

LARA JENSEN

SPANISH SONG CATALOG

Written by Lara Jensen

Lyrics © 2026

100% of the copyright in the lyrics is owned by Lara Jensen.
All rights reserved.

ABOUT THIS CATALOG

This catalog is a collection of original Spanish-language lyrics written by me.

These songs are currently open to singers, musicians and producers interested in creating their own musical interpretations.

Selected lyrics may be shared with more than one artist on a free, non-exclusive basis while I search for the right voice and musical home for each song.

The same lyrics may be offered to and explored by other artists unless we agree otherwise in writing.

If you create something that feels like the right home for a song, get in touch — I'm always open to discussing a dedicated collaboration or a different arrangement for that song.

100% of the copyright in the lyrics remains with Lara Jensen. No copyright, ownership or publishing rights in the lyrics are transferred by receiving or working with this material.

Artists are welcome to create demos and explore musical ideas using the lyrics.

Any public or commercial release requires a separate written agreement with Lara Jensen.

INTERESTED IN A SONG?

If one of these songs speaks to you and you would like to work with it, record a demo or discuss a collaboration, I'd love to hear what you create.

Looking for lyrics or have an idea for a song? I'd be happy to write something for you.

Instagram: [@itslarajensen](#)
Email: larajensenmusic@gmail.com

No Me Llames Baby

[Verso 1]

Soy demasiado buena para este barrio
Fantasmas vacíos dentro de un cascarón
En esto nos convertimos

Culpamos al mal tiempo
Para no cambiar jamás
Yo te lo dije
Pero estabas demasiado ocupado para
escuchar

Te lo advertí
Y tú solo fingiste ser valiente
Qué espectáculo

[Pre-Coro]

No me llames baby
No voy a creerte
No estoy loca

Quizá sí, quizá no
Quizá loca, quizá fuera de mí
Quizá tenías razón
Quizá, quizá
Quizá loca

Pero no te atrevas a llamarme baby
Mientras limpio tu desastre otra vez

[Coro]

Hubo días, ya se fueron
¿Dónde estás cuando estoy sola?
¿Dónde estás ahora?
¿Adónde te fuiste?
Todavía espero verte aparecer

Te busco
En cada rostro que encuentro
Esta soy yo

[Puente]

Quizá sí, quizá no
Quizá loca, quizá fuera de mí
Quizá tenías razón
Quizá, quizá
Quizá loca

Pero no te atrevas a llamarme baby
Mientras limpio tu desastre otra vez

[Outro]

No me llames baby
No voy a creerte
No estoy loca

© Lara Jensen 2026

[Verso 2]

El rey de los sueños rotos
Creció dentro de mi cabeza
El único castillo que conquistó
Jamás existió

Hubo Días

[Verso 1]

Hubo días
En que caía en desgracia
Solo por estar cerca de ti

Enamorada de tus ojos
Besando tu piel
Tan entregada a ti
Que ni siquiera vi
Lo que estaba por venir

[Coro]

Aunque nunca pensaste quedarte
Me convencí
De que encontraría la manera

[Verso 2 — OPCIÓN 1]

Hubo noches
En que lo olvidé todo por ti
Dije que estaba bien
Solo quédate aquí

[Verso 2 — OPCIÓN 2]

Hubo noches
En que perdí el norte por ti
Dije que estaba bien
Solo quédate aquí

[Verso 2 — OPCIÓN 3]

Hubo noches
En que crucé la línea por ti
Dije que estaba bien
Solo quédate aquí

[Puente]

Construí un laberinto y lo llamé hogar
Dejé abiertas las puertas, pero cerré el camino
Seguí cada giro que intentabas dar
Te atrapé entre mis manos desesperadas
Te lo di todo sin pedir nada
Te necesitaba más de lo que podía decir
Te necesitaba entonces

Te vi correr, te vi romperte
Te necesitaba más de lo que podía soportar

[Coro Final]

Construí un laberinto y lo llamé hogar
Dejé cada puerta abierta, pero cerré el camino
Te abracé tan fuerte que no podías respirar
Construí muros de oro que no podías abandonar
Y aun así, esperé hasta el final
Te necesitaba entonces

© Lara Jensen 2026

No Tengo Corazón Que Perder

[Coro 2]

Aunque nunca pensaste quedarte
Me convencí
De que encontraría la manera

[Intro]

Todo todavía huele a ti
Todos parecen tener tu cara también

¿Cuánto falta para olvidar
Que no tengo un corazón que perder?

[Coro]

Sí, voy a llorar, y será de verdad
Pero sabes que soy una mentirosa
Que rompe cada promesa
Porque si te quedas, perderé el control
Rogaré por amor y luego lo destruiré todo
Y si te vas, me voy a derrumbar
Así que, como ves — deberías correr

[Verso 1]

Deseo la caída más que la pelea
Duermo todo el día, pero temo la noche
Me muerdo la lengua hasta saborear el
óxido
Hago amantes del miedo y del polvo

[Verso 2]

Rompo las costuras cuando empiezan a
cerrar
Abro cada herida solo para saber que es
real
Arruino todo lo que quiero conservar
Sueño contigo, pero solo es un sueño

Te llamo mío y luego cierro la puerta
¿Qué diablos estoy lamentando?

[Coro]

Sí, voy a llorar, y será de verdad
Pero sabes que soy una mentirosa
Que rompe cada promesa
Porque si te quedas, perderé el control
Rogaré por amor y luego lo destruiré todo
Y si te vas, me voy a derrumbar
Así que, como ves — deberías correr

[Coro Final / Outro]

Sí, voy a llorar, y será de verdad

Pero sabes que soy una mentirosa
Que rompe cada promesa
Porque si te quedas, perderé el control
Rogaré por amor y luego lo destruiré todo
Y si te vas, me voy a derrumbar
Así que, como ves — deberías correr

No tengo un corazón que perder
No tengo un corazón que perder

© Lara Jensen 2026

Canción de Cuna

[Verso 1]

Tengo este viejo coche que me gusta
Me gusta fumar, me gusta conducir

Solo estoy buscando algo sobre qué
cantar

[Verso 2]

Quería escribirte una canción de cuna
La mejor que hayas oído en tu vida
Y me llevó toda la noche
Sí, me llevó toda la noche

[Coro]

Déjame cantarte, déjame cantarte
Lo que tengo para ti
Me llevó toda la noche, toda la noche
Déjame cantarte, déjame cantarte
Lo que tengo para ti

[Puente]

Quería escribirte una canción de cuna
La que te haga quedar
Cuando quieras irte
La que siempre te traiga de vuelta a casa
No importa lo lejos que puedas llegar
La canción que solo tú puedes oír
Aunque esté lejos, siempre estoy aquí

[Coro]

Déjame cantarte, déjame cantarte
Lo que tengo para ti
Me llevó toda la noche, toda la noche
Déjame cantarte, déjame cantarte
Lo que tengo para ti

[Outro]

La que te haga quedar
Cuando quieras irte
Este viejo coche que me gusta
Me gusta fumar, me gusta conducir

© Lara Jensen 2026

Para Siempre

[Verso 1]

Una brisa suave empieza a soplar
Pintando sueños al cerrar los ojos
Mis dedos rozan el borde del cielo
Buscando un abrazo que me dé calor

[Verso 2]

Dejé caer el silencio sobre ti
Como la noche abraza el azul al partir
Aunque nos separen kilómetros y falten
palabras
Escribo tu nombre en el cielo de
medianoche

La noche extiende su velo de terciopelo
Y lleva los susurros como un velero

[Coro]

Dime que me atraparás si caigo
Abrázame fuerte, para siempre
Perdida en ti, siempre seré tuya
Libre para siempre, como el río al correr

[Verso 3]

La luz de la luna descansa en la orilla
Un susurro que habla de eternidad
Mando mis pensamientos cruzando el mar
En cada sueño, acuérdate de mí

El silencio se rompe con lo que vivimos
Y aun así, encuentro el camino hacia ti

[Coro]

Dime que me atraparás si caigo
Abrázame fuerte, para siempre
Perdida en ti, siempre seré tuya
Libre para siempre, como el río al correr

[Outro]

Dices que la oscuridad no te deja
descansar
Así que dejo polvo de estrellas sobre tu
pecho
Aunque las estrellas empiecen a
apagarse
A tu lado, me voy a quedar

© Lara Jensen 2026

¿Por Qué Luchamos?

[Verso 1]

No hay mucho que pueda hacer
Sentada aquí, extrañándote

Te escribo cada día
Y luego quemo las palabras

Tengo miedo de lo que dirías
Y aún espero que cruces esa puerta
Como cuando me querías más
Pero ya no estoy tan segura

[Coro]

¿Es amor o es guerra?
¿Por qué estamos luchando?
Nos herimos y luego nos escondemos
Decimos que estamos bien, y después te
veo llorar

¿Es amor o es guerra?
¿Por qué nos hacemos daño?
Ganaste, me rindo
Solo vuelve a casa

[Verso 2]

Digo tu nombre como una oración
Esperando que de algún modo estés ahí
Lo susurro durante la noche
Pero este silencio no parece estar
bien/(Pero algo en este silencio no está
bien)

Extiendo la mano y solo toco el aire
No queda rastro de ti en ningún lugar
Aun así, te seguiría por tierra de nadie
Incluso sin entender por qué

[Coro 2]

¿Es amor o es guerra?
¿Por qué estamos luchando?
Nos herimos y luego nos escondemos
Decimos que estamos bien, y después te
veo llorar

Digo tu nombre como una oración
Pero no sé si todavía estás ahí
Aun así, te seguiría por tierra de nadie
Así que deja de esconderte de mí

[Puente]

¿Todavía me llamarías amiga?

¿De verdad este es el final?
No vi el momento en que cerraste la
puerta
Busqué señales, pero necesitaba más

[Coro Final]

Dime ahora
¿Es amor o es guerra?
¿Por qué estamos luchando?
Ganaste, me rindo
Solo vuelve a casa

[Outro]

¿Es amor o es guerra?
¿Por qué nos hacemos daño?
Nos herimos y luego nos escondemos
Decimos que estamos bien, y después te
veo llorar

Me estremezco antes del golpe
Levanto una bandera blanca sobre mi
puerta
Me rindo
Solo vuelve a casa

© Lara Jensen 2026

El Chico Más Hermoso del Mundo

[Intro]

Chico más hermoso del mundo
Ven, recuéstate sobre mi pecho
Déjame herirte de todas las formas
Déjame cuidarte

[Verso 1]

Te extraño, te extraño
Tengo que decirlo
Rezo, rezo, rezo
Vamos
Déjame peinarle el pelo

[Verso 2]

No entiendo ni una palabra de lo que
dices
Pero háblame de cómo
Viajas desde otro lugar
Solo dime que te quedarás

[Coro]

Te veo en todas partes
Te veo en todas partes
Te veo en todas partes

[Verso 3]

Te extraño, te extraño
Tengo que decirlo
Rezo, rezo, rezo
Enséñame cómo
Tocar mi propia muerte
Vamos
Déjame peinarle el pelo

[Puente]

Tu piel bajo mis labios
Como una oración

[Outro]

Chico más hermoso del mundo
Ven, recuéstate sobre mi pecho
Déjame cuidarte
Déjame cuidarte

© Lara Jensen 2026

Sé Que No Puedes Amarme

[Verso 1]

Diez años pasaron
En un abrir y cerrar de ojos
No me dejes ahora
No tienes que amarme
Solo quédate a mi lado

Mis sueños, antes tan reales
Se volvieron pesadillas
Que me persiguen
Y tú eres el único
Que conozco aquí

[Pre-Coro 1]

Así que abrázame
Como si fuera sagrado
Sin esa mirada en tus ojos
Como si fuera un pecado

Sé que no puedes
Amarme
No, lo sé
No puedes amarme

[Verso 2]

Encendí los cielos
Pero ninguno respondió
Cada paso que di
Dejó tu sombra atrás

Busco algo
Que nunca encontraré
Todavía persigo fantasmas
En el fondo de mi mente

Si no puedes amarme
Solo quédate esta noche
No me dejes
En la oscuridad

[Pre-Coro 2]

Estoy perdida en lugares
Que no entiendo
Esto de crecer
Es difícil de soportar

Llevo mis cicatrices
Como una segunda piel
Rezando por un comienzo
Con miedo de empezar
me perdones
No apagues la llama
Yo cargaré con la culpa

[Coro]

Abrázame como si fuera sagrado

Aunque no haya nada dentro
Sé que no puedes amarme
Pero no me dejes en la oscuridad

No tienes que amarme
Solo quédate a mi lado

[Puente — Susurrado / Emocional]

Abrázame como si fuera sagrado
Sin el frío
Detrás de tus ojos

Sé que no puedes amarme
Pero no me dejes
En la oscuridad

Estoy perdida en lugares
Que no entiendo
Esto de crecer
Es difícil de soportar

Cada puerta que abro
Me lleva al mismo lugar
Como si nada
Durara para siempre

[Coro Final — Suave / Desvaneciéndose]

Así que abrázame
Como si fuera sagrado
Sin esa mirada en tus ojos
Como si fuera un pecado

Sé que no puedes
Amarme
No, lo sé
No puedes amarme

© Lara Jensen 2026

No

Sálvame (Polilla a la Llama)

[Intro]

Fingí ser fuerte demasiado tiempo
No dejé que nadie se acercara, seguí

resistiendo
Veo mi rostro, pero no soy yo
Solo alguien intentando escapar

Cometí errores que no puedo borrar
Y ahora necesito a alguien como tú
Que me recuerde
Cómo volver a sentir

[Coro]

Sálvame — solo sálvame esta noche
No tengo nada que perder ni dónde
esconderme
Sálvame — solo sálvame esta noche
No hay dinero que pueda pagar por los
pecados que cometí
Sálvame — solo sálvame esta noche
Estoy rogando por amor, estoy vacía por
dentro

[Verso 1]

Como una polilla hacia la llama
Cuando susurras mi nombre
Ardo, pero me quedo

Como una polilla hacia la llama
El fuego me atrae
Quema y deja cicatrices
Pero alimenta mi deseo

Rómpeme, hazme daño
Que retumbe como una tormenta
Ámame, no me dejes llorando
Prefiero tu infierno a un cielo sin paraíso

[Coro]

Sálvame — solo sálvame esta noche
No tengo nada que perder ni dónde
esconderme
Sálvame — solo sálvame esta noche
No hay dinero que pueda pagar por los
pecados que cometí
Sálvame — solo sálvame esta noche
Estoy rogando por amor, estoy vacía por
dentro

[Verso 2]

No te vayas, no me dejes llorando
Prefiero arder que vivir una mentira

Abrázame fuerte mientras me destruyes
Llevaré mis cicatrices como una corona
rota

[Puente]

Soy fuego, congelándome despacio,
ardiendo por dentro
Te seguiré por cada camino de tierra de
nadie
Abrázame fuerte cuando suba la
oscuridad
No me sueltes — quédate a mi lado

Soy fuego, cenizas en el viento
Te seguiré adonde nadie ha llegado
Abrázame fuerte en los momentos más
oscuros
No me sueltes — quédate a mi lado

[Coro Final]

Sálvame — solo sálvame esta noche
No tengo nada que perder ni dónde
esconderme
Sálvame — solo sálvame esta noche
No hay dinero que pueda pagar por los
pecados que cometí
Sálvame — solo sálvame esta noche
Estoy rogando por amor, estoy vacía por
dentro

[Outro]

Camino entre el fuego, sintiéndome tan
hundida
Prefiero arder que vivir una mentira
Lo sé

© Lara Jensen 2026

Sé Una Niña Buena

[Verso 1]

Quería ser perfecta
Así fue como el monstruo cobró vida

Até mis manos con cintas de silencio
Me tragué el dolor solo para sobrevivir

Sé una niña buena
No contestes

[Pre-Coro 1]

Sonríe
Esconde el aullido que llevas dentro
Te quieren pequeña
Y lo llaman orgullo

Di «gracias»
Por el miedo que te tragas
Lo llaman fuerza
Si no sangras

[Coro 1]

Sé una niña buena
Cadenas hechas de oro
Bonita y callada
Pero ya envejecida

Sé una niña buena
No mires demasiado profundo
Los monstruos no lloran
Simplemente nunca duermen

[Verso 2 / Subida]

Sé una niña buena
Eso es lo que decían
Así que tallé mi rabia
Y la cosí de rojo

Me mordí la lengua
Hasta convertirla en una cuchilla
Construí un monstruo
Con los juegos que jugaron

[Pre-Coro 2]

Sé una niña buena
Lo intenté, mentí
Vestí mi miedo
Ahora ella respira

Bajo mi piel
El monstruo que hicieron de mí
Déjala entrar

[Coro 2 / Final]

Sé una niña buena
Lo intenté, mentí
Até mi miedo
Con guantes demasiado blancos

Ahora ella respira
Bajo mi piel
El monstruo que hicieron de mí
Déjala entrar
Déjala entrar

© Lara Jensen 2026

El Hombre Que Vio a Dios

[Verso 1]

El otro día conocí a un hombre
Me dijo que había visto a Dios
Dijo que no había nada que temer

Puedes dejar tu hogar
Quemar toda tu ropa
Enterrar lo que una vez llamaste tuyo

Y susurró en voz baja:
«Salva tu alma, deja todo
Lo que pertenece a este mundo
Déjalo ir»

[Verso 2]

Aunque parecía un hombre honesto
No pude creer sus palabras
Le estreché la mano y me alejé

En cuanto me di la vuelta
Olvidé lo que había dicho
Aquel día

[Coro]

El ganador se lo lleva todo
Con Dios o sin Dios
No la encontrarás en casa
Se fue por el camino
Cerró todas las puertas

[Verso 3]

Y ahora
El invierno está por llegar
No le temo a nadie

Dejé mi hogar
Quemé toda mi ropa

Sentada aquí
Sin saber para qué
Sentada aquí
Sin saber para qué

© Lara Jensen 2026

Un Ángel Como Tú

[Intro]

Pregúntame cómo estoy —
Me estoy lamiendo las heridas, digamos
que bastante bien.
Sanando mis alas para volar
Con un ángel como tú.

[Coro Final]

El ganador se lo lleva todo
Con Dios o sin Dios
No la encontrarás en casa
Se fue por el camino
Cerró todas las puertas

[Verso 1]

Recibí tu mensaje en mitad de la noche
Dijiste que me quieres, que todo estará bien
Para ser sincera, lloré —
Eres la mejor amiga que he tenido

Cada vez que las sombras me persiguen
Tú enciendes un fuego

[Pre-Coro / Puente]

Solo somos niñas, corriendo por las calles
Entre la niebla de medianoche
Solo somos niñas, corriendo libres
Para sentirnos vivas

Solo somos niñas, siempre en movimiento
Buscando un hogar que nunca tuvimos

Cada vez que las sombras me persiguen
Tú enciendes un fuego

[Coro]

Pregúntame cómo estoy —
Me estoy lamiendo las heridas, digamos
que bastante bien
Sanando mis alas para volar
Con un ángel como tú

Estoy sanando mis alas para volar
Con un ángel como tú

[Verso 2]

Qué bendición crecer a tu lado
Me siento sagrada porque me quieres
En tus ojos, una llama que no tiembla —
Todo lo que hago, lo hago por ti

Gracias por quererme como lo haces

[Puente 2]

Oraciones silenciosas que dejo volar
Historias esperando ser contadas
Respiro el sol al amanecer —
Del infierno salimos, encontramos el camino

[Coro Final / Outro]

Pregúntame cómo estoy —
Me estoy lamiendo las heridas, digamos
que bastante bien
Sanando mis alas para volar
Con un ángel como tú

Cada vez que las sombras me persiguen
Tú enciendes un fuego

Solo somos niñas, corriendo por las calles
Entre la niebla de medianoche

Me siento sagrada porque me quieres —
Quiéreme como tú sabes

[Coda — Suave]

El mundo se mueve despacio
Caminando por las calles que solíamos
conocer
Cada duda se desvanece
Cuando me recuerdas cómo quedarme —
Convirtiendo las sombras en un juego

© Lara Jensen 2026

Un Ángel Como Tú

[Intro]

Pregúntame cómo estoy —
Me estoy lamiendo las heridas, digamos
que bastante bien
Sanando mis alas para volar
Con un ángel como tú

[Verso 1]

Recibí tu mensaje en mitad de la noche
Dijiste que me quieres, que todo estará bien
Para ser sincera, lloré —
Eres la mejor amiga que he tenido

Cada vez que las sombras me persiguen
Tú enciendes un fuego

[Pre-Coro / Puente]

Somos jóvenes, corriendo por las calles
Entre la niebla de medianoche
Somos jóvenes, corriendo libres
Para sentirnos vivos

Somos jóvenes, siempre en movimiento
Buscando un hogar que nunca tuvimos

Cada vez que las sombras me persiguen
Tú enciendes un fuego

[Coro]

Pregúntame cómo estoy —
Me estoy lamiendo las heridas, digamos
que bastante bien
Sanando mis alas para volar
Con un ángel como tú

Estoy sanando mis alas para volar
Con un ángel como tú

[Verso 2]

Qué bendición crecer a tu lado
Me siento sagrada porque me quieres
En tus ojos, una llama que no tiembla —
Todo lo que hago, lo hago por ti

Gracias por quererme como lo haces

[Puente 2]

Oraciones silenciosas que dejo volar
Historias esperando ser contadas
Respiro el sol al amanecer —
Del infierno salimos, encontramos el camino

[Coro Final / Outro]

Pregúntame cómo estoy —
Me estoy lamiendo las heridas, digamos
que bastante bien
Sanando mis alas para volar
Con un ángel como tú

Cada vez que las sombras me persiguen
Tú enciendes un fuego

Somos jóvenes, corriendo por las calles
Entre la niebla de medianoche

Me siento sagrada porque me quieres —
Quiéreme como tú sabes

[Coda — Suave]

El mundo se mueve despacio
Caminando por las calles que solíamos
conocer
Cada duda se desvanece
Cuando me recuerdas cómo quedarme —
Convirtiendo las sombras en un juego

© Lara Jensen 2026

La Bruja

[Verso 1]

Cuando era joven...
Conocí a una mujer.
La veía como una especie de bruja.
Leía a la gente... como un poema.

Me dijo:
«Siempre puedes arreglarlo todo...
Mientras sigan aquí.»

Quería creerle.
En aquel momento, quería creer... en
cualquier cosa.
Sentir algo... a cualquier precio.
Así que lo tomé... como mío.

[Verso 2]

Me enseñó unas fotografías antiguas
Que su madre... le había dado una vez.

Me preguntó:
«¿Qué ves?»

Y me miró...

«Mira... este hombre... fue el amor de su
vida.
Pero eran tiempos de guerra.
Elegió a otro... para tener una vida mejor.
Para no tener que luchar... por sobrevivir.
Odiaba a mi padre... hasta el día en que
murió.»

[Verso 3]

Sus últimas palabras... aquel día...

«Recuerda, niña... es mejor vivir sin pan
Que con alguien a quien odias.
Ser solo un cuerpo... sin alma.
Volverte fría como una piedra.»

«Si amas a alguien...
No tengas miedo... de parecer una tonta.
Es mejor... morir de amor
Que... no amar jamás.»

[Verso 4]

Creí... cada palabra que dijo.
Lo recuerdo... como si hubiera sido ayer.

No se contuvo —
Dijo... que esto traería dolor.

© Lara Jensen 2026

LYRICS © LARA JENSEN

The lyrics remain 100% owned by Lara
Jensen.

No copyright, ownership, publishing
interest or other rights in the lyrics are
transferred.

You are receiving free, non-exclusive
permission to create and record a musical
interpretation of these lyrics.

If you create something that feels like the right home for a song, **get in touch — I'm always open to discussing a dedicated collaboration or a different arrangement for that song.**

Looking for lyrics or have an idea for a song? I'd be happy to write something for you.

Any commercial release requires a separate written agreement with Lara Jensen.

© Lara Jensen. All rights reserved.