

# Taller de Escritura Creativa y Poesía

CENTRO PENITENCIARIO  
MURCIA II

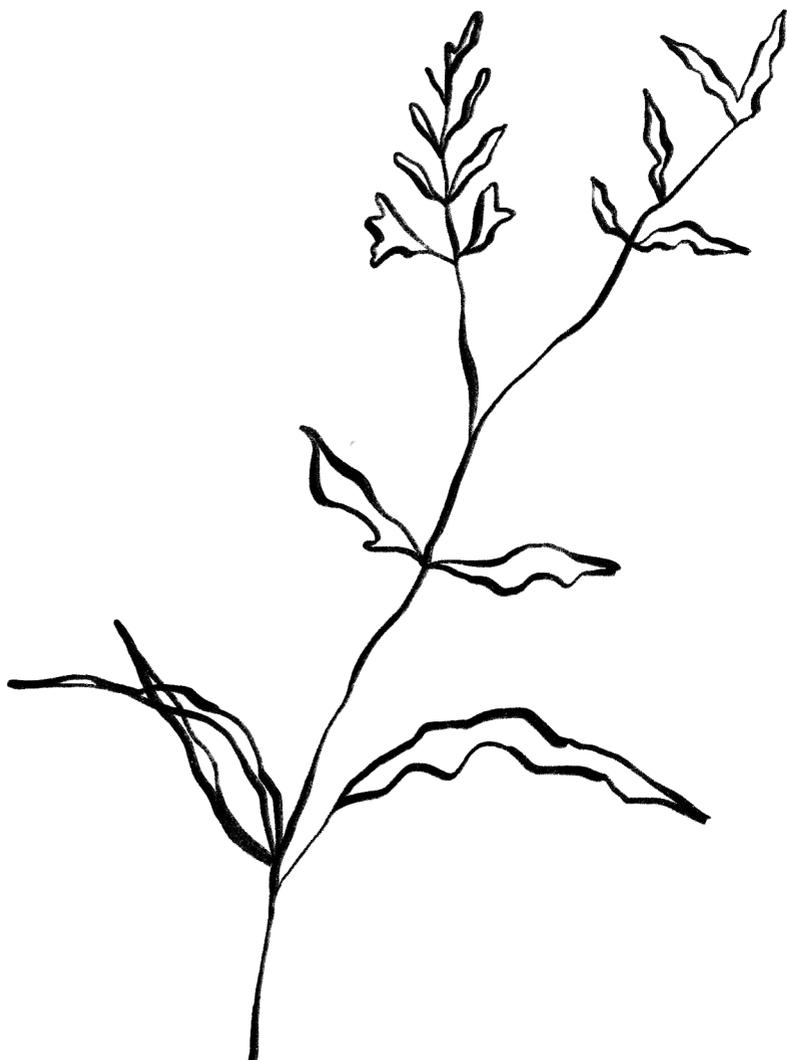
2025



**Septiembre 2025**  
**Edición de Solidarios para el Desarrollo**  
al cuidado de Ángeles Carnacea  
Diseño e ilustraciones: María Jover  
Depósito Legal: MU 894-2025  
Impresión: Truyol

*Todas las ideas importantes tienen que incluir a los árboles,  
las montañas y los ríos.*

Mary Oliver



*p. 05*

## EL DOLOR Y LA BELLEZA

¿EN QUÉ IDIOMA SE CIERRAN  
LAS PUERTAS DE UNA CÁRCEL  
QUE ENTENDEMOS PERFECTAMENTE  
LO QUE NOS DICEN?

*p. 07*

LAS ROCAS  
HABLAN A GRITOS

*p. 09*

*p. 29*

CUADERNO  
DE ACTIVIDADES

*p. 41*

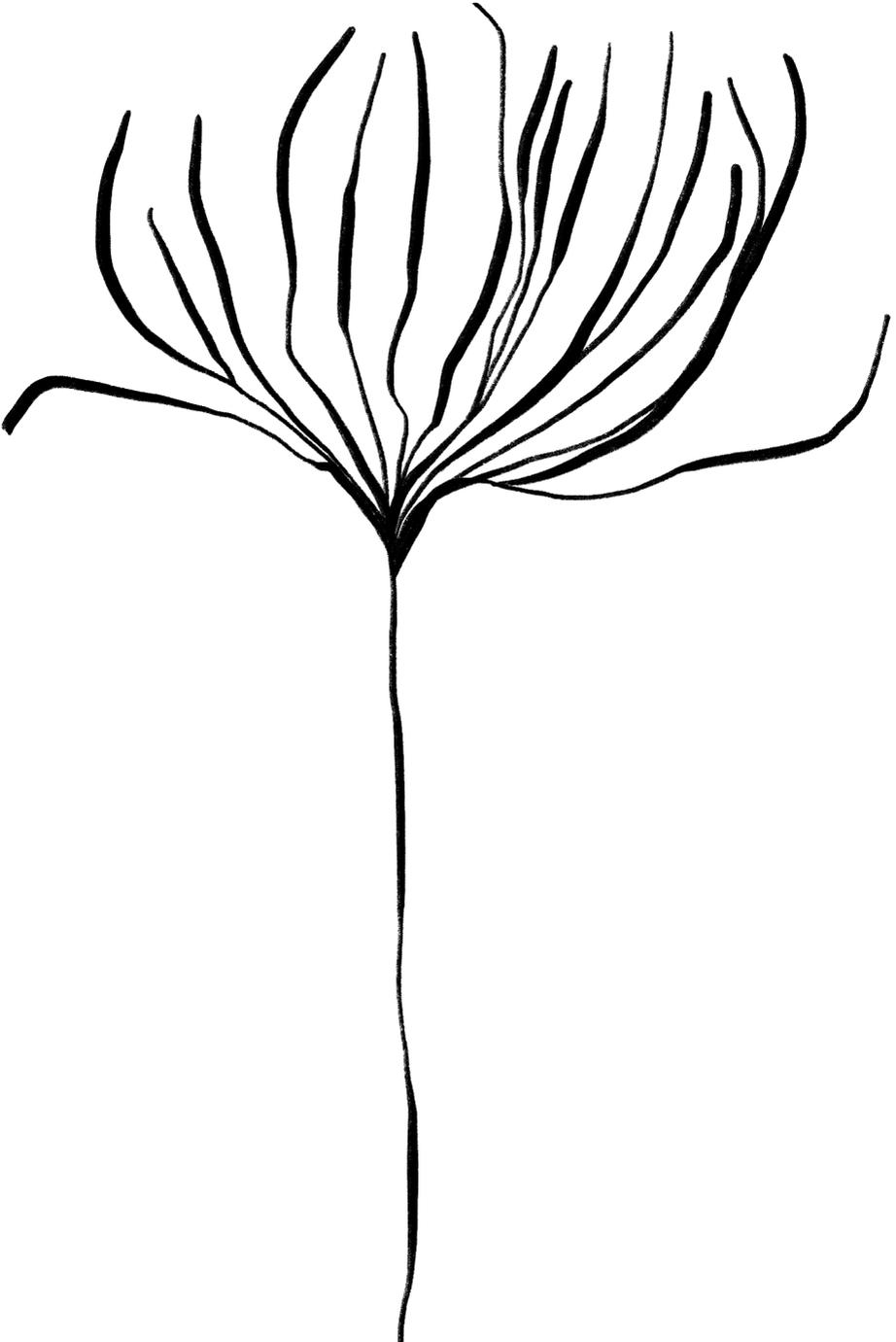
LA MIRADA:  
OTRA FORMA DE SENTENCIA

*p. 43*

POSTALES Y CARTAS

*p. 47*

REFLEXIONES SOBRE  
EL TALLER DE ESCRITURA CREATIVA  
Y POESÍA. LOS JUEVES EN LIBERTAD



## EL DOLOR Y LA BELLEZA

Sin el dolor, no hay poesía ni arte ni nada. No digo “sin dolor”, digo “sin el dolor”.

El dolor como sustancia e inmanencia, o como giro sorprendente de guión. Un dolor físico, un dolor espiritual, un dolor existencial, uno material y denso, otro emocional y subjetivo, dolor causado, dolor recibido, dolor percibido. Es como el amor, tantos dolores como personas, ochomil millones de dolores.

Existe, empero (adviértase el palabro, constatación de la autoría humana del prólogo), un murmullo cósmico de dolor colectivo que amenaza la Tierra con su lluvia ácida. Hay quien se resguarda bajo toldos y marquesinas, quien no sale de casa para no mojarse, pero abundan los audaces que cantan bajo la lluvia, y aprovechan la aspereza química para desescamar su piel y dotarla de un tacto delicado.

La cárcel es un hospital para dolores, no es el origen ni la fuente, pocas veces cura o alivia, a menudo los agranda con yatrogénicas medidas. Eso sí, ofrece un elemento valioso: la soledad, una levadura que macera y transforma. Pone de relieve la misma existencia del dolor, para aquellos que le huyen y lo niegan tres veces cada noche. En el recogimiento del encierro, el dolor se hace barroco y se adorna de culpa, de estigma, de resentimiento o de rabia, tantos atributos que avinagran su naturaleza honesta.

El antagonista del dolor no es lo hermoso, ni el humor, ni el amor ni la alegría ni la libertad ni la salud.

Ni la vida es su enemiga, ni la muerte consecuencia: el dolor no tiene antagonistas, convive con todo, se complementa, quizá compensa o completa el gozo. De la manera más natural, acompaña la vida y espera junto a ella la muerte. Un compañero.

Jean Genet cargó su dolor a todas partes, y a la cárcel. Virginia Woolf con su cabeza aplastada por la depresión, está aquí. Frida Khalo, derrota y derrota, hasta la victoria final. Tres dolores mundiales. Y el *Perrito Fantasma* de José Daniel Espejo, descubrimiento, (*me das de comer por mendigo o porque creo poemas y belleza (...)?*) un poeta cojo de versos podridos llenos de una esperanza distinta a las habituales. Cuatro dolores reales de artista, cuatro ejemplos entre miles, que legitiman la belleza.

Un día en la vida de un prisionero del Gulag, una jornada de padecimiento médico, un solo día de guerra, un día y otro día y otro día de cárcel. Esta plaquette, un año más, prueba que el dolor humano produce gracias y milagros. Cadáver exquisito: *el miedo encoge el alma, nadie te ve como lo que eres, mi corazón te llama, tu vacío es lo máspreciado, jamás seré la causa de tu tristeza, tu herida es la mía, numeraré las noches, lo miraba con deseo*. Un rato de belleza.

Vega, Pedro, Ángeles, ¡reincidentes!, como la banda de rock, “*Uhhh, cierra los ojos / mares de color abren mi mente / yo doy, tú me das, nada es nuestro / muros y fronteras ya no existen*”. Sois la revolución, poetas.

*Cristóbal Sanchez Blesa,*  
Presidente de Solidarios para el Desarrollo

## ¿EN QUÉ IDIOMA SE CIERRAN LAS PUERTAS DE UNA CÁRCEL QUE ENTENDEMOS PERFECTAMENTE LO QUE NOS DICEN?

Cada sonido y palabra es una manera de conocer el mundo. Cada rutina una lima de la que pueden surgir virutas de oro.

Una vez más la realidad es jueves. El ritual que descubre, entre cuatro muros, la belleza y el talento del mundo, igual que la maceta siente el latir del bosque desde un puñado de tierra.

Hoy Vega Cerezo y Pedro Casamayor llegan al taller de escritura sintiendo la redondez de las manzanas en todo su cuerpo. El mundo es esférico ante sus ojos. De sus bocas salen burbujas, palabras rojo sandía. Sus miradas se inspiran en un árbol cuajado de albaricoques, en un cielo pintado con globos. Pero hoy el ambiente entre los chicos y chicas del taller parece un poco triste. Hay aristas en el saludo, una distancia de espinas entre las mesas.

Vega comienza lentamente a fabricar herramientas para curvar los bordes. Les habla de la idea de, juntos, ir desgastando filos y recodos y con el sedimento levantar una estructura sólida en el renglón. Con el olor redondo en su pelo de las manzanas los encandila. Pedro a través de descripciones de algunas frutas y de semillas les habla de la presencia de un rumor ancestral. De un hueco húmedo que existe en todo lo vivo y del efecto de la erosión de las palabras en ese vacío.

Encontrar las cavidades para llenarlas de limaduras, de desechos y de semillas. De ahí surgen los poemas. Así es como se construyen y germinan los versos durante el taller de escritura creativa y poesía de Vega Cerezo y Pedro Casamayor en el Centro Penitenciario Murcia II.

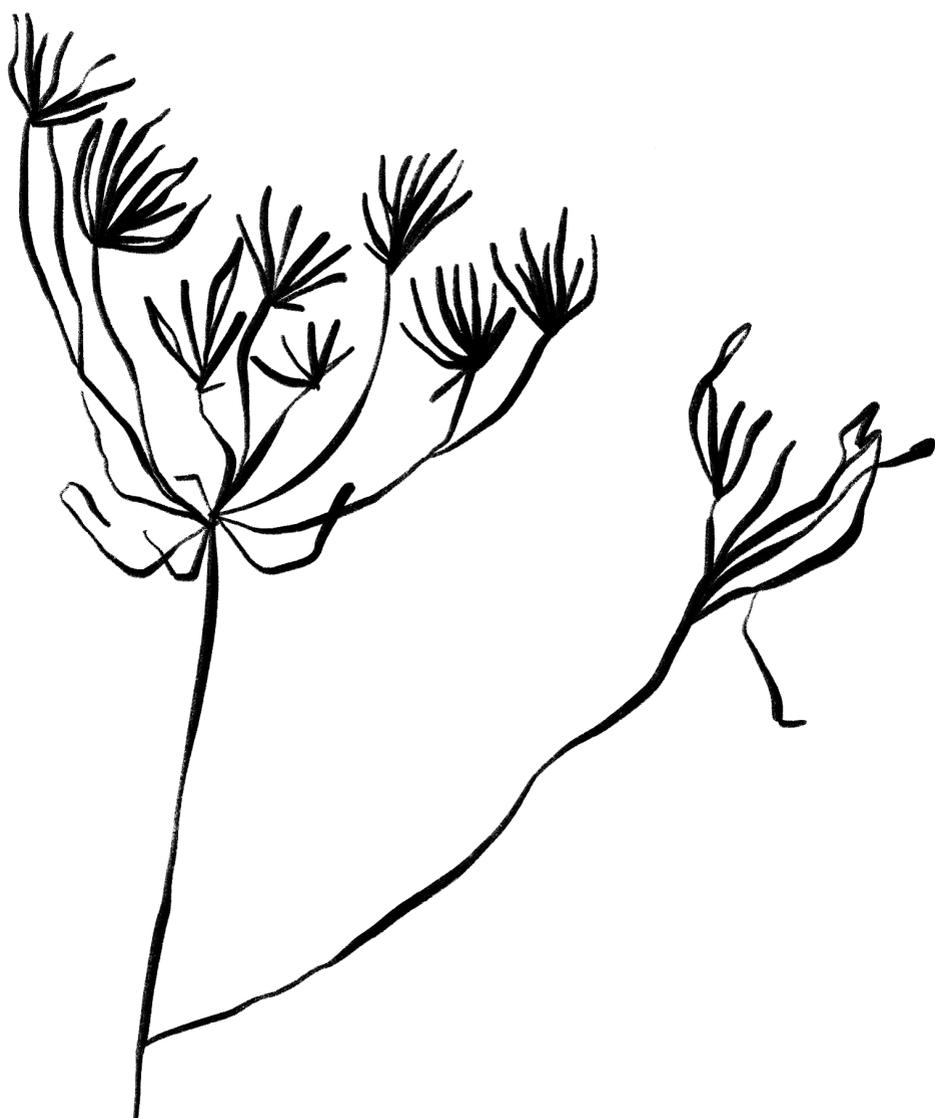
El regalo es presenciar la reconstrucción a través de palabras, en este caso de Jorge Riechmann: *cada animal conoce que hay un deber de invierno, de recogimiento, de renovación secreta.*

Sentir el murmullo verde de enredaderas cuando se enganchan al interior del mensaje y lo trasladan a la piel. Y el ambiente comienza a respirar confianza. Fluyen las ideas. La tierra se esponja para llenarse de huecos. De la oscuridad comienza a rebrotar lo que siempre estuvo ahí.

Gracias a Solidarios para el Desarrollo por su amistad, su cuidado y entrega. Todo nuestro cariño y agradecimiento a los participantes del taller de escritura creativa y poesía y a todas las voces que lo hacen posible.

*Vega Cerezo,*  
*Pedro Casamayor,*  
Poetas

Las *rocas*  
hablan a gritos



Maravillosos son los sueños,  
dulces son los momentos,  
bellos son los viajes  
libres de mis reflexiones.

Mas el tiempo que tortura  
al reloj que lo acompaña  
no me haría perder la cordura  
ni caer en su tela de araña.

Por la vida que es solo mía  
que quiero más que a nada  
miles de veces diría  
quiero volver a soñar mañana.

**Guillermo**

Ser joven es hacerse viejo más despacio  
aunque nos envejece más  
la cobardía que el tiempo.  
Los años solo arrugan la piel  
pero el miedo encoge el alma.

**María J. B.**

## PALESTINA

Cerraron los ojos  
miraron hacia otro lado.  
Ante cuerpos moribundos,  
ante iris secos de lágrimas  
se cegaron las bocas.  
Mudas de palabras  
ante gritos de dolor  
y rabia contenida  
se cruzaron de brazos,  
no hicieron nada.

**María J. B.**

## PERMISO DENEGADO

Qué difícil es ser el que no eres,  
fingir sonrisas falsas,  
llorar y no tener testigos.

Es duro preguntar y no tener respuesta.  
Escuchar de nuevo la misma versión,  
*¡Sigue así, vas muy bien!*

Qué pena tan grande siento en el alma  
al ver a tantas personas con el mismo fin:  
esperar que llegue lo que siempre tarda  
y cuando llega, de vuelta a sufrir.

Nadie te ve como lo que eres  
y poco importan las heridas de tu corazón.  
Tan solo quieren que le firmes sus papeles y demostrar  
que han hecho una gran labor.

DRAGAN L.

## UN RECUERDO PARA TI, MUJER

Las tres de la mañana,  
el sueño no ha llegado todavía y el alma  
está suspirando por tu ausencia.  
Tu imagen se ha clavado en mi memoria  
y gobierna todo mi ser.  
Perdida mi mirada en la distancia de ver tu lejanía,  
mi amor te persigue por todos los rincones de la alcoba  
como queriendo aprisionar tu nombre.  
Mi corazón te llama con la musicalidad de la ternura  
mientras mi esperanza se pregunta:  
¿me querrás algún día?  
¿por qué lloraste al oír mis canciones?  
Será que recordaste antiguas emociones  
o quizá adivinaste cómo  
se van marchitando con el paso de los días.  
Se cruzan mi sombra  
y los recuerdos como un remordimiento en tu camino.

Eres tú la fuente de mis versos.  
Te llamo, te evoco, te quiero.  
Mentira cuando me grito que ya no quiero verte  
si estoy a tu lado quieto por temor a perderte.  
Mentira cuando me digo que puedo mandar en mi pecho  
si estoy amarrado a tus manos para siempre.  
Voy a partir muy pronto.  
Me alejaré en silencio. He llenado mi  
alma con tu recuerdo y en los labios un “no te olvidaré”.

Quién sabe si algún día volveremos a encontrarnos  
para recordar nuestro pasado.  
Aunque no sé si para entonces estarás esperándome  
o si me habrás olvidado.

**Guillermo**

## SILENCIO, PRECIADO TESORO

Cuánto tardas en hacerte notar,  
te espero desde hace tantos años  
que tu vacío es lo máspreciado.

Tú que lo llenas todo con tu ausencia,  
que vacías las cuerdas vocales de los aullidos,  
que traes la calma y la reflexión a un mundo de locura.

Por ti sacrificaría mi expresión oral  
por unos minutos fuera de este manicomio  
dentro de una explosión de paz.

Marcos M.

## DEL ZERO AL DIEZ

Olvida el día que te desmantela el ánimo y el querer ser.  
Tu vida es un precioso verso que estás invitado a escribir.  
Nada tenías, solo contabas con el cero que hoy eres  
y en el que crees haberte convertido.  
Te estamos esperando en el diez de tu existencia.  
¡Lucha por ello!

Marcos M.

## SIN PREGUNTAS

No sé muy bien qué  
y nunca me ha importado cuándo.  
Lo cierto es que siempre habrá un dónde  
si estás dispuesto a enfrentar los porqués.  
Así que no vuelvas a preguntar cómo  
si no sabes qué te ha traído hasta aquí.  
Qué es lo que impulsa tu vida,  
de qué me quieres convencer.

Marcos M.

## CACTUS

Deserta de las filas de los ignorantes.  
De aquellos cuyos comentarios y estupideces  
te pinchan. Como cuando tocas de forma involuntaria  
un cactus silvestre, que te pilla desprevenido  
y ves brotar tu sangre.  
Gotas de indiferencia y mal humor.

**Jesús G.**

## SERÉ

No seré aquella que te haga sufrir ni la que permita tu caída,  
tampoco tu dolencia.

Seré tu apoyo. Lucharé por nosotros con arrojo y pasión.

Levantaré un muro alto y robusto  
contra todo aquello que intente dañarnos.

No cesaré en nuestra causa:

la de llegar juntos a un mismo destino

por muchas veces que tropecemos

y por tantas zancadillas que encontremos.

Nada vale más la pena que tenerte a mi lado.

Yo seré la que nombres cuando digas:

amor, protección o cuidado.

Jamás seré la causa de tu tristeza,

ni me rendiré ante las adversidades que nos lleguen,

ni pondré mi lomo para ser soporte de nada que no sea nuestro amor.

**Victoria B.**

Busco la forma de encontrar lo perdido,  
aquello que está lejos y más allá de lo imposible.

Kiko

## SERÉ Y ASÍ SERÁ

No seré la barrera de mi libertad,  
ni el niño que alguna vez fui.  
Tampoco voy a herirte más.  
Seré lo que siempre has querido que sea,  
lo que intentaste con tanto amor inculcarme.  
Lucharé por ti y por todo lo que tenga que ver con nosotros.  
Levantaré las manos hasta el cielo  
y no cesaré hasta ser mi mejor versión.  
Por muchas veces que me tropiece en el camino,  
por tantas veces que me intentes ayudar;  
nada me vale más que tu felicidad.  
Jamás volveré a dañarte. Tu herida es la mía.  
Hoy empiezo este camino con decisión y alegría,  
porque mi corazón así lo grita,  
así lo siente  
y así será.

Lo siento por todo, mamá.

Salvador M.

## ODA A NETANYAHU

Que la luna llena no entre más por tu ventana  
Que mi luz sea sacrificada bajo el marco de tu puerta  
Que la risa se seque desde tus labios a tu garganta  
Que sueñes con mis dientes mordiendo tu prepotencia  
Que tus manos solo puedan sentir la infección de tus razones  
Que las mías solo puedan llorar con el frío de las armas  
Que tu estirpe arrastre por siempre las cadenas de tu deshonra  
Que mis hijos y nietos sepan que no retrocedí ante tu ira  
Que el amor pase de largo eternamente ante tu casa  
Que el odio algún día deje de irrigar los olivos de nuestra tierra  
Que el sol agoste cada palmo de futuro que ocupaste  
Que la lluvia apague nuestras casas incendiadas pero no nuestra alma  
Que las moscas y cucarachas devoren tus palabras  
Que la poesía estalle en nuestras manos y aniquile la indiferencia.

**Marcos M.**

## ME ACUERDO DE 7... ME ACUERDO

Decían muchas, *me acuerdo de cómo hubiese sido si...  
de cómo acabaría si...*

Me acuerdo de caras, de nombres,  
pero sobre todo mi memoria guarda los daños

porque no ha sido fácil ni vivir con ellos,  
ni perdonarlos.

Me acuerdo de las cicatrices que quedaron en mí  
por buscar la libertad.

Me acuerdo de los gritos de pánico  
iguales que los de las películas de terror.

Me acuerdo de empezar desde cero y sin rumbo.

Me acuerdo de estar a punto de morir.

Me acuerdo de despedirme de un hijo  
y luego sobrevivir.  
Ese mal no se despegará jamás de mi alma.

Me acuerdo de...

**Yolanda M.**

## ¿A QUÉ LLAMAMOS UN HERMOSO DÍA?

Para que un día sea hermoso he tenido que descansar.  
No haberme machacado en pensar el color negro,  
no dejarme llevar por los comentarios del otro.  
Motivarme para olvidar la ansiedad,  
mover el cuerpo, caminar.  
Ocupar el tiempo en conversar con compañeros.  
Y al final del día hablar con mis familiares,  
con mi pareja y notarlos cerca.  
Cerrar los ojos y jugar en mi mente.

Jonathan F.

## A LA GUERRA

No me gusta tu juego sucio  
porque devasta la impaciencia  
y me revienta la agonía  
de los que perecen por ti.  
Ojalá todo se volviese  
en contra tuya y de tus artimañas  
y sufrir en carne propia  
lo que proporcionas  
retorciéndote de manera infinita.

**José Carlos M.**

## RECuento

Contaré los versos que aún quedan por escribirte.  
Narraré el placer infinito  
al pensar en tu cuerpo  
bajo la tenue luz de aquella fría alcoba.  
Detallaré el calor de nuestras almas,  
la temperatura de tu sexo  
durante un beso imaginado.  
Numeraré las noches  
que quedan por seguir amándote.

**José Carlos M.**

Cuaderno  
*de* actividades



### ACTIVIDAD UNO

En el microrrelato: *Quiero que seas tú y Enemigos pero no ante el amor* se plantea un ejercicio de escritura creativa con la siguiente premisa:

Una fábrica de componentes químicos cercana al Centro Penitenciario Murcia II sufre un incendio liberando gran parte de su contenido tóxico, y dado que el zoológico se encuentra junto a dicha fábrica, las autoridades ordenan el confinamiento de la población y deciden guarecer a los animales en la cárcel.

Cada una de las personas internas tendrá que hacerse cargo por un día y una noche de las fieras en cuestión. Deberá compartir celda con el animal y por supuesto, con el/la compañero/a de celda y su consiguiente mascota, claro. A la mañana siguiente, entregarán las mascotas que volverán de nuevo al zoo.

## QUIERO QUE SEAS TÚ

Te vi y dije, quiero que seas tú la que me toque. Y lo deseé tanto que en mis manos te posaron.

Eras la libélula más bonita que jamás había visto. Se me hinchó el corazón de alegría al entrar en mi celda, nuestra celda por un día. Tú mirabas a tu alrededor sin entender, por eso te tuve que explicar lo que ocurría allí fuera y por eso estabas conmigo en la celda.

Te conté un cuento tras otro hasta que las dos nos dormimos.

Cuando empezó a amanecer te sentí en mi mejilla. Me dabas un beso y yo te guiñé el ojo. Las dos sabíamos que era nuestra despedida. Me miraste y muy despacio te fuiste por la ventana.

Pero lo último que esperaba es que volvieras cada noche a mi cama para posarte en mi mejilla y dormir siempre conmigo.

**María J. B.**

## ENEMIGOS PERO NO ANTE EL AMOR

Mi compi y yo no nos queríamos ir a dormir.  
Solo pensábamos en asimilar esa situación tan distópica.

A mí me encargaron cuidar de una pantera y a mi compi de *chabolo* de un tití. ¡Era tan mono!

Pero como se coma uno al otro ya verás, pensé yo.  
Hay que devolverlos sanos y salvos a los dos.

Llegamos al *chabolo* bastante asustadas, pero a la vez contentas por tener unas mascotas. La pantera se subía por todas partes, pero el tití hizo migas con ella y se pasaron el día jugando en la celda. Se llevaban genial para sorpresa nuestra. En vez de comprar cosas para nosotras, solo subíamos comida para ellas. Pero todas las compañeras igual. ¡Parecía el módulo una fiesta! Todas de buen rollo contándonos anécdotas de nuestras mascotas y jugando con ellas.

Pero no veas al día siguiente, cuando le coges cariño van y nos las quitan.

Yaismara

### ACTIVIDAD DOS

En los próximos tres poemas de Marcos, María J. B. y Ainara se les propone un ejercicio en el que deben completar los espacios que hay en blanco en el poema. Cada poeta defiende en su poema palabras y héroes distintos. Diferentes fronteras y canciones. Desiguales paisajes y heridas. La poesía como ecosistema que nos cuenta cómo nos relacionamos con nuestro entorno.

Su dolor era blanco como la luz cegadora y tan extenso como el vientre de las amapolas.

Distraía su alegría como una libélula en busca de sus colores.

Inventaba un futuro al estilo de Camilo Cienfuegos.

Era su pecho un David con sus partes mutiladas y yo, lo miraba con deseo.

Cruzamos el sendero de los jardines de la Alhambra y dormimos complacientes.

No sabría decir en qué blanco e interminable invierno nos llegó el dolor ni cuándo brotó la herida.

Eras la letra de *Vientos del pueblo*,

la protagonista de todas las películas censuradas, el pulsar lleno de destrucción de mi galaxia emocional.

Tú tan Olivia sacando molla y yo,

tan Popeye llorando por las esquinas.

Marcos M.

Su dolor era tan rojo como la sangre viva y tan extenso como la franja de Gaza.

Distraía su alegría como un perro herido.

Inventaba un futuro al estilo soñado del Che Guevara.

Era su pecho un puente colgante de un hilo y yo,  
lo miraba con deseo.

Cruzamos el sendero de un oasis en medio de un desierto.  
y dormimos complacientes.

No sabría decir en qué invierno  
nos llegó el dolor ni cuándo brotó la herida.

Eras la letra de *Ojalá* con el alma abierta,  
la protagonista de *La vida es bella* llorando,  
el agujero negro y profundo de mi galaxia emocional.

Tú tan Calimero y yo,  
tan Piolín intentando volar.

**María J. B.**

Su dolor era negro como un café amargo y tan extenso como el Océano Pacífico en plena guerra de Vietnam.

Distraía su alegría como una leona cazando en manada.

Inventaba un futuro al estilo Karl Marx cuando escribió

[*El Capital.*

Era su pecho una ruínosa jornada inundada por la lluvia y yo, lo miraba con deseo.

Cruzamos el sendero de las acequias huertanas a la casa y dormimos complacientes.

No sabría decir en qué invierno desierto

nos llegó el dolor ni cuándo brotó la herida.

Eras la letra de *Volver* de Carlos Gardel,

la protagonista de *Milenium, los hombres que no amaban*

[*a las mujeres,*

el sol de neutrones de mi galaxia emocional.

Tú tan Elmo y yo,

tan bruja de Harry Potter.

Ainara

### ACTIVIDAD TRES

La premisa para estos tres próximos ejercicios es escribir en primera persona un relato donde el/la protagonista amanece en un espacio que no reconoce, con un fuerte golpe en la cabeza y no logra recordar su vida.

Cuando abrí los ojos todo me daba vueltas. Me llevó unos segundos darme cuenta de que estaba tumbado en el suelo. Me dolía la cabeza horrores. Cuando me llevé mi mano a la frente, noté que se impregnaba de sangre. También había un rastro rojo junto a mis pies, en el suelo.

Me levanté alarmado y pegué un grito al mirarme en el espejo. Enseguida escuché pasos y una chica rubia entró en el cuarto de baño. ¿Qué te ha pasado mi amor? Me quedé mirándola mientras advertía que estaba desnuda. De repente me ruboricé, y más aún cuando al mirarme en el espejo vi que yo mismo también estaba desnudo.

Me tapé mis partes con las manos a la vez que escuchaba el grito aterrado de la chica.

\_ ¿Qué te ha pasado?

\_ No sé, ¿y tú quién eres?

\_ ¿Qué?

\_ ¿Que quién eres?

\_ ¿Estás gilipollas o qué? ¿Qué te ha pasado?

\_ No sé, me he debido caer, estaba en el suelo\_. La rubia se quedó mirándome alucinada.

\_ Vamos corriendo al hospital ¿Dónde tienes las llaves del coche?

\_ ¿Qué coche?

\_ ¿Tú te has vuelto tonto con la caída o qué?

\_ Joder, qué borde, pero ¿tú quién eres?

\_ ¡Como te dé una hostia te vas a acordar de quién soy!

La mala leche de la rubia me sonaba bastante, pero no sabía de qué. Pero cuando se dio la vuelta y le miré el culo, de repente, me vino a la cabeza quién era.

\_ ¡Mariajo! ¡Ya me ha vuelto la memoria!

**Marcos M.**

Al levantarme esa mañana me doy cuenta de que durmiendo me he hecho una pequeña brecha en la cabeza. Me limpio, me visto y salgo del cuarto. Bajo a desayunar rodeada de mujeres que no reconozco. Si ni siquiera recuerdo qué pasó el día de antes.

Me dirijo a comprar un café y mágicamente recuerdo que la tarde de antes hubo una pelea, que solo tengo dos amigas y que estoy en el *talego*. ¡Qué pasadas juega la mente!

Recuerdo que soy madre de siete hijos y hermana, pero en el día de hoy mis compañeras de vida son las ganas de volver a abrazarlos. Porque ser guerrera no es ganar una batalla sino salir viva de ella.

**Yolanda M.**

Un zumbido molesto me despertó. No sabía por qué ese aparato marcaba las seis de la mañana. Enseguida noté un dolor en la cabeza al incorporarme. Me fui directamente al baño y me miré en el espejo. Tenía una venda en la cabeza.

¿Cómo me había podido hacer eso? Recordaba que ayer me fui a la cama como todas las noches a la misma hora. Salí del baño y había varias botellas vacías en el salón, pero no recordaba haber estado en una fiesta o algo parecido. Pero ¿esa era mi casa? Tampoco estaba muy seguro. No había nada en ella que me devolviese mi lucidez.

Encontré entre el desaguizado lo que parecía ser un teléfono móvil. Decidí manipularlo, pero ningún número me era conocido.

Me vestí porque sentí la necesidad de hacerlo no sabiendo exactamente el porqué. Así lo hice y salí a la calle.

Todo el mundo me saludaba por mi nombre, se ve que debía ser alguien conocido, aunque yo no reconocía a nadie. Estuve toda la mañana fuera de aquella casa sin saber quién era, tan solo mi nombre.

Regresé sin saber cómo a esa casa. Ya era tarde, me acosté y amanecí por la mañana. El reloj marcaba las seis y no tenía venda alguna en la cabeza. Todo estaba ordenado y reconocía en esa casa mi hogar. Pero la viveza de aquel sueño (porque entiendo que fue un sueño) me hizo pensar en la fragilidad de nuestra mente y en las malas pasadas que nos puede jugar no dándonos cuenta en muchas ocasiones de ello.

*La mirada:*  
otra forma de sentencia

## ¿Y TÚ POR QUÉ ME MIRAS?

¿Es que tengo algo pendiente con usted?  
Ni me importa su opinión  
ni la de nadie. Ignorante hasta el infinito.  
Quizás como yo, usted vive en un verso enjaulado  
que encierra dramas, crímenes y tristezas.  
Desvíe su mirada. Acaso sabe quién soy,  
dónde nací o la última vez que besé con los ojos cerrados.  
Con su mirada predestina mis llagas, la tortura  
de un alma y sus rutinas.  
También puedo estar equivocado.  
Llevo años defendiéndome  
de todo lo que toco, siento y veo  
y tal vez tan solo quieras conocerme. Pues,  
encantada chico. Tal vez  
pueda quedarme contigo  
pero despacio. De momento allí no te puedo llevar  
es territorio íntimo. Privado.

*Poema colectivo*

Postales  
*y* cartas



Hola Claudine,

¡Cuántos años han pasado! Aún recuerdo el día que nos despedimos a pesar de nuestra corta edad. Sabíamos que pasarían muchos años antes de volver a vernos o que nunca más lo haríamos.

¿Te acuerdas de cuando jugábamos con los niños a tirarnos piedras y por error te di a ti? Recuerdo tus lágrimas y la sangre corriendo por tu cara. Al llegar a nuestras casas nos llevamos una buena bronca y nunca más volvimos a jugar a tirarnos piedras.

¿Te acuerdas cuando me subía a los árboles?

¿Y el día que me caí? Tú te reías y yo me enfadé muchísimo, pero por la noche llamé a tu puerta, y tu madre, Tati Rosario, me abrió y le dije que venía a hacer las paces contigo. No sabíamos estar enfadadas la una con la otra.

¿Te acuerdas cuando te fuiste a Rusia y yo pensaba que no volveríamos a vernos, pero a la semana volviste y me trajiste unas matriuskas? Éramos inseparables.

¿Y te acuerdas de Jean Paul? Era mayor que nosotras y nos íbamos a la habitación de tu hermano porque desde allí podíamos verlo jugar al fútbol sin que nos viera.

Guardo todos esos recuerdos y me sale una sonrisa, aunque el día que me montaron en el coche y cambiamos de país se me partió el alma.

Te vi por el cristal, de pie, junto a tus padres Rosario y Renné despidiéndonos con la mano. No volví a verte, pero nunca te olvido.

**María J. B.**

Para: Jean Carlos. Mi hermano de senderos.

Querido hermano, aquí estoy escribiéndote unas pequeñas letras para contarte cómo lo estoy pasando estos días. Es la única forma que tengo de comunicarme contigo.

Espero ante todo que te encuentres bien cuando recibas mi carta. Yo también lo estoy pasando muy bien por el pueblo con mi primo. Decirte que algunas veces echo de menos hacer locuras contigo, pero bueno ya vamos creciendo y cambiando, aunque no lo queramos. Siempre seremos hermanos.

Ayer la lie un poco con mi primo en la fiesta, pero en plan tranquilo, bailando, sobre todo y pasando el rato por aquí, por Barcelona. Hoy, lo más seguro, es que nos vayamos a la playa con algunos colegas, a ver qué tal.

Dentro de nada nos veremos. Ya queda menos. Tengo muchas ganas de estar a tu lado. Contigo todo es más divertido y me hace feliz tenerte en mi vida. Pues lo dicho, en nada estás por aquí y nos iremos de fiesta con los muchachos.

Tu hermano que siempre te cuida.

Cúidate y un abrazo muy fuerte.

**Ronny C.**

Postal nº 15  
SANTIAGO DE LA RIBERA Y LOS ALCÁZARES

Querida Sandra 25-6-2000

Hola xoxo espero y deseo que estes pasando bien en tus vacaciones de verano bueno yo no puedo ir a la piscina, pues estoy a cargo de mi kiko, pues como sabes no lo lleva bien el igual que yo la muerte reciente de

mi madre  
Bueno ejala xoxo me respondes pronto pues no estoy bien pero tus cartas aunque tardan me animan y la canción de Mónica Naranjo Sobrevivire me recuerda mucho a nosotras.

Un besazo.  
*[Signature]*

Impreso en España

Dep. Legal MU 1233-2021

Cartão postal nº 21  
COÍMBRA. Praia de Mira

Querido hermano  
Espero que te encuentres muy bien y Te lo estes pasando muy bien el verano, yo me encuentro bien y me lo estoy pasando genial con mi familia, disfrutando del verano por Portugal...  
bueno espero que te guste esta pequeña postal que te envío...

Cuidate...  
*[Signature]*

1.4.18

Y recuerda siempre aunque caminemos por senderos oscuros nosotros nuestra luz siempre ilumina nuestro camino

Reprodução proibida

Dep. Legal MU 1233-2021

Reflexiones sobre  
el taller de escritura  
creativa y poesía.

*Los jueves  
en libertad*

Son muchos años de estas pequeñas reuniones donde encontramos una ventana a la libertad, que nos transmite paz y nos permite ser nosotros mismos.

Gracias por no tener prejuicios y saber aceptarnos tal y como somos.

Gracias por descubrirnos que nuestra imaginación no tiene muros y por regalarnos vuestro tiempo.

**Sofía y Jaafari**

Cada jueves se nos abre una puerta en el taller de escritura creativa y poesía, y nos regala un rato de libertad donde olvidarnos de los muros, de las rejas y convertirnos en aves que vuelan libres con la imaginación y la creatividad por bandera.

Nos enseñan a crear sacando sin pudor ni miedo lo que llevamos dentro.

Los profesores son una parte de nuestros corazones. Si este taller no existiera habría que inventarlo.

**María J. B.**

El taller de escritura creativa y poesía, desde que tuve conocimiento de ello y me dieron la oportunidad de asistir, me ha ayudado a relacionarme con otras personas que no están en mi módulo. Me transmite tranquilidad y calma, cosas que no encuentro muy a menudo. También me permite estar con personas que aprecio y me aportan mucha positividad.

Es tiempo que me quitan de cárcel.

Francisco N.

Escritura creativa, letras mágicas con profundidad y pasión.

Frases y párrafos que brotan del sentir más profundo de cada uno.

En el taller los compañeros y compañeras compartimos historias y sentimientos que a veces es difícil transmitir de viva voz. La voz consciente se abre paso y el subconsciente se pronuncia con libertad.

Te encariñas con este espacio reservado donde creas versos, cuentos, relatos y los compartes con el resto de compañeros y compañeras que valoran tu esfuerzo y que te impulsan a acabar con tus miedos y abrazar la confianza.

Gracias a los profesores por ver en nosotros antes que presos, personas.

Antonio L.

Esta plaquette, que recoge los poemas de  
alumnas y alumnos del Taller de Escritura  
Creativa y Poesía organizado por



gracias al apoyo de



y la colaboración de





se terminó de imprimir en Truyol  
en septiembre de 2025,  
con unos versos de Mary Oliver.

Instrucciones para vivir una vida:

*Presta atención.*

*Asómbrate.*

*Cuéntalo.*