

**Arrancar la pena
en soledad,
es banalidad.
Volcar sueños,
suele ser verdad.
En sombras,
es otra realidad.
¡Qué recuerdos!
son sensibilidad.
¿Cómo vivir
con estabilidad?
Quiere amar
con tranquilidad.
¡Que viento!
¡Que nube!
¡Qué ola!
más, de dualidad.
En la mar
¿felicidad?
Apenas,
hay espontaneidad.
¡Ay! atardecer,
es deidad.
En nostalgia,
dolorosa claridad.
Sentir juntos
con ansiedad.
¡Ay mar!
de tanta intensidad.**

Juan Manuel Gracia Menocal
Noviembre 2010