

Martín Ezequiel Sosa

## Tristeza

### Poema original:

La tristeza llega sin avisar,  
como lluvia suave en tarde gris.  
Te cubre el alma, te hace pensar  
en lo que fue y ya no está aquí.

Tiene el color de la melancolía,  
el sabor amargo del "quizá".  
No grita, no corre, no desafía,  
sólo se sienta... y allí está.

En sus brazos recordé ausencias,  
nombres que ya no podré nombrar.  
Me enseñó a valorar presencias,  
a no dejar de amar por temer llorar.

No es debilidad ni derrota,  
es una pausa entre dos latidos.  
En su hondura hay puertas rotas  
pero también puentes contruidos.

La tristeza afina los sentidos,  
nos hace humanos sin armadura.  
Nos vuelve más agradecidos  
por cada instante de ternura.

En su sombra aprendí a mirar  
lo esencial con ojos distintos.  
A distinguir entre aparentar  
y vivir con sentido los instintos.

No siempre pide consuelo ajeno,  
a veces solo necesita estar.  
Tiene un silencio denso y sereno,  
como el mar antes de respirar.

Tristeza, compañera profunda,  
tu paso deja huellas de verdad.

Aunque duelas, eres fecunda:  
me has dado fuerza y claridad.