

ANTIESTRÉS

LUIS
DANIEL
ÁLVAREZ



Luis Daniel Álvarez

ANTIESTRÉS



Trincheras para un encierro

Una mañana nos despertamos con la noticia en la televisión y en la radio avisando al mundo que por unos días no podríamos salir a la calle.

Esos días se volvieron semanas para convertirse en meses.

Las noticias del fin del mundo avizoraban un tiempo de oscuridad, soledad y locura.

El tiempo sacudió los relojes, la humanidad se encerró en sus hogares armando sus trincheras para soportar la apocalíptica realidad que se nos contaba minuto a minuto.

Y el poeta en su trinchera, lápiz y papel, cargo sus palabras como balas para retratarnos su realidad interior, su espectáculo solitario, su emerger en las sombras de un mundo que esperaba un colapso.

Daniel Álvarez se imagina más allá de su mente, su cabeza es la pluma en tinta que escribe sobre el interregno, sobre el espacio que se abre entre dos mundos. Ese lugar “sin lugar” donde todo prevalece y nada es. Un hogar que es un vacío y una fuente de imaginación.

La soledad es la vertiente que inunda los poemas de Antiestrés, la soledad como conflicto que lleva al poeta a buscar la libertad y la compañía de amantes, recuerdos,

olores, bebidas y artefactos que ordenen su cabeza, su tensión latente ante la realidad inesperada e imposible de ser derribada por un tiempo de facto.

Cada Poema se constituye como escena cotidiana, se establece el espacio, el tiempo, las cosas, los pensamientos y el poeta en el lugar sin descripción, en el lugar que es interior y se exterioriza en las palabras que se derraman con rebeldía y provocadora evocación a la naturaleza innata de Revolución.

Daniel Álvarez pone en sus poesías una ruleta rusa de control y desesperación, buscando aplacar el estrés, desollando la idea de que todo está perdido y abriendo la puerta a la fortaleza de que no hay nada más que perder.

Todo flota en armonía.

Todo flota en la incredulidad, la memoria y los restos de la vida que se deja atrás y que avecina en las imágenes que como fotografías se revelan para contarnos un segundo, un minuto o una eternidad.

Son todas esas horas perdidas, esas batallas contra sí mismo y aquello que desde afuera estremece y se desarrolla como una idea implacable que aísla a nuestro poeta para enfrentarse con la naturaleza del mundo y su propia conciencia desbocada y salvaje.

Su martirio, su insomnio, su costumbre extraviada en el proceso donde el gesto, el silencio, la postura y los sueños se transforman en pastillas de metáforas e iconografías que nos invitan a acompañar y sentir en primera persona como se arma y se desarma lo cotidiano cuando la esperanza y la perplejidad se hamaca en la ruptura de su universo personal y en su génesis imperfecto de un nuevo principio.

Los lectores están ante un libro que funda su propia holografía privada de los tiempos en que el vacío y la totalidad del todo se fundían y confundían para reflejarnos en un espejo lo que somos, lo que fuimos y lo que podemos ser.

En éstas páginas encontrarán el ritmo inusual de una voz que se pregunta y responde que hay más allá cuando estamos inmersos en nosotros mismos.

¿Cuánto más es necesario leer este prólogo teniendo la posibilidad de adentrarse en los Sinfines prófugos que Daniel Álvarez nos invita y comparte?

¡Vamos a por ello!

Que la poesía los reconforte infinitamente.

Maximiliano Guzmán

Vaso de agua

*Bajo la almohada recordándote, amada, puse el cristal
revelador*

HORÓSCOPO, LEOPOLDO MACHERAL

No volví a dejar un vaso de agua
en la mesa de luz
para poder dormir
en las noches cadentes,
me basta la petaca de grapa
para quemarme por dentro,
así gozo de tener una pesadilla
o un dulce y húmedo sueño.
Cada vez que despierto,
una bruja baila dentro del vidrio,
vuelvo a sonreír
porque me siento libre
y en buena compañía.

Una palabra esencial

A Luis Vilchez

Escribir la palabra esperanza
me hizo comprender
el intenso valor que tiene
porque cuando la arrojé
con la furia de los titanes
rompí la alacena de vidrio
y de allí, un pájaro agobiado
salió a volar.

Noches

Todas las noches
pueden ser la última
por eso bebamos y cojamos
antes de que el mundo se desmorone.

Heladera

A Mariela Quiroga

La heladera está vacía
igual que mi cuerpo,
por eso cuando
una amiga me visita,
con una picada
y unas latas de cerveza
el alma se satisface
y grita un gol.

Cambio de ideas

Quisiera juntar botellas
para armar miles de molotov,
pero no logro hacerlo,
siempre termino usándolas de floreros.
Algo de subversivo debe haber
detrás de todo ese cambio.

Frascos

El frasco de escabeche
me saca del apuro
cuando tengo hambre.

El frasco que uso de alcancía
me ayuda a llegar a fin de mes
cuando el sueldo no alcanza.

El frasco con sentimientos
me mantienen calmo
cuando quiero estallar.

Elixir

A Pocho

Me alegra el murmullo
de la botella de vino descorchándose,
y las suaves olas del elixir llenando la copa.
Un trago, tan solo un trago, me basta
para no escuchar la tele
que me aturde en las noches
de luna llena.

Avioncitos

A Alejandra Díaz

A las poesías que escribí
y me dejaron de gustar
las hice avioncitos de papel.
Los arroje desde la terraza.
Nunca esperé que llegaran tan lejos.

De eso se trata

A Mariel Ponce

La lluvia que revive la planta
es una escena de amor.
Las piedras que adornan el río
son una verdadera pintura.
Los árboles que adornan la plaza
son enormes esculturas,
los pájaros que dibujan en las nubes
son verdaderos artistas,
el agua que cuida la huerta
es una fresca heroína,
el viento que nos despeina
un verdadero aliado.

Y vos preguntándome
dónde está la revolución.

Nubes

Volátiles, amorfas,
tormentosas,
frescas por el agua,
como mi alma
cuando se ve
en el espejo
del baño.

Ganar

Cuando las horas
se queden sin segundos,
el sol sin cielo,
y la luna sea un abalorio
en el campo,
sentiremos
cómo le ganamos
el truco al tiempo.

Las rosas

Al jardín de Natalia “Poldy”

Sonríen, cantan,
bailan de aquí para allá,
toman agua,
están felices
porque aún no les privatizaron
la alegría de moverse
como péndulos
debajo del cielo.

El refugio

Cuando salí del psicoanalista
quise construir con hojas
un refugio para mis sueños.
Junté las que más pude
y con la melaza
de un árbol amigo
las pegue.

Construí una mansión
y ningún tormento
pudo derribarla.

Llegar

Un pájaro se cuela
en los ojos de la noche vaga
como un relámpago vestido
de amor ebrio,
vuela gritándome
que la impaciente lluvia
me espera en una esquina
para mojarme.

Los ángeles de una orquesta desafinada
tocan un fado,
los perros en coro cantan:
*¿Qué espasmo puede tener el encuentro,
cuando nos vemos las sombras besándose?*

Así que espérame,
pronto cruzaré todos los mares
y llegaré hasta tu lado
para ver otro amanecer.

Fuego

A Alberto Lucero

En el fuego están los ritos,
los besos,
la luz que derriba la oscuridad,
el asado
las sombras que bailan frente a las piedras,
los relatos de los fantasmas que fuimos,
y tantas otras cosas.

De esos fuegos tan solo quedan
las cenizas con que escribimos nuestros nombres
o las que desparramamos en el aire
para ensuciarnos las caras
Y así decirle al mundo
que hemos regresado de las brasas
para sentirnos vivos
cerca del fuego
que cocina nuestros diálogos
dominicales.

La noche gime

La noche gime en la puerta,
sacude las cadenas,
rompe palabras,
vacía la botella de ron,
firma sobre algunas palabras
hasta quedar dura
en la mirada
agazapada de mi sombra
muda y sin afán.

Camino a casa

Son las ocho de la noche.
El frío congela
hasta el último humo
que se escapa de la boca.
La estatuilla de la plaza
me mira deambular,
ella no sabe que en casa
—triste y nublada como la ciudad—
la Soledad me espera.

Confesión de autor

A Julio Cortázar

Quisiera ser el autor
del grafiti que alguien escribió
en una pared de mala leche,
para saber qué se siente
escribir los versos
que todos leerán
una y otra vez,
porque simplemente está allí
entre la lluvia y el sol.
Pero debo conformarme
con escribir, en una hoja blanca,
los versos que se olvidaran
en una biblioteca
adornada con telaraña.

De tanto apostar

De tanto jugarle al truco
al Ángel de la Soledad
he aprendido a identificar
cada mueca de sus mentiras.

Ella no memoriza
las frases que repito
cuando le miento
como un loro parlanchín.

Por eso le gano todos los días
y termino aburrido
en el juego de seducción.

Muñeco

Con chapitas de cervezas
y un alambre robado
armé un robot.

Quise que tuviera vida
como Frankenstein
para no sentirme solo
y me acompañara a beber
para olvidarme de la fajina.

Espera

A Daniela

Dejé la piel secándose en el tendedero
—para que veas que me he cuidado—
y me puse a bailar una cumbia con mi esqueleto
porque deseo verte con la sonrisa de la tarde
envuelta en mariposa.

Cansancio

Los párpados están cansados
de soportar el peso del desvelo.

Y a veces un zancudo
tiene ganas de conversar.

¡ Oh si pudiera derrocarlos
sería un infortunio!

¡No podría!

Ellos no tienen la culpa
de mi cansancio.

El blanco debería ser el patrón
por no decirte gobierno.

¿Qué culpa tienen
los pobres chupasangre?

Los zancudos.

Un fulbito

Los muñequitos del metegol
se escaparon de la cancha
cuando nos quedaba
una ficha para jugar.
Se fueron a tomar birra
y a comer unos choris
en el carro de la esquina.
Por eso me gusta
jugar al fútbol
el partido no es lo importante
sino cómo perdemos
las monedas
con el placer.

Cuenta

La cuenta regresiva
nunca llegó al final
ni te detonó,
aún sigues siendo
la bomba de la salvación.

Francotirador

A Ricardo de Luzia

Disparaste palabras al azar.
Sus sonidos nos dejaron
sordos y mudos.
Una bestia cayó al piso.
Todos los vimos
pero no tuvimos piedad
más que un poeta
sos un francotirador.

Vergel

Sabes muy bien
que me encanta pasear
por los vergeles
por eso el sol te tatuó
miles de plantas
en el cuerpo.

Arma fatal

Limé cada letra
de su nombre
hasta sacarle brillo,
y quedó tan filoso
que cada vez que la nombran
me degüellan.

Té

Cada hebra de té
que desparramé
sobre el mantel
me recuerda
a las palabras
que taché
en una poesía,
no porque quedaran
fuera del verso
sino porque conservan
el aroma
y, si las juntas
sirven
para la próxima merienda.

Nuevo inicio

He guardado en una caja de chapa
—decoradas con dibujos—
que la abuela me obsequió
las pulseras que cada amante me regaló.

A esos amores
no les tengo rencores.
El tiempo supo borrar las heridas.

Pero en un atardecer de limpieza
—de casa y alma—
decidí quemar los obsequios
de mis amores.

Ahora,
en el patio de casa
disfruto de ver las cenizas
que de aquellas aventuras románticas.

Estoy listo para un nuevo amor.

Domino

Un dominó
en domingo
es dominar
la demencia
de la semana.

Piel craneal

No puedo teñir las canas
con las nubes que tengo en las manos
porque los años lo impiden,
pero tengo la certeza de que aún
quedan pizcas de locura
para mi cráneo.

Algo con que iluminar

No nos alcanzaran las velas
para iluminar a los santos
ni a los seres queridos
que viajan como mochileros
por el universo,
tampoco para guiarnos en la oscuridad
cuando nos corten la luz.

No te preocupes,
aún nos queda un poco de gasolina,
—amor en los ojos del corazón—
para vernos los rostros
cuando la oscuridad
quiera amarrarnos.

Muebles

Al final del confinamiento
caí en cuenta
que tanto los muebles
como los libros
son extensiones de mi cuerpo
¿o seré el remache
que les hacía falta?

Cambio de medicación

Cambie las pastillas antiestrés
por poesía.

Ahora estoy más relajado.

Tres cosas

Tres cosas me aferran a la cama
en un domingo cualquiera:

- 1) la resaca jugando al tenis
contra la pared de mi cabeza
- 2) la fiaca aferrándome al colchón
con sus manos engasadas
- 3) los besos de una persona de metal.

Recreo

Me peino con la lluvia,
sacio la sed con aire,
mato al hambre con palabras,
me afeito con horas,
me pasea el sol,
los días me trabajan,
las noches me duermen,
el otoño me abriga,
la primavera me pinta,
el silencio me embriaga,
la sombra me adorna,
la mitad de una naranja
me completa.

Resaca

La resaca quiere
que uses su collar de semillas
cuando camines entre las hojas secas
y acumuladas en el cordón.

Ella
no te traicionará
ni te dejará caer
al lado del árbol
que aún sostiene al sol
dibujado por los ruiseñores.

Amasar

Cuando amaso
me siento un pequeño demonio
pensando en la picada
de un viernes a la noche,
en ese partido de fútbol
que olvidamos,
pero sobre todo
en el vino barato
porque con el pan y el vino
podemos salvarnos.

Cebolla

Harto de la psicóloga
que no me ayudaba a desahogarme
comprendí que la sencillez,
el rico y ácido humor de la cebolla
me ayudó más
de lo que esperaba.

El vino

Deja que el vino hable del amor
por los poros de la piel.
Él no conoce el tiempo que nos queda
para disfrutar de la noche esperada.
Tampoco junta en la botella
nuestros respiros
y las palabras no dichas.
Pero deja que fluya
de las locas bocas
el silencio cómplice.

Cebolla 2

Sabrá la cebolla que su acidez
hace llorar a la muchacha
que reprimió la amargura
en su corazón
porque no pudo ser
seta que descubre la luz
en la tierra que la vio nacer.

Figuritas

A mi padre que sigue siendo mi héroe desde el cielo.

A los once años mi padre
no me dejaba pegar stickers
de los superhéroes
que venían en los chicles
en la heladera
o en la ventana de mi cuarto,
porque le molestaban.
Él quería ser mi único héroe protector.
Y para darme el gusto
sin hacerlo rabiarse
las pegaba
en las baldosas de la pared
al borde de la cama,
y a escondidas.
Él nunca supo
que también pegué
una foto de él.
Ahora de grande
cuando tengo miedo
me escondo debajo de la cama

para pedirle consejos
a aquellos valientes
y así proteger a mi pequeña
y no tener miedo.

Ducharme

Ducharme con la lluvia
sin importarme estar parado en el barro
y que de mis pies surjan algunos brotes
que algún día podaré,
es la forma más bella de convencerme
de que existen algunos milagros
en el cielo
sin la necesidad de amigarme
ni deberle unos rezos
a algún dios.

Juego II

A Rosita y a Prudencio

Es en vano,
a veces es necesario jugar
con una pizca de la infancia
que nos quedó en el paladar.

Terrón

Igual que un terrón de azúcar
giro en su dedo índice
cuando me acusa de hacerla reír
con chistes mal contados.

Tiempo

Parte del tiempo
pasó volando
como una mosca
y quedó colgada
en una carie.

La otra parte
entre las canas.

Agenda

No quiero que la agenda
mordisqueee los sábados
ni asesine a los domingos,
ella sabe que en las sábanas
suceden cosas indescriptibles.
Por eso le dejo cinco días
de la semana
para que se apriete los dientes
al ritmo de los quehaceres
que me abrazan para bailar.
También le dejo unos meses
porque barajare, lejos de ella,
los truenos de mi descanso.

Cuarto

A Mica Vilchez

Las paredes de su departamento
eran más tristes que un desierto,
Por eso ha pintado un atardecer
brotado de los ríos del verano
con un pincel chamuscado
y las pinturas que la lluvia arrebató.

Circo

Tengo una casa pequeña
en mis diminutas manos
para que hagas malabares
con las manzanas
que Adán y Eva
me regalaron.

Grieta

Las grietas del techo,
se asemejan a las escamas
de mi cuerpo
porque allí calzan las gotas
de los besos no dados.

Agradecimiento

Agradezco a mi familia por motivarme a escribir, a Valeria por ser mi compañera en la vida, Maximiliano Guzmán por sus potentes palabras y a Evangelina Miranda.

LUIS DANIEL ÁLVAREZ



Nació el 28 de enero de 1988 en Andalgalá (Catamarca). Publicó los siguientes libros: "Pueblo y rebelión" (2013), "Vuelo onírico" (2015), "Sueños encajonados" (2015 Y 2017) y "Pájaros de aguardiente" (2017), "La fama de Edward Arparigowsky" (2019) "Transeúntes" (2020), "La desnudez del oasis" (2020). Actualmente vive en la ciudad de San Luis y dirige la página web de cultura "La tuerca andante". <https://latuercaandante.wixsite.com/website/blog>

Índice

Trincheras para un encierro	2
Vaso de agua.....	5
Una palabra esencial.....	6
Noches	7
Heladera.....	8
Cambio de ideas.....	9
Frascos	10
Elixir	11
Avioncitos.....	12
De eso se trata	13
Nubes	14
Ganar	15
Las rosas	16
El refugio	17
Llegar	18
Fuego.....	19
La noche gime.....	20
Camino a casa	21
Confesión de autor.....	22
De tanto apostar	23
Muñeco.....	24
Espera.....	25

Cansancio	26
Un fulbito.....	27
Cuenta.....	28
Francotirador.....	29
Vergel.....	30
Arma fatal.....	31
Té.....	32
Nuevo inicio.....	33
Domino	34
Piel craneal	35
Algo con que iluminar	36
Muebles.....	37
Cambio de medicación	38
Tres cosas.....	39
Recreo.....	40
Resaca.....	41
Amasar	42
Cebolla.....	43
El vino	44
Cebolla 2	45
Figuritas.....	46
Ducharme.....	48
Juego II.....	49
Terrón.....	50
Tiempo	51

Agenda.....	52
Cuarto	53
Circo	54
Grieta.....	55
Agradecimiento.....	56
LUIS DANIEL ÁLVAREZ.....	57



Título: Antiestrés.

Autor: Luis Daniel Álvarez.

Edición digital Hoja en blanco. Julio, 2023.

La presente obra fue aportada por el autor de manera voluntaria y gratuita a Hoja en Blanco con fines de difusión literaria. El autor conserva todos los derechos morales y patrimoniales sobre su trabajo. Esta edición está publicada bajo la siguiente licencia de uso *Creative Commons*:



CC BY — NC — ND 4.0

Se permite copiar, descargar y compartir esta edición siempre y cuando se otorguen los créditos pertinentes. No pueden realizarse cambios de forma ni usarse con fines comerciales. La obra original no podrá ser reproducida en otro formato o edición sin la autorización previa y por escrito del autor.

Descarga gratis esta y otras obras en

www.hojaenblancoeditorial.com

