

1

UNA MERIENDA DE LOCOS

PEQUEÑO TALLER DE VERSOS CON BEATRIZ SANJUÁN

2

3

4

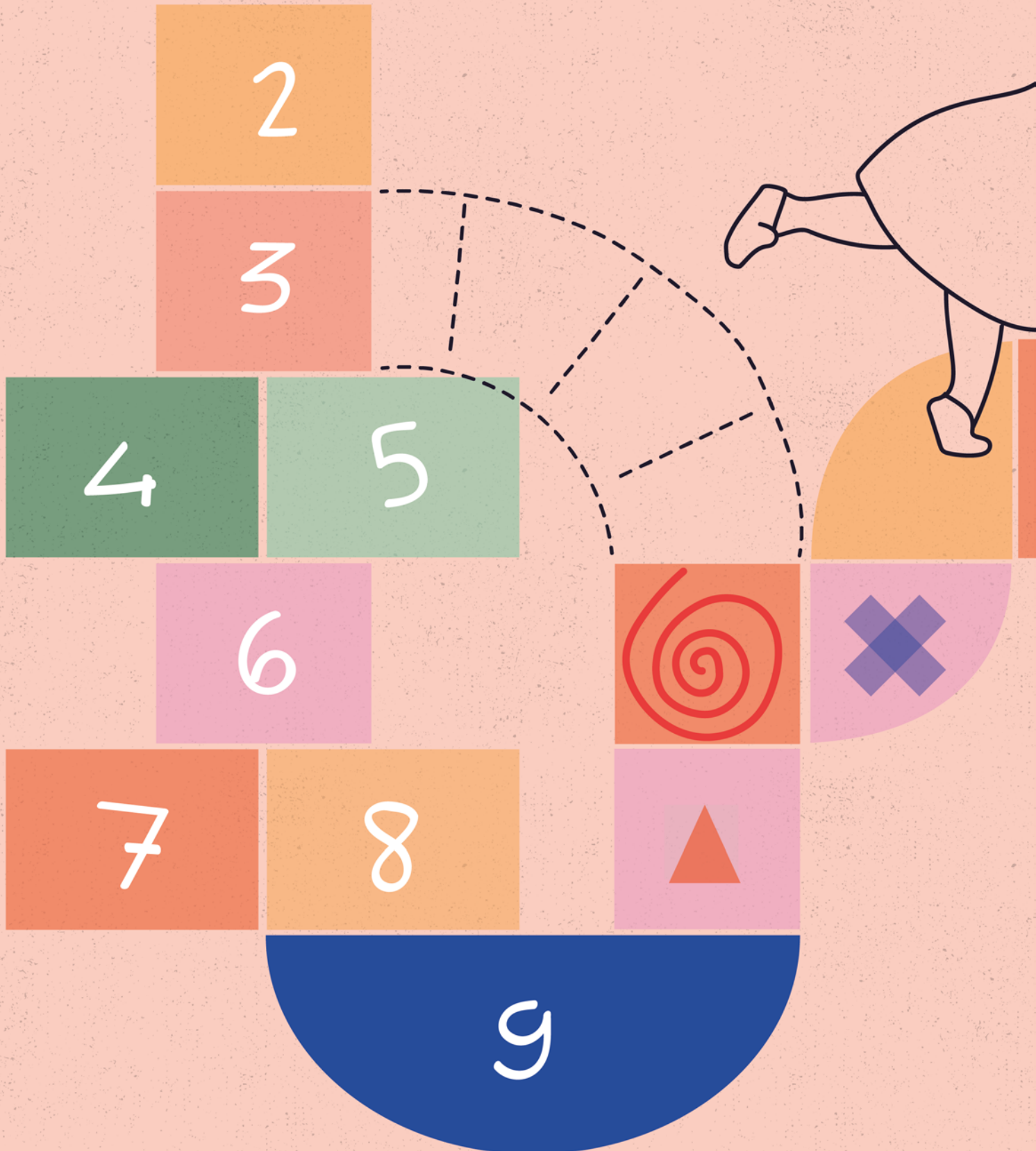
5

6

7

8

9

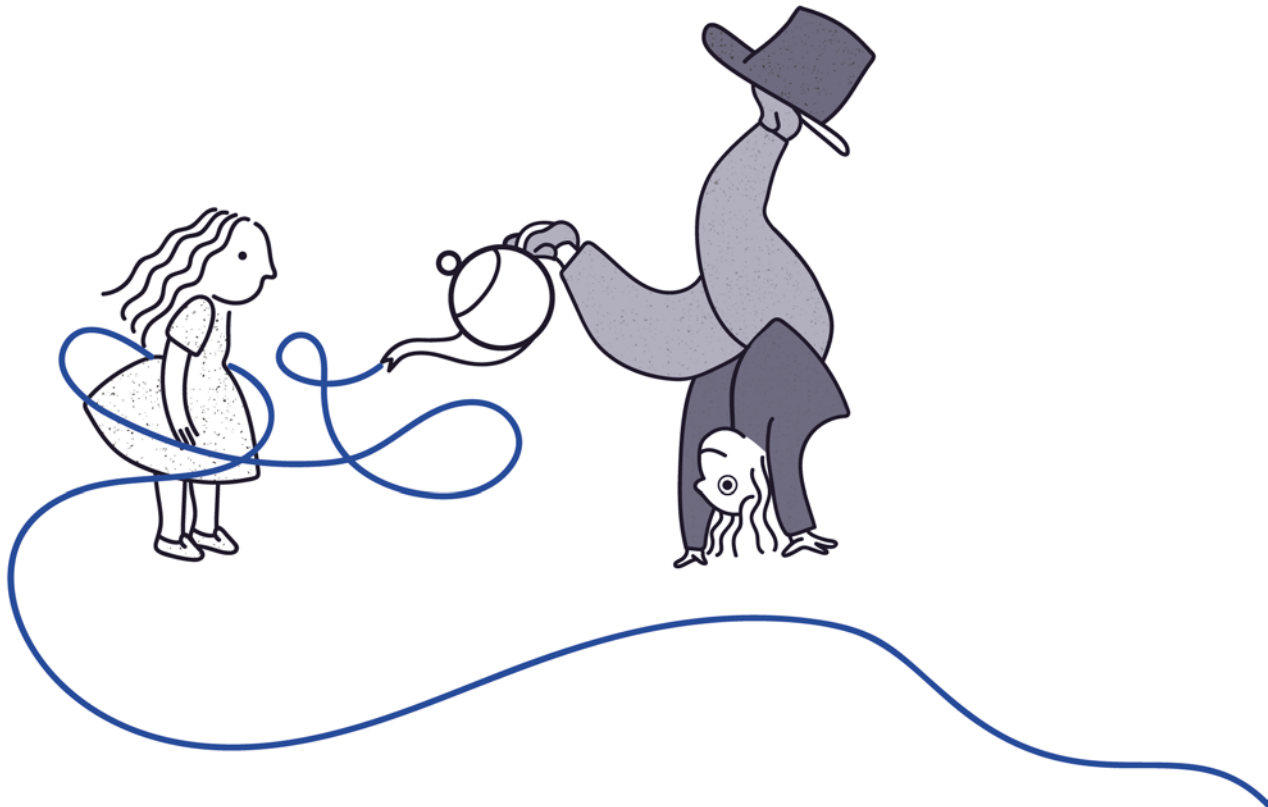




INTRODUCCIÓN

Te damos la bienvenida a nuestro pequeño taller de versos. Contiene algunas propuestas para jugar con el lenguaje, con ejemplos que pueden ayudar, pero que están escritos desde una voz adulta. Hemos puesto en práctica cada ejercicio con gente de todas las edades. ¡Un poco de curiosidad es lo único necesario para lanzarse! Sin embargo, si queréis probar en grupo, os sugerimos que alguien realice previamente todas las composiciones, para poder mediar desde la experiencia propia.

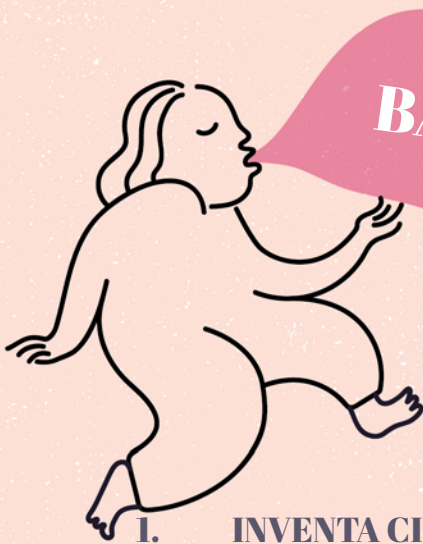
Se recomienda dedicar al recorrido un bonito cuaderno y varias meriendas deliciosas.



- “ –Toma un poco más de té –le dijo a Alicia la liebre de marzo en grave tono.
–Hasta ahora no he tomado nada –protestó Alicia en tono ofendido–, de modo que no puedo tomar más.
–Quieres decir que no puedes tomar menos –puntualizó el sombrero–. Es mucho más fácil tomar más que nada.
–Nadie le ha pedido su opinión –dijo Alicia.
–¿Quién hace ahora alusiones personales? –Replicó el sombrero triunfalmente.

Alicia no supo qué responder a esto.”

Lewis carroll



BAL

BU

CE

ANDO

Los bebés aprenden a hablar probando los sonidos como si fuesen sabores. Fíjate en las nanas, los juegos de calle, los encantamientos... Están llenos de palabras que no existen o que son tan poderosas que no se dejan encerrar en los diccionarios. Vamos a intentar hacer un poema con este tipo de vocablos:

1. INVENTA CINCO O DIEZ PALABRAS.

No deben tener significado conocido, pueden sonar como tú quieras, puedes o no darles categoría gramatical... Escríbelas junto a éstas que me he inventado yo. Esas puedes usarlas si quieres, pero no cuentan numéricamente (por ejemplo, tienes que inventar cinco sin contar con esas)

Ceracín - azolea - lilay - cilar - aloceder - deleste - libela - tricar

2. AHORA INVENTA AL MENOS OTRAS CUATRO, QUE RIMEN CON ALGUNA DE LAS ANTERIORES

*Azolea - cretea
aloceder - orfemer
deleste - fieste
libela - botela
tricar - delatumar*

3. COMPÓN CON ELLAS UN POEMA O ESTROFA.

Puedes añadir palabras con significado o sin él, para variar el ritmo, la intención, el tono. Divide los versos correctamente, utiliza signos de puntuación... Debe ser posible recitar tu poema en voz alta, aunque no tenga ningún significado reconocible.

*Ceracín azolea
lilay cilando,
aloceder cretea
lilay, lilando.*

*¿O per tayi deleste?
¡Marata fieste!*

SI-LA-BE-AN-DO

Las frases más aburridas del universo son las que se emplean para empezar a descifrar. Pero se les pueden buscar las vueltas, reírse de ellas y, si me apuras, hasta llorar:

*Lola sala la masa.
La sala sola.
El sol sale y la besa.*

La luna asoma.

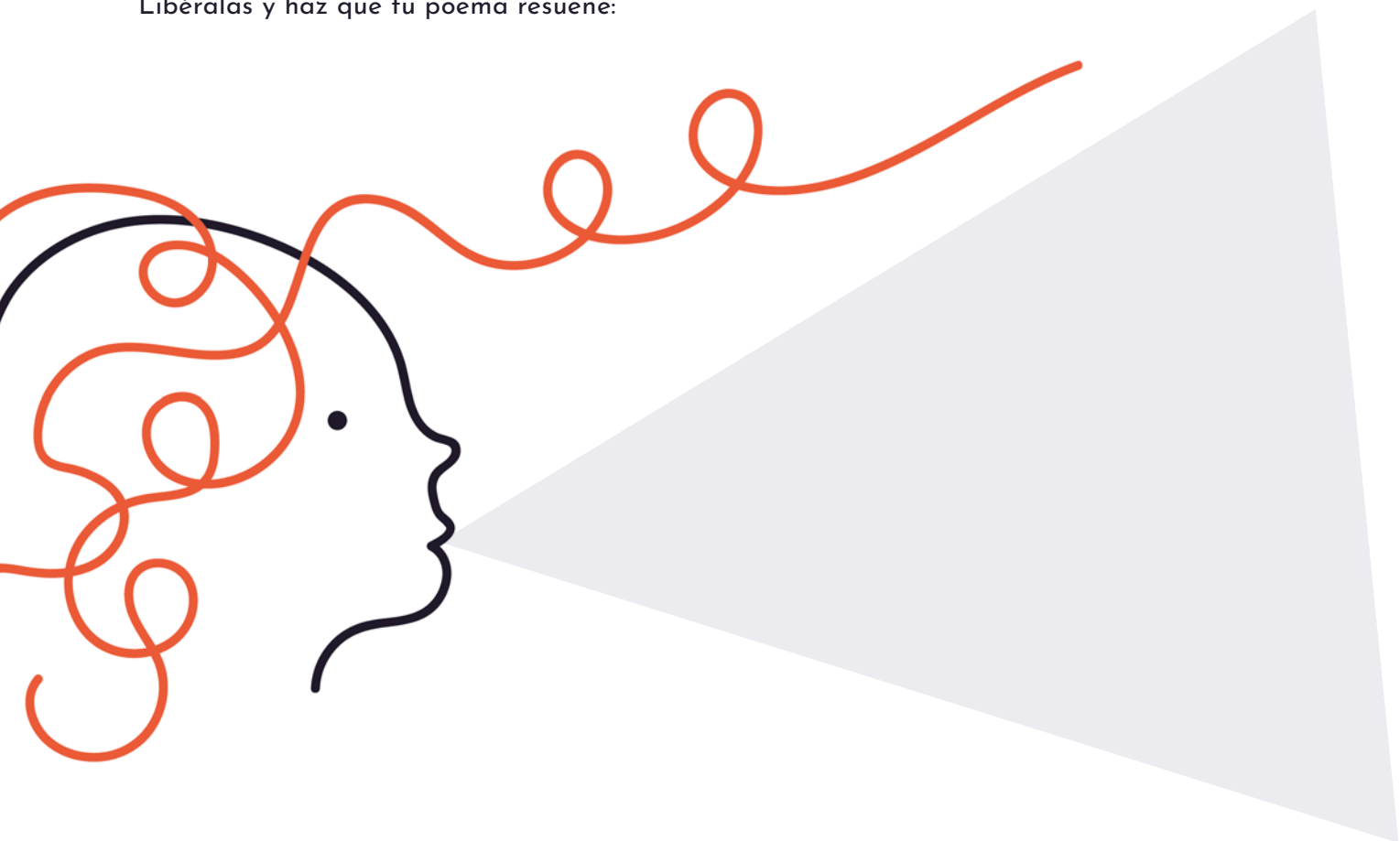
*Mesa de sal
que amasa
la luna sola.*

*La luna
sola.*

(Prueba con Mi mamá me mima, Josefa fija su faja, Eva y Valerio van de visita, u otras que recuerdes)

PALABRERÍAS

¿Has guardado palabras sonoras, sibilantes, rimbombantes, atronadoras?
Libéralas y haz que tu poema resuene:





DESTILERÍA DE HECHIZOS

Dale forma a tus deseos. Aunque ya sabemos que pueden ser peligrosos, como nos dicen los cuentos... Utiliza la segunda persona, el imperativo. No temas trastocar la gramática para que suene poderoso.

*Piérdete sin retorno
en su sabor intenso
que hiere la memoria.*

*En su interior
rebulla, candente,
tu agonía.*

*Que su aliento te confunda.
Ante su rojo color estalle tu resistencia.*

*Ponle un cielo inalcanzable
a cada prueba
que codicie tu lengua
en el futuro.*

*Por su dulzura
se anegarán tus párpados
y lágrimas saladas
bendecirán tu anhelo.*

EL MÉTODO “PREVERSO” DE LAS “PRE-POSICIONES”

Por orden o revueltas, son palabras perfectas para empezar un verso.
Y si te sale inspirado, el poema entero:

A *la vera del camino,*
ante *tus manos de arena,*
bajo *la falda del río,*
con *el frío de la hierba.*
Contra *los días y noches,*
de *pie erguida o cuerpo a tierra,*
desde *la risa o el llanto,*
en *busca de tu respuesta.*
Entre *burlas y verdades,*
hacia *tus ojos, jinete.*
Hasta *que todo se agote,*
para *que nada me quede.*
Por *orgullosa te reto,*
según *mi ser y condena;*
sin *aliento te suplico*
sobre *el filo de mi pena.*
Tras *de ti me va la vida,*
tras de ti. La vida entera.

A...
ante ...
bajo ...
con ...
Contra ...
de ...
desde ...
en ...
Entre ...
hacia ...
Hasta ...
para ...
Por ...
según ...
sin ...
sobre ...
Tras ...

VERSOS DEL CALENDARIO

Es uno de mis juegos favoritos. El tiempo es un tema clave para los poetas y una estructura preparada para sostener cualquier cosa que se te ocurra.

Te ofrezco las horas, los meses, los días de la semana, las estaciones, las etapas de la vida... ¿con cuál te quedas?



El lunes parece una condena.



Se abre el martes una tímida ventana.



El miércoles rompemos la cadena

para gozar el jueves de la cena

y el viernes reventar la madrugada.



¡Ay! Quedamos de sábado saciados,

para un domingo al borde de la pena.



MAPAS CIERTOS DE CIUDADES INEXISTENTES

Si el tiempo es un buen tema, el espacio no iba a ser menos. Cada cual tiene sus mapas y postales de esa tierra que puede ver incluso con los ojos cerrados.

Utiliza los accidentes geográficos para recorrer tu cuerpo, tus proyectos, tu pasado...



MAPA DE AUSENCIAS

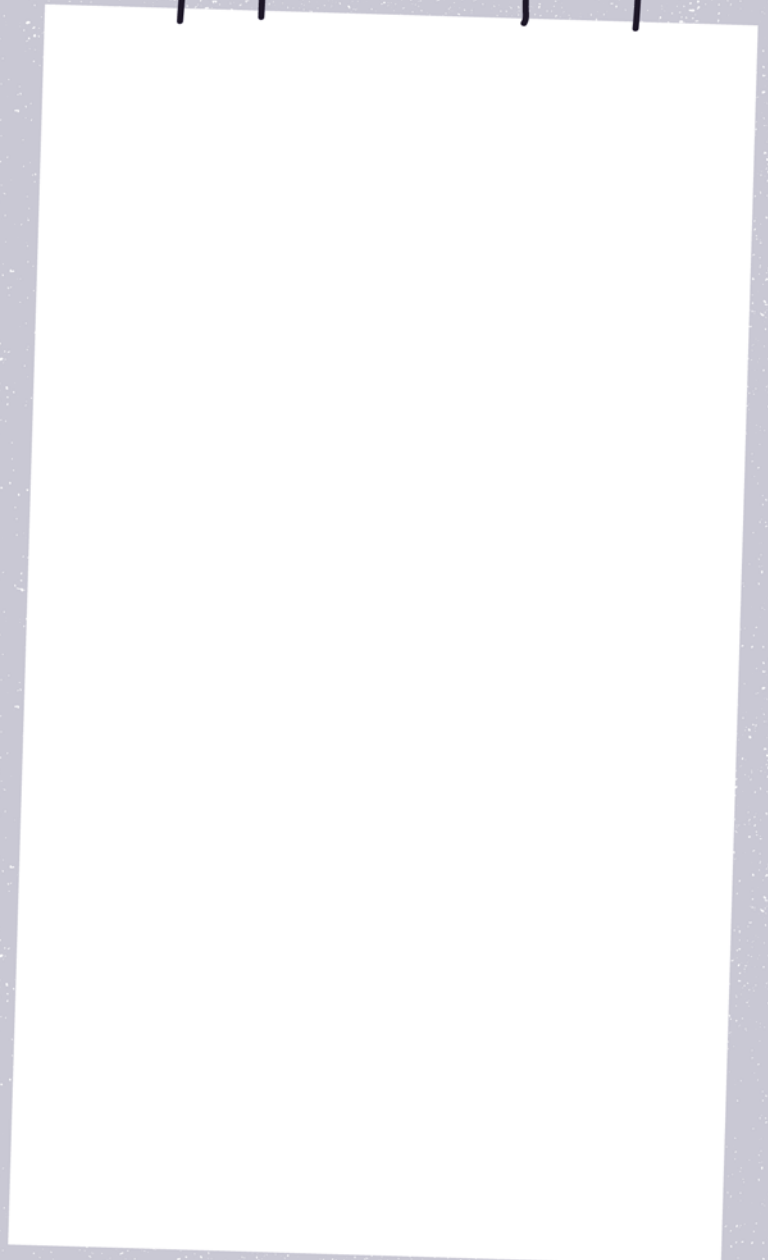
*En mi mapa de ausencias
eres un valle innombrable;
el río que te hiende
tampoco quiero saber cómo se llama.*

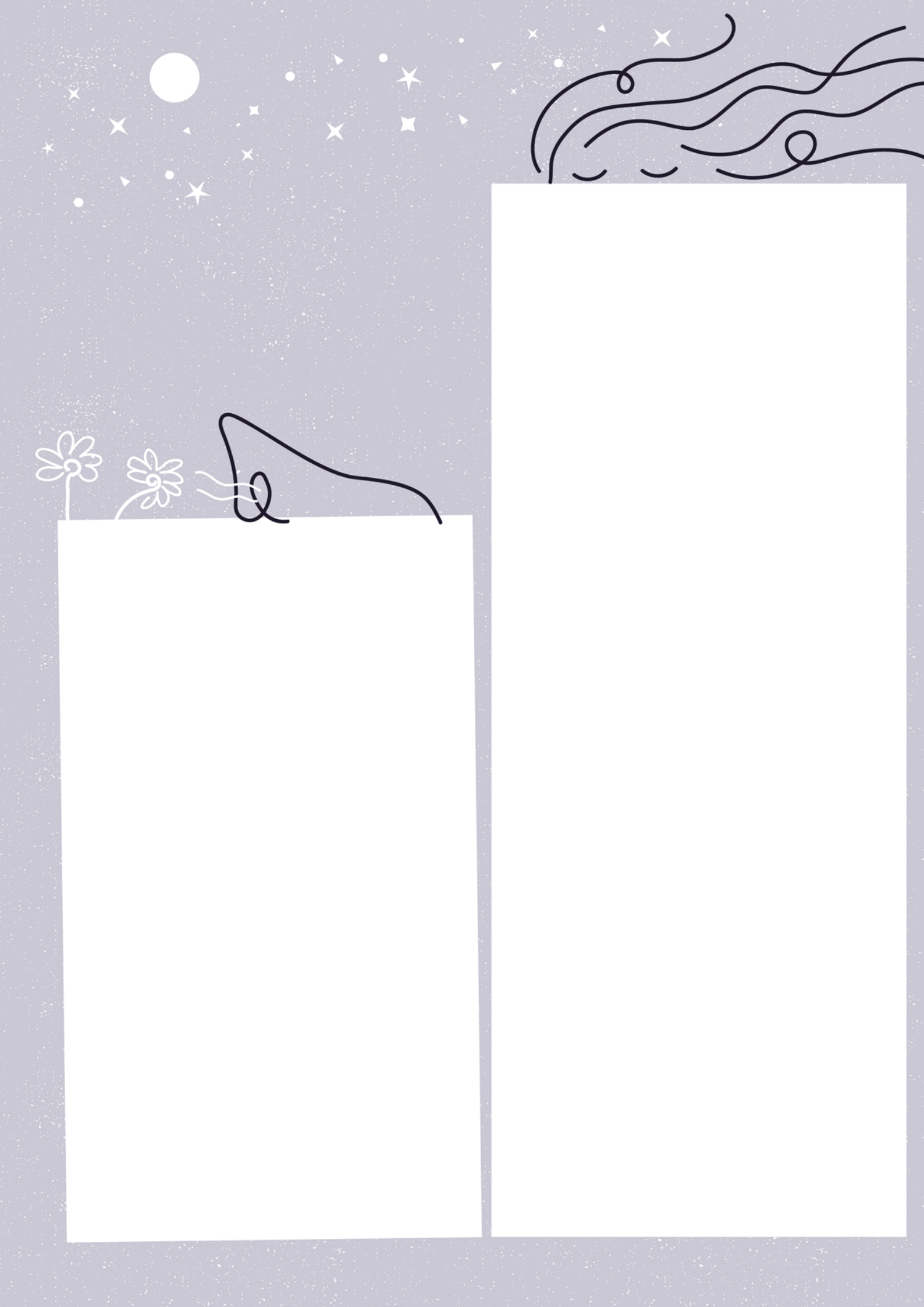
*Frecuento los contornos de Melancolía
y es una tierra devastada
por tibias multitudes.*

*Busco la senda que los años cubrieron;
Tu aroma es la brújula
que arrebató las horas.*

*Y viajo con la furia
del recuerdo adolescente,
la química ardiente de las llagas
con que amor nos alimenta.*

*Vientos hay que agitan la locura,
milímetros de piel
que nunca cicatrizan.*







LA TRADUCCIÓN DEL LOCO

Toma una canción o texto en un idioma extranjero. Tanto si lo entiendes como si no, haz una traducción infiel que a ti te suene bien.

También sirve para poemas o canciones en tu idioma, que recuerdes sólo vagamente.

(A partir de *C'est autant d'amour que je t'envoie* de Coline Irwin):

« Tu te souviens des livres qu'on lisait ensemble ? Le bruit des pages que l'on tourne et les phrases dans ces pages... Imagine toutes les lettres de tous les mots des livres qu'on lisait ensemble... c'est autant d'amour que je t'envoie. »

¿Recuerdas los kilómetros,
carreteras,
los trenes,
su latido mecánico
a lo largo de campos
de amapolas
que nos acercan y separan
indiferentes?

Cuento los tallos
y semillas,
cada guiño oscuro
en la estela de pétalos
de fuego

y tanto amor a tu destino envío.

Los mapas y las plazas;
campanas
dibujando
la cadencia de los besos
sobre antiguas paredes
amigables;
semáforos rendidos
a nuestra buena suerte;

Reúno las señales
y memorias,
todas las sombras ciegas
bajo mi mano trémula
que aprende

y tanto amor a tu destino envío.

Páginas no leídas
se confunden,
aletean,
reclaman sus mensajes
que deshizo mi vista
no presente.
¿Dónde anidan los muertos
sus promesas?

Regreso como Orfeo
a lo pasado;
mi canto que estremece,
deseo que convoca
lo perdido

...y tanto, tanto amor
a tu destino envío.

REFRANES & FRASES HECHAS

Este juego lo tomé de un taller con Sofía Castañón. Consiste en componer un poema mezclando casi exclusivamente refranes y frases hechas (enteras o rotas):

*Cada Pascuas por Ramos
el mundo es un pañuelo.*

*Pongo cal de por medio,
doy la vuelta a la arena
y hago de mi capa un caballo.*

*Porque la venganza es un plato
que se sirve
con el corazón en la mano
y ojo por ojo te juegas
tener la barriga llena
y el telediario podrido.*

A large white rectangular area intended for writing a poem using the provided sayings and phrases.



ROBAR LA RIMA

Y puestos a robar, que sea una rima interesante.
Todo vale: de Roald Dahl a Jorge Drexler,
pasando por los clásicos y los grandes.



La tarde pide un...**lamento**
la luna brilla...**dorada**
las estrellas,...**malgastadas**
anuncian su...**mandamiento.**

Plegarse todos al...**viento**
pagar costas de la... **herida,**
a la promesa... **querida**
añadir amor... **profundo,**
y que por nada del... **mundo**
se desperdicie una... **vida.**

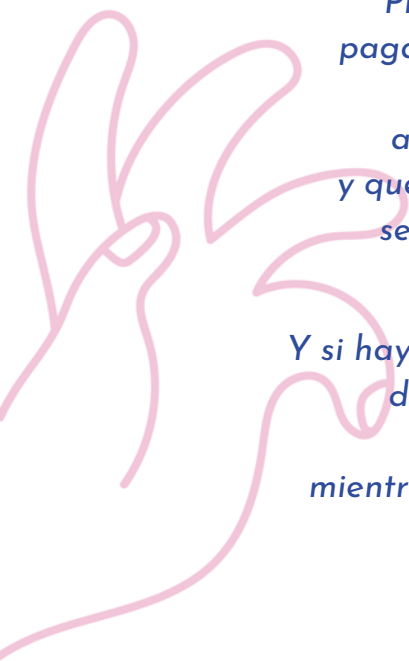
Y si hay alguien que se... **duela,**
de este edicto... **ganador,**
se le retorne el... **dolor**
mientras su existencia... **vuela.**

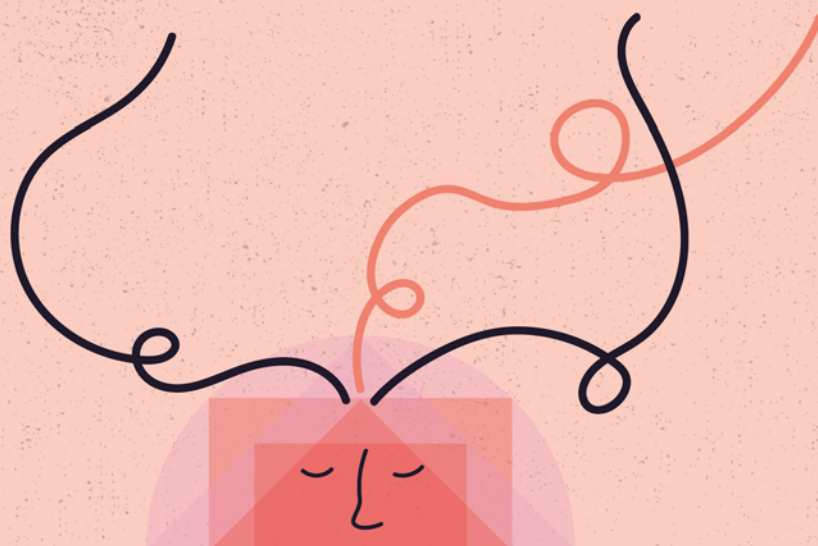


... **escuela**
... **viste,**
... **aliste**
... **bandera,**
... **quimera**
... **triste.**

... **permiso**
... **nombre,**
... **hombre**
... **quiso.**

... **piso**
... **ido;**
... **olvido**
... **vaya,**
... **haya**
... **elegido.**





UNA MERIENDA DE LOCOS

PEQUEÑO TALLER DE VERSOS CON BEATRIZ SANJUÁN

CRÉDITOS

Redacción y edición: Beatriz Sanjuán
Diseño y maquetación: Alejandra Fernández Mingorance
Coordinación y organización: Rutas de Lectura

LICENCIA

© 2026 Rutas de Lectura

Este material está licenciado bajo Creative Commons CC BY-NC-SA 4.0.

Puedes copiar, distribuir y adaptar este contenido siempre que:

- Se reconozca la autoría
- No se utilice con fines comerciales
- Se comparta bajo la misma licencia

Contacto: rutasdelectura@gmail.com

FINANCIACIÓN

Este proyecto ha recibido una ayuda del Ministerio de Cultura de España a través de la Dirección General del Libro, del Cómic y de la Lectura.

