manos de otros
pues las mías cansadas ya están.**

ROCA DE MI ISLA GRANDE

**Parece cobre bañado en plata
es un castillo en medio del mar
la cruz tan cerca protege todo
junto a la costa, no avanza más.**

**Aquí sentada diviso el cielo
y se transforma cada metal
agua celeste que hasta mí llega
espuma blanca hace resurgir.**

**Todo me inspira en este momento
el sol, el aire, las nubes, el mar,
no siento el frío que a mí se acerca,
junto a mi entorno hay felicidad.**

**Y las gaviotas con patas cortas
hasta el castillo pueden llegar
y yo que tengo un alma grande
aquí en la costa tengo que estar.**

**Rocoso es el acantilado
y por mí sola no he de cruzar
pero me siento ya en el castillo
porque mi alma pudo volar.**

SILENCIO

**Fui buscando lejos la felicidad
y sin conseguirla tuve que parar.
Fui buscando lejos la felicidad
y lejos de mí no debe de estar.
Me paré un instante, y reflexioné
y estando parada, feliz me encontré.**

VIDA ES

**Vida es aire
vida es sol
vida es luz
vida es amor.**

**Espacio no es vida,
dimensión tampoco,
la vida es un río
que corre sinuoso.**

MI TIEMPO

**El oro que tengo es tanto
que no lo puedo contar,
el oro que tengo es tanto
que no lo puedo ver ya.**

**Cuando muera, aunque viejo,
mi oro repartirán,
y si no saben tenerlo
mi oro no existirá.**

**No puedo dar, ahora en vida,
mi tesoro y gran poder;
el tiempo que tengo es poco
para saber comprender.**

Que en vida, tengo que hacer.

Que en vida, tengo que dar.

Y en muerte he de recoger.

TORMENTA

**Enorme tempestad azota mis maderos,
un miedo sin barrera se apodera de mi,
escribo poesías al mar que me atormenta,
al mar que algunas veces tanto me hace sufrir.**

**El viento hace presión para hundirme en las olas,
mi alma en el madero quiere sobrevivir,
me envuelven torbellinos de espuma y oleaje,
luchó contra los vientos, luchando contra mí.**

**Siempre la misma imagen de una fuerte tormenta,
un cuadro en la pared pendiente está de mi,
y vivo yo la imagen que un pintor realizara,
de unos pescadores luchando contra el fin.**

EMOCION

**Hoy mis ojos brillan de alegría
y mi alma toca todo diferente
y mi cuerpo corre y no camina
en un mundo que de pronto
no se esconde.**

**Hoy me acepta el aire que respiro
los ruidos avivan mi caminar
la oscuridad de pronto me ilumina
y busco gente con quien poder hablar.**

**Pero mi triunfo lo callo para mí
ha sido el triunfo del alma en soledad.
Ha sido el alma la estrella que reía
pero mi cuerpo la pudo acompañar.**

AL JOVEN

Muchas veces piensas, que todo lo que te ofrecen es malo
pero un día no lejano, al fin comprobarás
que en tu camino alguien se acercó,
para ayudarte también a caminar.

Siempre piensas que nadie te comprende
y que sólo en tu silencio debes caminar
y yo te digo que el hombre no está solo
existe un Dios que ayuda a caminar.

Siempre exiges de aquel que se te acerca
que te entienda y te pueda ayudar,
y no piensas que aquél con quien tú hablas
necesita tu ayuda mucho más.

AMOR ES

**Amor es
dejar el alma.
Amor es
perder la vida.
Amor es
llorar riendo.
Amor es
vivir sin vida.
Amor es
perder poco a poco.
Amor es
ganar otra vida.
Amor es
vivir con Jesús.
Amor es
morir a otra vida.**

MI RIQUEZA

**Yo pienso que los demás
deben abrigarse menos,
pero yo no me doy cuenta
del buen chaleco que llevo.**

**Yo pienso que los demás
deben andar más despacio,
pero yo no me doy cuenta
que yo corro y que no ando.**

**Yo pienso que los demás
son pequeños en altura,
pero yo no me doy cuenta
de mi pequeña estatura.**

EN LA SOMBRA DE UN ARBOL

**En medio de un paraíso de palmeras
de árboles frutales y flores por doquier,
vivo en la tranquilidad del viento
y en el silencio de un mundo que está lejos.**

¡Qué casa tan preciosa me acompaña!

**Por techo, un cielo inmenso
por paredes, la sombra de los árboles frutales
por suelo, el canto de unas aves a mi alrededor
y puertas, están todas abiertas a mi mundo...**

**Hacia bosques extensos
hacia valles frondosos
hacia playas desiertas
hacia el fin de las cosas.**

**He de despertar de mi sueño
he de vivir con todos.**

RECUERDO

**En mi corazón está tu marcha
en mí tengo yo tu huída
mis ojos siempre te miran
tu ausencia queda en mi vida.
Me sonrío al recordar tu imagen
y soy presa de tu imagen en vida.**

A MIS ALUMNOS

**Vida para yo dar vida
ahora muerte no quiero
quiero dejar que florezcan
siendo yo raíz y suelo.**

**Desde el fondo de la tierra
flores rojas quiero ver,
verdes, celestes y gualdas
y todas llenas de mies.**

**Quiero un prado bien tupido
y flores sin marchitar
si todas tienen su vida
morirme, no importa ya.**

DESEOS

**Unos tienen por meta la cima
otros tienen por meta la falda
hay quien tiene por meta la base
y hay otros sin meta que aguardan.**

**Mi meta es subir hasta el cielo
y quedarme en la Tierra también
y esperar con los brazos abiertos
un encuentro contigo otra vez.**

ILUSION

**El comienzo, la ilusión de la vida
la esperanza, la ilusión por vivir
el futuro, esperanza y comienzo
el futuro, empezar es vivir.**

**Ilusión, por conocer otros mares
ilusión, por conocer montañas
ilusión, por conocer los aires
ilusión, por vivir en el alba.**

**Esperar, una mañana clara
esperar, la noche cada día
esperar, cada mes, cada año
esperar, la ilusión por la vida.**

MIS MANOS

Mis débiles manos, acostumbradas al mensaje de la paz,
han soportado las fatigas del trabajo
y con dolor yo las siento en mi cuerpo,
el tiempo pasa y el dolor sigue en mis manos.

Con tono débil escribo ya mis versos
y no consigo luz poder yo darles
siguen mis manos esperando la alegría
que yo transmito en un verso ya creado.

Mi cuerpo entero apoya a mis manos
y el mensaje, por fin, saben plasmarlo
quedan felices haciendo de pinceles
a una poeta que siempre pinta cuadros.



NAVIDAD

**Con qué ilusión espero yo estas fiestas
fiestas de paz, amor, felicidad.**

**He de pararme y contemplar todas las luces,
luces brillantes que dicen “Navidad”.**

**La Navidad está hecha para todos
deja que todos tengan Navidad.**

**Si a tí te sobran figuras del Belén
deja que otros las puedan utilizar.**

**Si no consigues figuras económicas
con cualquier cosa las puedes fabricar.
Pero no dejes que pasen estos días
sin que en tu casa entre la Navidad.**

QUIERO VIVIR

**Quiero vivir como las aves
y no puedo.**

**Quiero vivir como los peces
y no puedo.**

**Quiero vivir como los árboles
y no puedo.**

**Quiero vivir como el viento
y no puedo.**

**Quiero vivir como la espuma
y no puedo.**

**No quiero vivir muriendo
y sí puedo.**

NUESTROS HIJOS

**Somos dueños de un mismo tesoro
poseemos la misma esperanza
vigilamos el mismo horizonte
esperamos el mismo mañana.**

**Nos aguarda un mismo futuro
nos aguarda la misma esperanza
y conscientes de una misma vida
nuestras almas caminan enlazadas.**

VIVIR LA NAVIDAD

Con esperanza siento la Navidad
con ilusión las fechas del adviento
y con tristeza el modo en que se vive
el día de Reyes y la noche de Año Viejo.

Con el trajín de comprar unos regalos
y de cumplir con un presente hecho
se nos olvida llevar hacia Belén
la paz, amor, justicia, que Dios quiere.

Y un Belén existe en cada casa
y con sonrisa tenemos que llevar
a los pastores que habitan en Belén
la Buena Nueva del Niño en el portal.

A LA VIDA

**Algún día comprenderán
por qué quise ser como las aves
por qué como el pez quise nadar
por qué una casa nunca tuve
por qué caminaba sin cesar.**

**Algún día comprenderán
por qué yo nunca nido tuve
por qué el agua me abrigaba ya
por qué mi casa era sin paredes
por qué caminaba sin cesar.**

RECOMPENSA

**En la vida todo puede ser teatro.
Todo teatro es sacado de la vida.
La muerte, puede ser también representada.
Porque la muerte, forma parte de la vida.**

RUEGO

Llena, Jesús, mi isla grande
de pozos y manantiales
permite que el agua caiga
junto al fuego de volcanes.

Haz que el volcán ya se apague
y desaparezca el gris
quiero ver Gran Canaria fértil
Tú lo puedes conseguir.

Respirar los tomateros,
respirar las plataneras,
y que el verde del pepino
se pierda en verde de tierra.

La palmera cobre vida,
y el pino su esplendor,
y vuelva de nuevo el bosque
a esta isla de amor.

HACIA EL FIN

**Joyas, dinero, cobre, metal, plata,
excavo siempre huecos en la mina
si no consigo mi metal máspreciado
entonces hago grandes galerías.**

**Sigo buscando y abro túneles grandes
y si mi vida no llega a la mina
tiro una bomba, he de abrasarlo todo
pues mi egoísmo es ciego en la vida.**

AMOR

**¿Cómo me puedes querer, si mis hojas ya están secas?
Si no tengo ningún brillo,
¿cómo es que a mi puerta llegas?
¿cómo es que a mí te acercas, si mis flores no son rojas?
Si ya no tengo capullos,
¿qué esperas de un alma rota?**

A MI PROFESORA Y AMIGA

Te recuerdo con cariño
aunque día a día te alejas más de mí
algo separa la amistad de entonces
algo separa lo feliz que fui.

La vida ha cambiado
al menos para mí,
quisiera yo contigo
poderla compartir.

Espero con cariño
de nuevo tu amistad,
de nuevo un encuentro
de nuevo empezar.



A PABLO

**Sé que estás hecho de amor cuando caminas
y que hablas sólo amor al expresarte
y me quedo pensativa cuando actúas
y es que amor, tan pequeñito, sabes darlo.**

**Qué extrañeza que distingas bien y mal
y que el mal no lo quieras a tu lado
cuando apenas sabes caminar
has dejado semilla caminando.**



LA SOLEDAD

Qué triste sentirse sola.
Qué triste no poder amar.
Qué triste y qué frío tengo.
Qué triste mi soledad.

¿Está bien o está mal hecho
sentirse en la soledad?
Olvidarla, no vivirla
y la alegría tendrás.



AL NIÑO

Cuando yo era pequeña
me enseñaron a sumar,
pero nunca me dijeron
que tenía que perdonar.

Cuando yo era pequeña
aprendí a dividir,
pero nunca me enseñaron
un camino a seguir.

Cuando yo era pequeña
la resta no comprendí,
pero nunca me dijeron
por qué la vida es así.

Cuando yo era pequeña
aprendí sin comprender,
y en la vida hay caminos,
y muchos, para escoger.

RAICES

**Yo quisiera ser esponja
flexible en el estar,
pero ahora soy de piedra
y no me puedo amoldar.**

**Yo quisiera ser de paja
para adaptarme muy bien,
pero ahora soy de hierro
y no me sé contener.**

**Yo quisiera ser de aire
para de sitio cambiar,
pero ahora soy de agua
difícil de transportar.**

MAS LEJOS

**¡Qué bonito sería conseguir un amor!
Compartir lo pequeño y ser grande los dos.
Si me sintiera amada y yo pudiera amar
yo no quisiera casa, ni nido, ni oquedad.
Abriría mis alas, y empezaría a volar
y viviría volando
sin rumbo, y sin parar.**

LA VEJEZ

Si algún pajarito hace nido
en mis ramas, es mío.

Si alguna gota de agua
limpia mis hojas, es mía.

Si germina a mi lado una planta
y mi tronco tengo que estrechar,
he de hacerlo y crecer en altura,
a mi lado cobijo tendrá.

Es mi tronco un árbol del bosque
que la gente no contempla ya,
porque el tiempo lo ha ido apartando,
junto a mí crecen muchos más.

Pero sigo prestando cobijo
a las aves que saben volar
al rocío que despierta conmigo
y a la Luna que quiere alumbrar.

EL AMOR

**La vida está llena
de pequeñas cosas,
están muy cerca
y las puedo ver.**

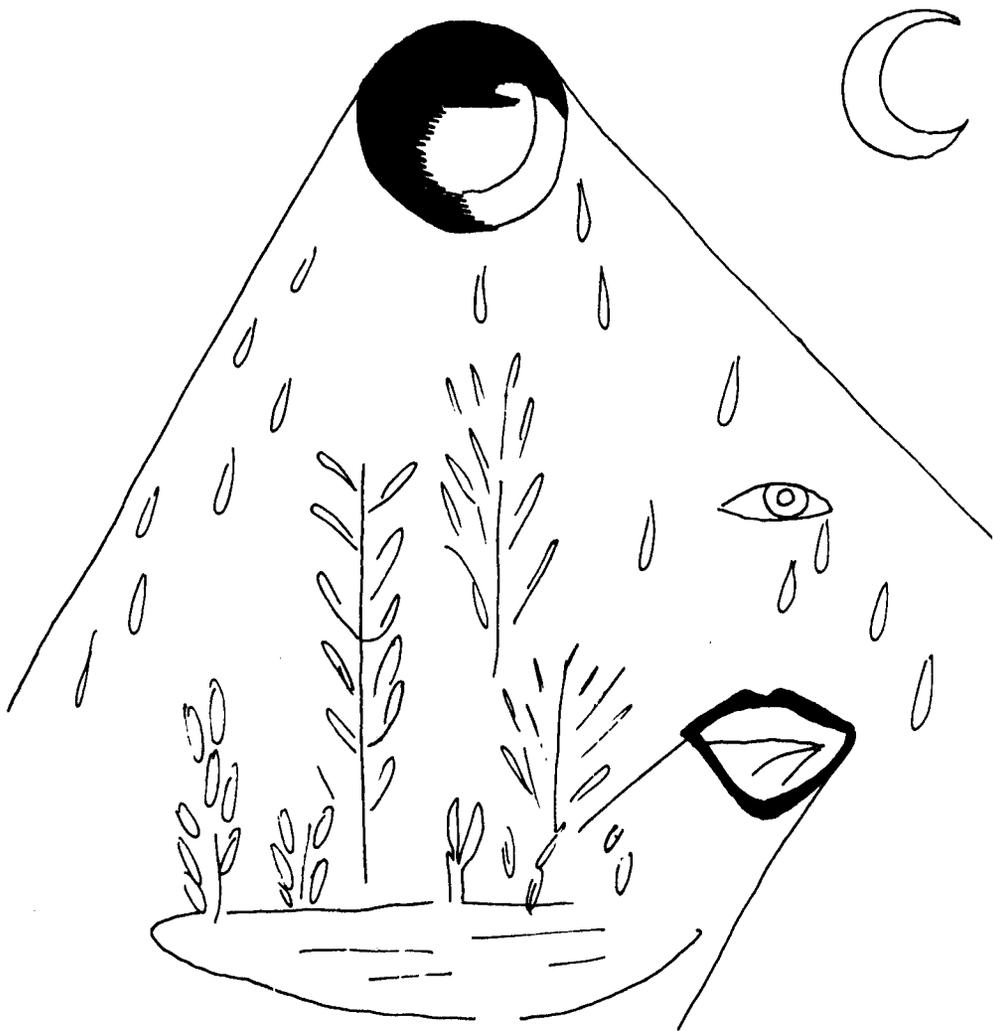
**Esas grandes cosas que
dicen que existen,
no me pertenecen
y yo sé por qué.**

**La vida está llena
de pequeñas cosas,
la vida está llena
de grandes también.**

**Pero yo que veo
las cosas sencillas,
sólo las pequeñas
puedo comprender.**

EL HOMBRE ES

**Misterio errante.
Luz y oscuridad.
Alegría y tristeza.
Amor y egoísmo.
Esperanza y desesperación.
Pérdida y encuentro.
Quietud y camino.
Rapidez y lentitud.
Silencio y expresión.
Paz y guerra.
Riqueza y pobreza.
Risa y llanto.
Alma y cuerpo.**



EVOCACION A TI

A JESUS

Gracias por este momento
por haberme traído temprano a tu cita.
Encontrarte a Tí, es más difícil
que apoderar tesoros en la tierra.
El tenerte...
es la alegría de bastarse solo,
y de solo dar, y no esperar del mundo
de consultar contigo cada día
qué luz debo seguir en mi sendero.

En un profundo silencio tú te encuentras.
Y sólo en el silencio puedo oír tu voz,
con qué profundidad hablas a mi alma
con qué profundidad le dices que es de Dios.
Con qué alegría recibo tu silencio.
Con qué alegría recibo tu mensaje.
Con qué alegría mi alma se levanta
a caminar como tú se lo mandes.

De la sombra que mi cuerpo proyecta,
nunca te apartes.
Jesús, nunca te apartes.
Nunca. Nunca te apartes.

EN MI PEQUEÑO TEMPLO

**Dos vidas tengo yo que Tú me has dado
y no consigo alimentarlas en la vida.
Yo tengo fuentes y arroyos para ello
pero mi cuerpo camina solo por la vida.**

**Llamo dos vidas a mi alma y mi cuerpo.
Y llamo cuerpo a un alma que camina,
que se abastece de cosas tan extrañas
y no de Pan y Vino que es Tu Vida.**

SOLO ME CONFORMO

**Sólo me conformo
cuando tú me digas,
sigue ese camino
el de las espigas.**

**Sólo me conformo
si tú me acompañas,
por ese camino
de espigas doradas.**

**Sólo me conformo
si es tu camino.**

**Y aunque no comprendo
mi lento caminar,
sólo me conformo
si conmigo vas.**

NUNCA HABRA LIBERTAD PARA TODOS

Dios mío,
si supiera dónde estás
colgado en este momento
iría a quitarte los clavos
para que estuvieras suelto.
Dios mío,
quiero verte siempre libre
paseando como yo
y metiendo cada clavo
en un enorme cajón.
Dios mío,
¿por qué creaste el hierro?
¿no sabías que con él
siempre Tú serías preso?

CRISTO CONTESTA

Regina, en cada cruz que tú veas
que yo me encuentro colgado
puedes quitarme los clavos
y dejarlos sepultados.
Yo también quiero pasar
sobre el suelo como tú
y que la cruz sólo sea
símbolo
y recuerdo de Jesús.
Desde ahora quiero ser
un preso con libertad
una mujer que camina

**algún ciego que no vea
un anciano que suspira
unos niños juguetones
unos niños sin salud
jóvenes con ideologías
y adultos sin porvenir.
Quiero que Jesús sea ahora
cada persona al andar
el camino de los pobres
no el rico en su caminar.**

A DIOS

Buenas noches, Jesús.
Por un instante
me olvidé que me esperabas,
me senté rendida a descansar un rato.
De pronto...
vino tu nombre a mi mente.
Jesús.
Y me acerco de nuevo a tu imagen,
líder de mis pensamientos.
A tu encuentro camino
teniéndote en mí.
En tus pasos yo vivo
buscando tu fin.
Y me olvido de mí
al intentar llevar,
el mensaje que has puesto en mis manos.
Al intentar vivir,
el mensaje que quieres que viva.
Al intentar llegar,
a tu Cruz y sentirme clavada.
Como aquellos dos ladrones
que gozaron la dicha de verte.
No me olvides, Jesús.
Haz que nuestro encuentro se repita.

JUNTO AL BELEN

Gracias, Jesús, porque me siento cansada.
Gracias, porque casi no puedo cumplir con mi deber.
Gracias, por el trabajo que me queda,
porque aún puedo seguir luchando.
Trabajando en la vida,
sonriendo en la vida,
perdiendo el cuerpo que me has dado.
Soy consciente de que poco a poco,
voy caminando hacia Ti.
Veo cómo mi cuerpo
lentamente se degrada,
cómo mi alma, poco a poco
engrandece.
Me cuesta vivir, Jesús,
pero te pido vida.
Para darla a aquellos
que aún la necesitan,
que aún no saben caminar solos.
Me cuesta vivir, Jesús,
pero te pido vida.



A TI

**Haz que pare mi egoísmo
haz que yo no quiera más
haz que alegre lo que tenga
y lo llene de humildad.**

**Jesús, si una vez te llamo
y no quieres responder
he de llamarte dos veces
y si no lo haces, tres.**

**Tú respondes cuando hablo
no me haces esperar
no eres como los humanos,
ahora, no escuchan ya.**

**Pero gritaré muy fuerte
hasta que oigan tu voz
hasta que vean que vives
hasta que vean que eres Dios.**

**Jesús, si de mí me olvido
y en Ti pienso para dar
penas yo nunca tuviera
sólo tiempo para amar.**

EL CONTESTA

**De nada sirve que llores
vas a empezar a vivir**

**la vida nueva del alma
que Dios quiere para ti.**

**Fuerte, como el tronco del abeto.
Suave, el perfume de una flor.
Ligero, el vuelo de la mariposa.
Pesado, el sacrificio del amor.**

EL CRISTO QUE ME ACOMPAÑA

Jesús, he de pensar que siempre
es mi último momento.
Por eso, sin terminar mis deberes
vengo a tu encuentro.
A pedirte, que me tengas a tu lado
que no olvides a todos los que quiero
que son todos, Jesús.
Permite, que la familia que camina junto a mí
sigamos tu camino juntos.
Es bonito, Jesús.
Aunque no te hablo con claridad
seguro que me comprendes.
Tú sabes lo que quiero decirte...
Aún no he visto realizados mis sueños
pero espero,
espero que un día, mis sueños sean realidad,
y vea que muchos te siguen,
que eres eje en nuestras conversaciones.
Centro de todas las miradas.
Y Tú sabes, que yo quiero
que alguien se acerque mucho a Ti.
Se pierde el tiempo de tantas formas...
¿Por qué no un encuentro Contigo?
¿Por qué no descansar a tu lado?
No es perder el tiempo.
Es ganarlo eternamente.

A JESUS

**Qué pena tener que morir
qué pena dejar la vida
qué pena dejar de amar
qué pena, amo la vida.**

**Con qué alegría un encuentro
con qué alegría Contigo
con qué alegría te espero
con qué alegría en ti vivo.**

**Con la esperanza de verte
con la esperanza yo vivo
con la esperanza me muero
con la esperanza, Contigo.**

TU CRISTO

**¿Por qué te han hecho de oro?,
tu piel es como la mía
ahora sirves de adorno
a la ingenua gente fría.**

**Me gustaría que fueras
sólo alma en una cruz
de madera algo oscura
y en ella colgaras Tú.**

**¡Oh, Jesús, anillo grande,
bandeja, príncipe azul!,
no permitas que te cuelguen
vuelve de nuevo, Jesús.**

A JESUS

**Quiero volver al silencio que habla
mirar atrás, y seguir Tu sendero
y con luz grande, caminar adelante
si yo consigo el silencio que quiero.**

**Yo con silencio, puedo dejar mensaje
y con silencio hablar al mundo entero
si he de hablar, sé Tú el que te expreses
en el silencio vivir mi vida quiero.**

TU VIDA

**Tu hora,
que es mi hora.
Tu día,
que es mi día.
Tu noche,
que es mi noche.
Tu tiempo,
tiempo que es mío.
Tu silencio,
es mi silencio.
Tu llorar,
es mi llorar.
Tu risa,
que es mi risa.
Tu Vida,
vida me da.
Tu esperanza,
es mi esperanza,
Tu presente,
presente mío
Tu futuro,
es mi futuro.
Tu muerte,
que es muerte mía.
Tu Vida,
que es mi vida.
Tu Vida,
que es mi vida.**

A TI

**Porque hay Dios a veces me callo
porque hay Dios a veces no chillo
porque hay Dios me quedo callada
porque hay Dios me quedo conmigo.**

**Porque hay Dios yo sé perdonar
porque hay Dios yo sé comprender
porque hay Dios yo tengo esperanza
porque hay Dios; ¿por qué tengo fe?**

**Porque hay Dios espero yo todo
porque hay Dios callo yo también
por mi Dios yo vivo y actúo
por mi Dios me siento yo bien.**

SIEMPRE

**Tú, Dios mío, cuidas mi rebaño
mientras yo cansado, cierro ya mis ojos
y Tú sigues velando mis ovejas
el pastor ahora no responde.**

**Abriré de nuevo ilusión a la vida
cuidaré de nuevo rebaño y guiaré
animales hacia Tu sendero
y de nuevo vencido caeré.**

**Y como sé, que Tus ojos no se cierran
y que muchos rebaños puedes ver
yo te ofrezco de nuevo mis ovejas
y de nuevo, Jesús, me dormiré.**

A JESUS

¿Qué te voy a pedir, mi perla chica,
si a mi cuello Tú cuelgas cada paso?
¿Si me siento para hablar contigo un rato
qué decirte, conociendo cada paso?

Hazme noble, y haz que yo sonría.
Haz que espere tranquila mi canción.
Haz que ría al frío y a la lluvia
cuando el Sol se oculte
y todo esté nublado.

Yo quisiera recoger tu melodía
cuando hablas y cantas a mi lado
y llevar la música grabada
y oírla en mi camino tan pesado.

QUIERO CAMINAR

Buenas noches, Jesús,
si no fuese por Ti...
¿Qué sentido tendría la vida?
Acaricia mi cuerpo desolado,
peina mi cabello revuelto,
sustenta mi alma destrozada.
Aliméntame del maná del desierto
para fortalecer alma y cuerpo.
No me hagas llorar porque soy fuerte,
quiero dar cada paso segura.
No me quiero equivocar, Jesús,
quiero caminar poco y bien.
Aleja de mí los pasos malos,
me sentiré menos cansada al llegar la noche.
Necesito estar preparada
para caminar en la oscuridad.
Quiero que en mí se cumpla Tu voluntad.
¡Vagué tanto tiempo sin tener nada...!
Que el cansancio me conforta,
la soledad me aviva,
la incomprensión me acerca a Ti,
el sentirme sola, me hace llegar a Tu Cruz.
Pero estás tan cerca de mí,
que tampoco te olvido
en los momentos alegres.
Te ofrezco la mejor flor del vivero.
No me parece un privilegio tenerte, Jesús,
es obra Tuya.
Tú viniste a mi encuentro.
¡Es un mensaje tan bonito el que brindas a mi alma!

**Yo quiero caminar.
No me quiero olvidar de Ti ni un solo instante.
De Ti quiero serenidad.
Amor.
Comprensión.
Tristeza, para vivirla oculta.
Alegría, para caminar con todos.**

MI LABOR

**Dame lo mejor que tengas
para yo poder sembrar,
y ser Tú el que recojas
la siembra que me has de dar.**

**La fruta más exquisita
podrás al fin recoger,
en los huertos bien sembrados,
por Tu mano, por doquier.**

**Dame la luz suficiente
para poder comprender,
cuando recoges la fruta
pues no me sé contener.**

**Dame lo mejor que tengas
para yo poder sembrar,
y ser Tú el que recojas
la siembra que me has de dar.**

INDICE

	Pags.
Palabras previas	7
CRISTAL Y POESIA	
El perrito jugueteón	13
En la costa	14
A Cristina	15
Poeta	16
Mi globo	17
A Pablo y Cristina	18
El pañuelo	19
Recuerda	20
Alegría	21
En verano	22
En tu primera comunión	23
Mama	24
Maria	25
Agate	26
Los loros	27
El mar	28
A San Nicolás de Tolentino	29
Oso Plet	30
La creación	31
Niño	32
Sentirse poeta es	33
A mi hijo (6 meses)	34
La manzana	35

EL LENGUAJE DEL ALMA

A mi madre	39
Mi patria	40
A Jacob (4 meses)	42
Playa solitaria	43
Un genio	44
El alma	45
A mi amiga	46
La belleza	47
El cielo	48
A San Nicolás de Tolentino (Mi pueblo natal)	49
A mi maestra	50
Me gustaría	51
Resurrección	52
A la luna	53
A mi amigo	54
Roca de mi isla grande	55
Silencio	56
Vida es	57
Mi tiempo	58
Tormenta	59
Emoción	60
Al joven	61
Amor es	62
Mi riqueza	63
En la sombra de un árbol	64
Recuerdo	65
A mis alumnos	66
Deseos	67
Ilusión	68
Mis manos	69
Navidad	70
Quiero vivir	71
Nuestros hijos	72

Vivir la navidad	73
A la vida	74
Recompensa	75
Ruego	76
Hacia el fin	77
Amor	78
A mi profesora y amiga	79
A Pablo	80
La Soledad	81
Al niño	82
Raíces	83
Mas lejos	84
La vejez	85
El amor	86
El hombre es	87
 EVOCACION A TI	
A Jesús	91
En mi pequeño templo	92
Sólo me conformo	93
Nunca habrá libertad para todos	94
A Dios	96
Junto al Belén	97
A Tí	98
El Cristo que me acompaña	100
A Jesús	101
Tu Cristo	102
A Jesús	103
Tu vida	104
A Tí	105
Siempre	106
A Jesús	107
Quiero caminar	108
Mi labor	110



ULPGC.Biblioteca Universitaria



633316

BIG 860-1 QUI enc



Nací en una humilde casita situada en el valle fértil de mi Aldea, San Nicolás de Tolentino, en Gran Canaria, el ocho de septiembre de 1.947.

De pequeña no viví en mi pueblo. Aunque ahora mi alma vuela de todos los lugares al centro de mi Aldea. Desde el primer año he vivido en Las Palmas de Gran Canaria, ciudad en la que me educé, estudié el bachillerato y la mano del origen me brindó con el título de “maestra”. Siempre soñé con ser guía de la infancia. Siempre pensé que los niños serían las mejores joyas que en mí pudiese llevar prendidas.

Mi ilusión es escribir a la infancia, dejar en ellos un recuerdo grato.

Me casé en el 1.974 con Juan Antonio. Tengo tres niños, Cristina, Pablo y Jacob. A los cuales dedico algunos de mis poemas.

Mi vida termina en cada instante que vivo. Mi futuro es del dueño de lo creado.

Las Palmas de Gran Canaria.
Abril del 82.