The background of the cover is an abstract, textured composition. It features a central, somewhat circular shape that resembles an eye or a lens, rendered in a vibrant blue color. This central element is surrounded by thick, layered applications of red and blue paint or ink, creating a sense of depth and movement. The colors are not uniform, showing various shades and textures, from deep, saturated tones to lighter, more translucent areas. The overall effect is one of intense, emotional energy.

SAUDADE

Prosa poética ilustrada

Leandra Navarro Idiarte

SAUDADE

Prosa poética ilustrada

Leandra Navarro Idiarte

© Leandra Navarro Idiarte, 2021

“La única persona que necesitas en tu vida
es aquella que te demuestra que te necesita en la suya.”

Oscar Wilde

TEXTOS, PRÓLOGO, CUBIERTA E
ILUSTRACIONES INTERIORES,
DISEÑO Y MAQUETACIÓN **LEANDRA NAVARRO**

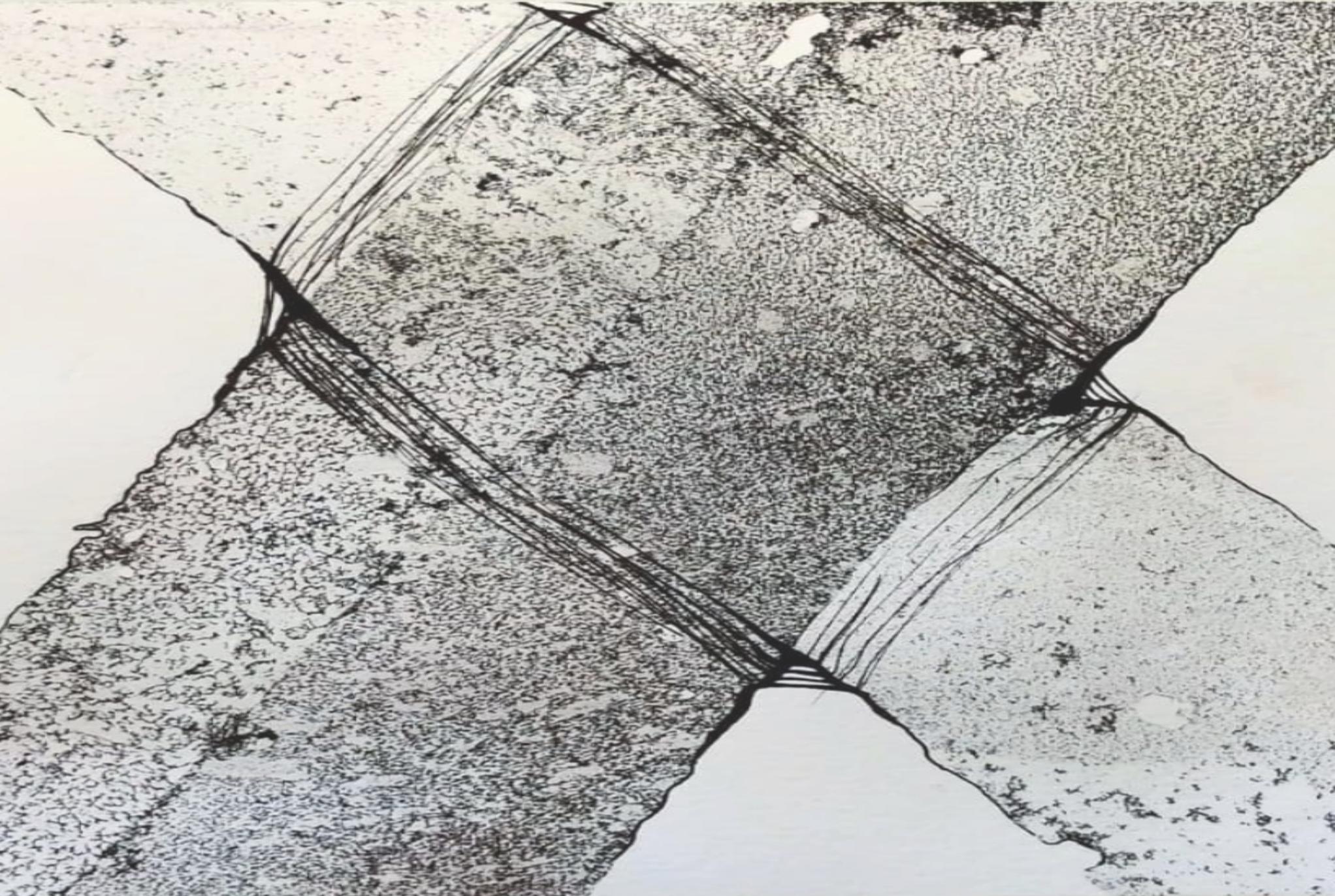
Prólogo

Esta es una historia, aunque no esté escrita en ese formato.

Es una historia que narra emociones descontroladas y de alta intensidad. Se conocen como creencias irracionales, y yo personalmente las conozco de maravilla. Suelen disfrazarse de verdades entre los pensamientos, confundiendo la realidad y enfatizando las situaciones negativas de la vida.

En la terapia cognitiva aconsejan no confundir el grado de creencia que le damos a un pensamiento con su veracidad. Supongo que es fácil aconsejarlo, porque para mí, todo lo que he escrito es verdad, y ha sido mi realidad durante dos años.

La peculiaridad de este libro es su dualidad en la poesía: textual y visual. Las dos parten de los mismos pensamientos, vivencias y emociones. Nacen del dolor y la tristeza, pero cuando crecen aprenden a convivir con el amor. Por el camino muere el odio y la indiferencia, y creo que por eso es una historia, por su progreso; sobre todo de estabilidad emocional.



Amor y otros desastres

Nunca me hubiese imaginado que alguien como tú (me) rompería y removería los esquemas, planes e ideales. Todo. Como un **terremoto**.

Llegaste a mi vida y, cual **huracán**, arrasaste a tu paso todo lo que sentía, aprisionando entre tus escombros mi corazón.

El **tsunami** que abarca cada uno de mis pensamientos; del primero hasta el último, inundados de ti. Cómo dolerá el impacto.

Un **volcán** cuya lava abrasa lentamente todo lo que se cruza en su camino. Ni siquiera tuviste piedad conmigo; me convertiste en cenizas.

Empiezo a pensar que **quererte** es el hipocentro de mis problemas. No sé si me renta el balance. Pero oye, qué desastre tan bonito.

Podríamos ser

Podría escribirte los versos más hermosos,
o los más tristes,
hablando de todos esos besos robados.
Siempre en sueños, la realidad nos mata.

Podríamos tener la historia más bonita,
o la más desgraciada,
recorriendo cada centímetro del otro.
Nunca físicamente, solo *Tantra mental*.

Podríamos ser absolutamente todo,
o quedarnos en nada,
apostarnos mutuamente al cien por cien;
o perdernos en un movimiento de vaivén.

Podrías quedarte mirándome toda la vida,
o solamente un segundo,
eterno, como mis sentimientos;
efímero, como tus sentimientos.

Tus besos

Quiero perderme en ese laberinto,
sin ningún mapa ni ayuda alguna;
tener tiempo de buscar yo la salida.

Recorrer cada uno de sus pasadizos;
guardar para mí todos sus secretos,
explorar tu boca y hundirme en ella.

Tocar los labios que me quitan el sueño;
juntar nuestras lenguas en una danza,
cuya coreografía surge espontánea

pero al tempo.



Eres tormenta de verano que irrumpe sin avisar

Juguete efímero

Cariño, no me tires luego;
no me uses para calmar tu sed de amor
y cuando consigas saciarte me olvides.
Prescinde de mí como tu pasatiempo
mientras necesites entretenerte.
Olvídate de tenerme para un rato
o como una alternativa siempre.

Siendo yo el barco y teóricamente capitana,
solo me hundo en la marea que provocas.
Me cansé de navegar en manual y perderme,
pero creo que el automático del amor está roto,
o simplemente no funciona si se trata de ti.
Pensaba que podríamos llegar a buen puerto
y veo que me estas llevando a la deriva.

Nuestros adjetivos

Tú mi poesía,
yo tu poetisa.
Tú mi verso,
yo tu rima.
Tú mi sentimiento,

yo tu distracción.

Tú mi motivo,
yo tu sonrisa.
Tú mi mirada,
yo tu caricia.
Tú mi brillo,

yo tu alternativa.



*Si hubiese sabido el final del cuento
ni siquiera entraba en la biblioteca*

Fruto prohibido

Hoy he vuelto a soñar con tus labios,
ese fruto prohibido que tanto me tienta.
Su movimiento me mata lentamente cual ciclón,
que pasa y arrasa a su tiempo todo lo que toca.
En cambio, sin tocarme han conseguido provocar
el mismo desasosiego de una catástrofe natural.

De fondo

Quizá

si hubiese apartado la mirada cuando tocaba
no me interesaría la piromanía del amor.

Quizá

si no me hubiese aventurado a conocerte
no ardería en el incendio que provocaste.

Quizá

si te hubiese ignorado cuando era el momento
solo serías cenizas de un cigarro y no de un volcán.

Quizá

si no hubiese sido tan impulsiva y temperamental
no intentaría apagar las llamas con mi llanto.

Quizá

si hubiese sido consciente de los desastres que traerías
solo serías un nombre que suena a desgana de fondo

y sin prestarle atención.

Sigue siendo un sueño

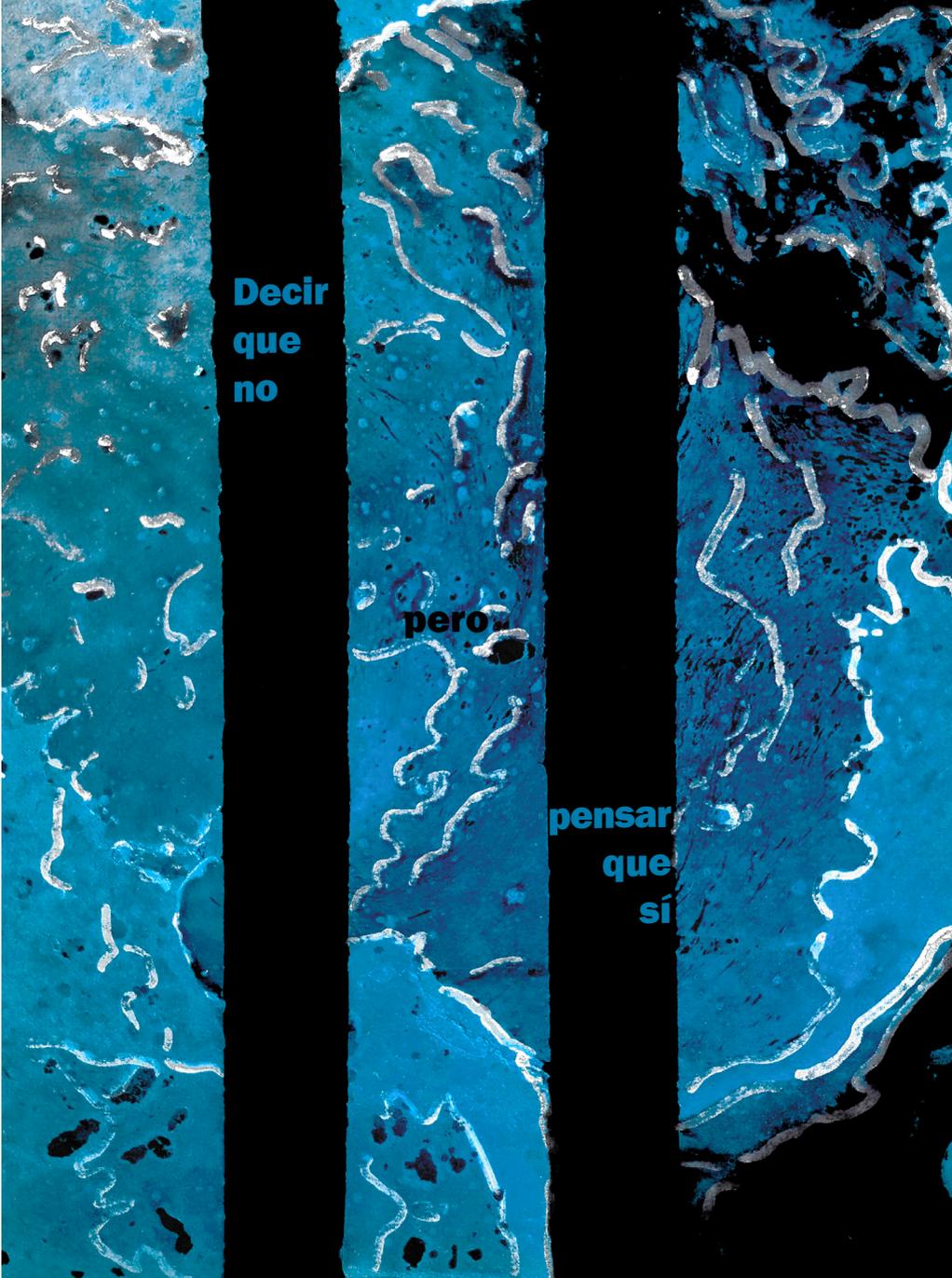
Quiero parar el reloj de arena en el preciso momento en el que de tus labios sale mi nombre. Que no se caiga ni un grano. Estoy dispuesta a guardar en mi cabeza la forma en que me miras y el brillo de tus pupilas cuando sonrío, como si de un tesoro se tratase. Tardar unos segundos más en encontrar las llaves de casa para estar un ratito extra a tu lado. Besarte las 989 veces que me han entrado ganas de comerte la boca y no lo he hecho. No soltar tu mano hasta que sea necesario separarlas. Apretarte un poco más cuando me abrazas para que tu olor me acompañe cuando te vayas. Escucharte el corazón y con su compás crear una coreografía que solo tú y yo sabemos. Suspirar cuando no me veas, mientras pienso en cómo vas a dolerme.

Contradicciones

Tú, tan Kryptonita
y yo, tan Superman.
Tú, tan caliente y verano
y yo, tan fría e invierno eterno.

Quién diría que nuestra fusión
sería tan maldita;
tan prohibida y tan desdicha.

Supongo que las primaveras son mejor;
unos labios cálidos que te dan calor
ganan a unos carámbanos helados
que puedan destrozarte el corazón.



**Decir
que
no**

pero

**pensar
que
sí**



Preguntas retóricas

Te veo feliz con ella,
disfrutando de cada uno de sus besos.
 ¿Saboreabas los míos?
Cautivado con su mirada azulada.
 ¿También le besas los ojos?
Cómo presumes paseando de su mano.
 ¿Era yo quien cogía la tuya?

A veces no puedo evitar
formularme mil preguntas
para encontrar el puto fallo;
buscando otro motivo
para sentirme insuficiente
y verme reemplazable.
 ¿Estás contento con esto?

Single player

No sabes lo frustrante que era
seguir buscando tu mirada
entre tantos ojos de la grada,
esperando en vano verte ahí.

Estoy continuando sola
lo que empezamos juntos;
luchando en solitario
lo que defendíamos en equipo.

Ajedrez

¿En qué momento decidiste que soy una más?
¿Cuándo me catalogaste como cualquier otra?
Si tú, amor, me tratabas como si fuera única,
y creo que es lo que realmente era,
la única tonta que se sentía especial
siendo una más de los peones
de tu estúpido y maldito juego.

Y yo, creyéndome la reina,
atravesando cualquier torre para verte,
siendo más veloz que cualquier caballo,
para sacarte una sonrisa diagonal, cual alfil.
Pero repito, solo era otro peón
eliminado durante la partida.



*Todos
dicen
que he
salido
ganando,
pero
solo me
centro
en tu
pérdida*

Mi corazón se desangra

Si mi alma se ahoga por tu culpa
deja que mi corazón llore sangre.
Que hace tiempo que no bombea,
y hace mucho que no siente nada.

Los trocitos que quedaron son solo míos;
quedó claro cuando los dejaste tirados.
Soy efímera fugacidad cual colilla a medias,
cumplida su función de saciar temporalmente

El dolor brota exageradamente por las espinas
que se clavan en cada uno de mis pensamientos.
Quizá la penumbra sea lo único permanente en mí.
Supongo que es triste que solo me acompañe lo gris.

Quebrantado

Al final todo se rompe.

Las promesas,
los planes,
lo nuestro.

El futuro,
las fotos,
lo nuestro.

Los recuerdos,
las pulseras,
lo nuestro.

Mi corazón,
el amor,
lo nuestro.

Desperté

Y abrí los ojos.
Me despegué de tus mentiras,
así como de mis ilusiones.
Murieron mis sentimientos,
así como tu confianza.

Abrí los ojos.
Aprendí a volar sin tener las alas atadas,
me desprendí de tus cuerdas de falsedad.
Quemé tu jaula de victimismo
y me liberé de mis pensamientos.

Abrí los ojos.
Me di cuenta de que no eras como creía;
ni como quería que fueras,
ni como me habías hecho creer.
Eras solo uno más.

Abrí los ojos,
y ya no estabas ahí.

Muerte lenta

Sabes lo que me duele
y sigues presionando,
cada vez más fuerte.
Me clavabas una a una
tus uñas como puñaladas;
dejando profundas cicatrices.

Los recuerdos amargos perduran;
exprimen mis intentos de sonrisa
escondiendo totalmente mi felicidad.
Ya no me siento capaz de encontrarla.
Vomitaba cada una de las mariposas
que habitaban muertas en mí.

Ahogué los sentimientos en lágrimas;
tu indiferencia me ayudó a hundirlos.
Me rajé las venas del pecho sin saberlo
con el filo de nuestros momentos.
Duele solo sangrar vivencias rotas.



*Como encontrarnos yendo en dirección contraria
en el momento de cruzar*

Confiar

Confiar va de la mano de la esperanza,
al encuentro de su amiga la fe ciega,
para la búsqueda de la tranquila seguridad.

Se camufla en los gestos más tontos,
las miradas más sinceras,
incluso en las palabras más insignificantes.

Es normal que cuando abres tus puertas,
esperas que entren sin romper nada;
como si fuera un privilegio que sean cuidadosos.

Pero la triste realidad es que nadie valora la confianza.
Nos cargamos su valor.

“No duele”

Dices que el amor no duele,
o eso es lo que has dicho hoy
convencido en tu Instagram;
lleno de positivismo.
Y me hierva la sangre
de ver que realmente lo crees.

Tú, que nunca te has enamorado,
ni has mirado a nadie
como yo te miraba a ti,
desvalorizas un dolor
que me ahogó en miserias
durante ocho meses.

Me causó ansiedad,
inseguridades,
desconfianza,
inestabilidad,
desequilibrio,
insatisfacción,
soledad,
indiferencia,
y depresión;
en ese orden.

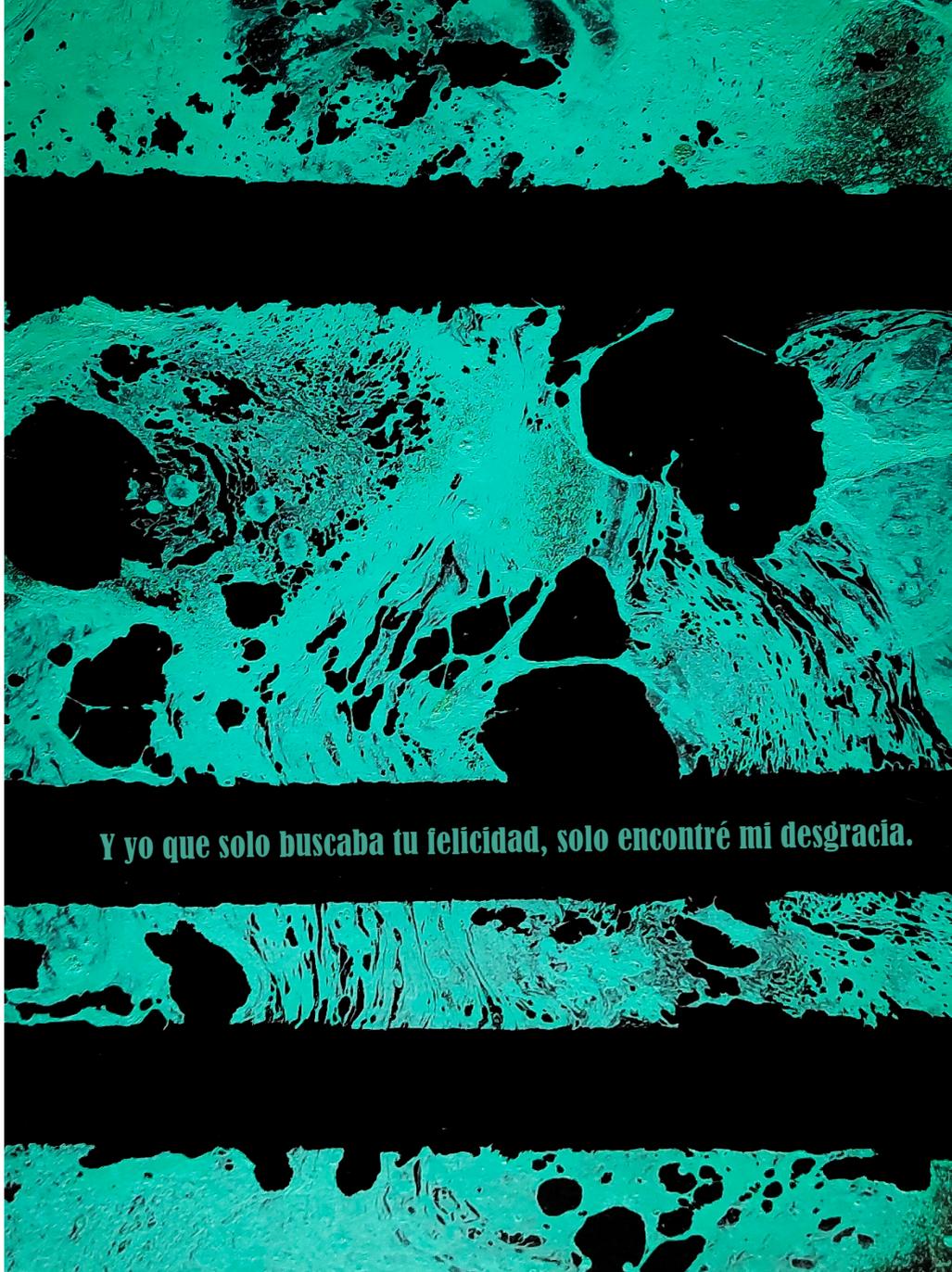
Y ahora, abrazado a tu hipocresía,
te atreves a afirmar que no duele.

Permíteme decirte:
qué coño sabrás tú del dolor del amor.

Enero

No tuviste tiempo para llorarme,
ni siquiera para poder recordarme.
Cambiaste mis *te quiero* por los suyos
en cuestión de horas,
y yo soy incapaz de sustituir los tuyos
en cuestión de meses.

No tuviste tiempo para echarme de menos,
porque nunca te encontraste solo,
y tu techo sigue totalmente entero
porque jamás te lo comiste por nosotros.
Mientras, a mí me tragaba la ansiedad
del martirio que provocó tu ausencia.



Y yo que solo buscaba tu felicidad, solo encontré mi desgracia.

Día a día

Mi nana de Buenas Noches eran tus besos,
te fuiste y no sabes lo que costó dormir sin ellos.
Ahuyentaban cualquier posible pesadilla,
pero no pudieron con tus ganas de marcharte.

Cada noche doy mil tumbos en mi cama,
esperando encontrarte en alguna esquina.
Aún no me acostumbro a que ya no estés,
y creo que mi mente no quiere entenderlo.

Mi almohada está cansada de oír mis penas,
pero me he dado cuenta de que nadie escucha.
Tú eras todos mis puntos de sutura y apoyo,
dime, ¿dónde estás cuando la herida infecta?

El techo me compadece en cada llanto,
o eso parece porque se me viene encima.
Sigo deseando que solo sea una pesadilla,
y que al despertar me darás los Buenos días.

¿Sigo?

Sigo esperando ese mensaje que no llega.
Vuelvo a asomarme a la ventana,
por si estás abajo para sorprenderme.
Pienso reiteradamente que aún te importo,
y que vendrás.

Sigo dándote oportunidades que no mereces.
Vuelvo a defenderte ante mis pensamientos,
por si al final cambias como siempre dices.
Me autoconvenzo de que te preocupas por mí,
y que estarás.

Sigo viendo lo mismo;
que no mandarás nada
ni me pasarás a recoger,
no cambiarás nunca,
y vas a seguir dañándome.
Que ni vendrás ni estarás.



Tercera fase

Pensaba
que no podrías decepcionarme más.
El daño que has causado es tan grande
que mis glóbulos blancos yacen exhaustos
y los rojos viven en las fugas de mi corazón.

Reflexioné
sobre si yo era la culpable de todo.
Me costó perder un futuro contigo,
pero más aún encontrarme a mí misma
entre la vulnerabilidad de mis miedos.

Renací
tras entender que mi bienestar lo encontraría sola.
Medité mil veces sobre la verdadera felicidad.
Tonifiqué mis emociones, definí mis sentimientos
y aprendí a mirar por mi salud mental.

Nueva temporada

Quise ser titular ¿sabes?
Jugar todo el partido de tu vida,
desde el minuto 0 hasta el final
sin preocuparme del marcador;
con la seguridad del líder.

¡Qué gran decepción verme suplente!
Una más de tu gran plantilla, otra opción.
No te imaginas cuánto me esforcé
para demostrarte que estaba a la altura;
me dejaba la piel por y delante de ti.

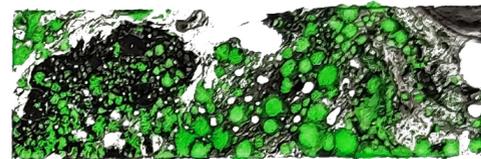
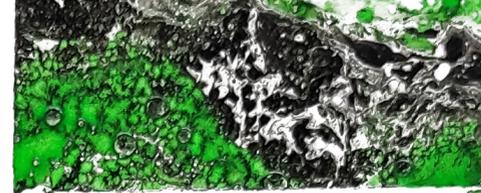
Al final comprendí que era lo típico,
el desacuerdo entre jugador- entrenador,
así que decidí desvincularme de tu club.
Tú siempre te creíste de primera división
y solo resultaste ser de cuarta regional.

Droga

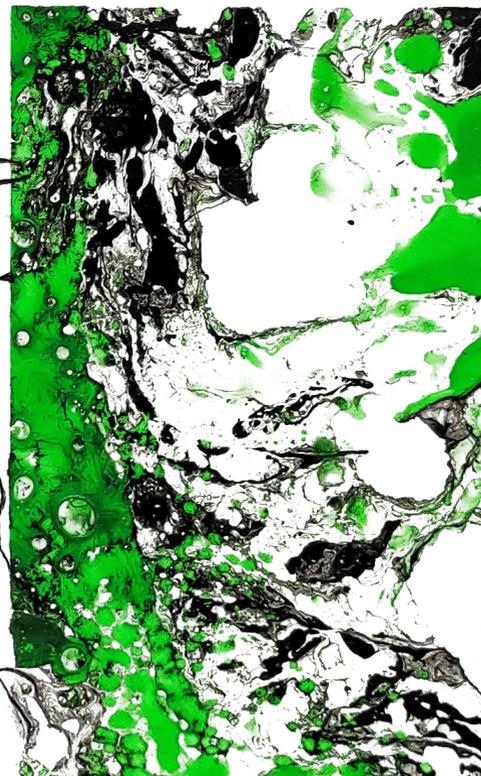
Eterno retorno a mi bucle continuo;
otra vez con la esperanza de que esta voy a salir.
Drogándome con la confianza de que será distinto,
autoconvenciéndome de que ya no voy a sufrir.

Quizás aún no estoy preparada para esto,
seguramente me haya vuelto a mentir.
Sigo creyendo en la utopía de dar lo que recibo,
sin aceptar que nunca harán lo mismo por mí.

La dosis de ingenuidad sigue siendo muy alta,
Supongo que va bien para anestesiar la decepción
Será que duele menos cuando estás a prueba de balas
o que de tantos golpes gana la insensibilización.



Me da miedo el vértigo
por la caída del vacío de tus ojos.



Nuevas costumbres

No estás.

Tu ausencia ya no me ahoga;
ahora incluso respiro.

Inspiro aire cargado de melancolía
y lo transformo en resignación.

No me besas.

Tus brazos ya no son hogar;
ahora incluso cárcel.

Será la putrefacción de desconfianza
tras las heridas de tus puñaladas.

Vuelta a casa

Hoy he bebido otra vez
y me he vuelto a acordar de ti.

Maldita costumbre.

Sé que no debería hacerlo;
esto de llorar camino a casa,
o dedicarte mil versos,
y pensar en darte mis besos.

Soy consciente de que en verdad
no mereces nada de mí.
Y lo de que “necesito estar sola”.
Lo de que “me hace falta mi tiempo”.
Todo eso que mis amigos repiten
cada vez que me sale tu nombre
o me brotan algunas lágrimas.

Eso de que “no necesito a nadie”;
no sé si porque nadie me ayuda
o nadie me aporta,
o quizá nadie me quiere...
¿o a nadie quiero?
Ya no sé qué quiero.
O quizás no sé querer.

Mi precipicio

Y te asfixias con tu propia respiración.
Como saltar a un vacío infinito y eterno
al que te aferras en cualquier rama del abismo,
para no llegar al fondo.

Ayuda



Propósito

No sabía que era tan difícil
despegarme de los recuerdos
quemar la nostalgia
tirar las cenizas del pasado
barrerlas con la esperanza
de un futuro incierto,
pero sin humo que contamine.

Llover

Tu olvido fue como un gran diluvio
donde cada gota era un recuerdo,
y yo, empapada de nostalgia,
disfrutaba de la dosis de melancolía
balanceando mi paraguas de ilusiones,
temiendo abrirlo por completo
por si el viento del tiempo se lo lleva.

Cambios

Podría estar en tu cama,
acurrucada en tu pecho,
respirando tu exhalación
hasta que nos moleste el Sol
que entra por tu ventana;
porque siempre te olvidas de la persiana.

Podría ser así, pero no lo es,
y lo pienso volviendo a casa,
ciega a las nueve de la mañana
tras bailar el agua a desconocidos
en una ciudad que ni siquiera es la mía;
en una vida que ya no es parte de la tuya.

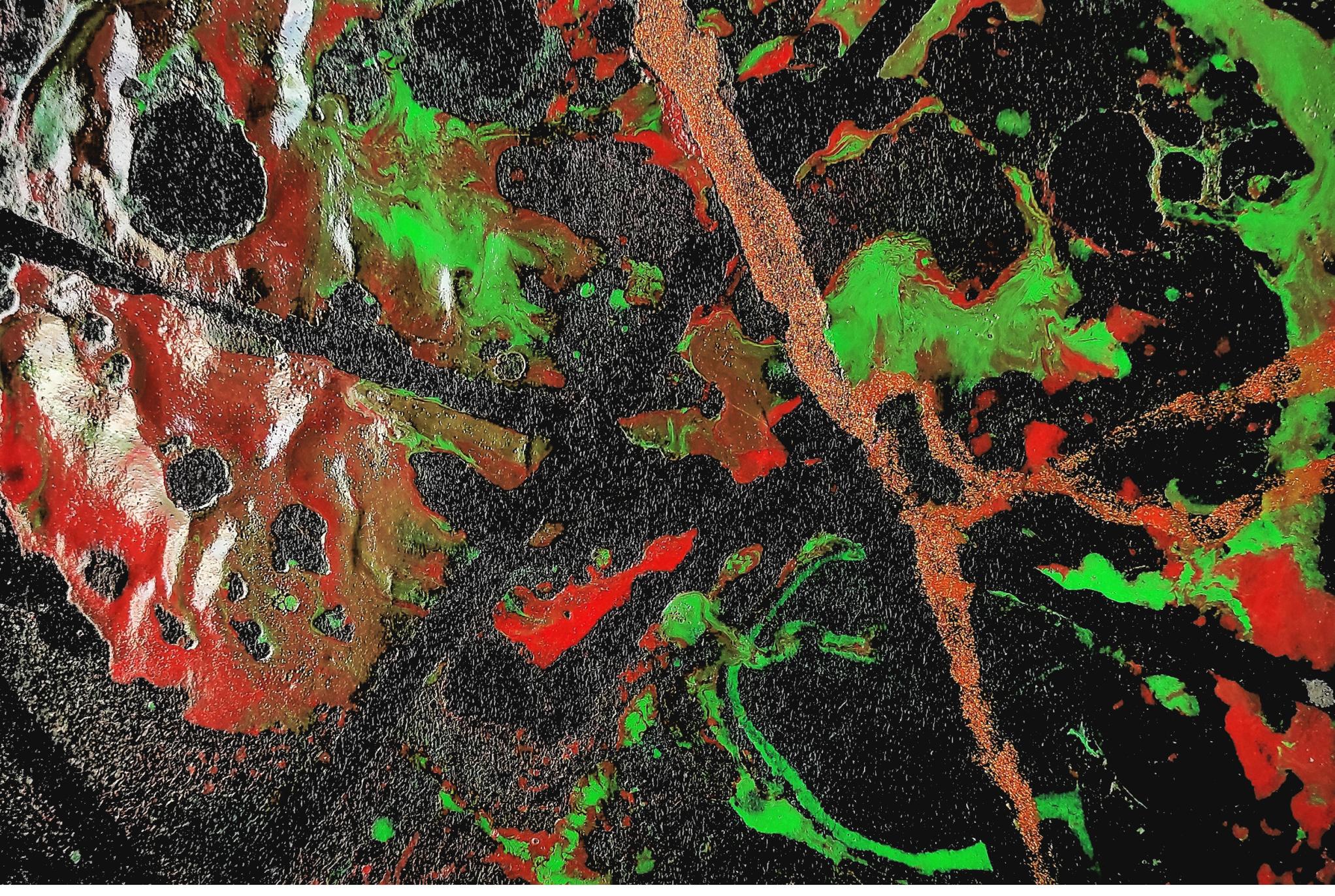
Fin

Como una moneda de cambio, intercambié un futuro efímero contigo por un presente inconsistente que terminó con mi ataraxia emocional. Piqué tu anzuelo y demostré ser lo que siempre negué; te aseguro que posteriormente me mostré repulsión.

Desde el principio supe que estaba subiendo una cuesta, cuyo final era un precipicio al que, si llegaba, me vería obligada a saltar. Aún así, seguí elevándome peldaño a peldaño hasta alcanzar mi locura.

Supongo que me gusta el dolor, el caos y la destrucción.
Mi propia destrucción.

Contigo la conseguí.



Ya no pesa

Mi tempestad se fue
como un globo que escapa.
No provocó tristeza su ausencia,
más bien cierta serenidad.

Voló alto impulsado por el combustible
de todos los recuerdos que se fueron;
esos que provocaron mis migrañas
cual helio que se absorbe sin cesar.

Ya no lo visualizo en la inmensidad del cielo.
Después de mucho tiempo me sentí exenta,
como si mis represiones se hubiesen elevado
desapareciendo de mi órbita de gravedad vital.

Al final resultó ser una carga,
que a simple vista no pesa.

Lo siento

Me disculpé con un “lo siento”,
tras romper sin querer otro corazón.
No me esperaba que me preguntaran
qué cojones era lo que yo sentía;
que era imposible que yo sintiese algo.

Fue la primera vez que me lo planteé,
y la respuesta me dolió tanto,
que intenté forzar mis sentimientos
aunque todo esfuerzo fue en vano.
La anhedonia se apoderó de mí.

3:06

Me ahogué con mi reloj de arena.
Tragué hasta el último grano
saboreando su amargo valor.

Rasgó completamente mi garganta
y quebrantó mi corazón con su aridez,
taponando hasta la última arteria.

No hubo muerte lenta,
ni rápida;
no me quedaba tiempo ni para eso.



**Busco que me salven de la tormenta
pero me encanta ver la lluvia**

YO

Fui último minuto de prórroga
del equipo perdedor,
la despedida triste en el andén
con billete solo de ida,
los cinco primeros minutos
tras una mala noticia,
las madrugadas en la cama
atracándome de techo.

Fui quinta semana sin salir
en estado de alarma,
domingo de soledad y resaca
de recuerdos obsoletos,
la canción que suena inesperada
con melodía de nostalgia,
luces que se encienden en la sala
cuando termina la película.

Fui anuncio en plena noche vieja
oída pero no escuchada,
programa de tv ignorado de fondo
después de perderse el mando,
el calcetín que se encuentra solo
porque perdió su pareja,
la calada final del último cigarro
con la ansiedad consumiendo.

Fui noches de augurio:
Apolo enamorado
y Dafne desdichada.
La maldita metamorfosis
encarnada en mi desgracia,
con final abierto a las desidias.

Fui días de descalabros,
despertar sin ganas,
deambular en vano,
tormenta que te pilla fuera
con paraguas roto,
cautivando rayos.

Fui mil putadas,
el insomnio personificado,
mar de calamidades,
la pieza que no encaja,
martes 13,
Notre Dame en llamas.

Fui mi propio miedo
impulsado por el odio,
el pensamiento intrusivo
en mitad de un buen momento,
el reflejo del espejo
después de una crisis existencial.

Fui, y aunque en muchos aspectos aún soy,
lucho para que no sea así.

Depresión

No quiero notar que me apago,
pero sé que mis ojos ya no brillan
y que dejé de apretar al abrazar.

Odio sentir esta inagotable tristeza,
aunque mi cabeza me odia constantemente
y solo genera culpabilidad y malestar.

Agoté todos mis intentos de fortaleza,
supongo que la serotonina no me quiere;
no la culpo, yo tampoco me querría.

Me cansé de improvisar sonrisas forzadas,
porque llevo años fingiendo que todo va bien
pero inexplicablemente no lo está.



MI corazón bombea agua salada, no sangre

Autodestrucción

Me agobia
que no me den mi espacio
o tener demasiado de este;
oír “te quiero” reiteradamente
y no escucharlo cuando lo necesito;
conseguir lo que tanto ansío
para después perderlo siempre.

Me frustra
el conocer e ilusionarme con alguien
y cansarme a la semana siguiente;
mi capacidad de dañar inconscientemente,
o que me hieran cuando lo doy todo;
ser extremista cuando me importa algo
pero que me resulte indiferente el resto.

Lo pienso
y me come la ansiedad, las migrañas,
la presión en el pecho, el dolor de barriga,
mi intuición avistando las malas rachas,
suma dificultad de disociar pensamientos,
incapacidad de aislamiento ante problemas;
que nunca cese mi cabeza de odiarme así.

Mis monstruos

Si cierro los ojos y miro detenidamente a mis adentros temo que al abrirlos alguien más descubra lo que hay; como si mis pupilas fueran capaces de relatar abiertamente los mil y un tormentos interiores que desato, exteriorizando mi inmenso mar de calamidades.

Que desnuden que no existe gama cromática en mí, solo escalas de grises donde predomina el negro; amargura que tiñe cada una de mis emociones y que contrasta con el blanco de mis intenciones, aunque involuntariamente se encuentren manchadas.

Supongo que la posibilidad de manifestar el descontrol (que no todos los monstruos viven bajo la cama ni las placas tectónicas emocionales yacen dormidas), genera más inseguridades que el propio miedo y mece la cuna de todo aquello que me costó construir.

Disfrazar que todo funciona correctamente no es lo mío, pero reprimir el sentirme insuficiente, rota, cobarde, defectuosa, pendenciera, prescindible y reemplazable creo que podría tratarse de mi débil vocación; por eso permanece larvado incluso para mí, hibernando en mi intrínseco.

Insuficiencia

Me acostumbré a odiar mi cuerpo,
el reflejo del espejo,
el espectro de los escaparates,
la imagen de las fotos
y a la que proyectó en mi cabeza.

Me acostumbré a que no soy la única,
ni prioridad,
ni plato principal;
ni mucho menos menú completo,
o tu primer pensamiento al despertar.

Me acostumbré a quererme poco,
o prácticamente nada,
a anteponer a los demás,
quedarme siempre la última;
a la inexistencia de mi autoestima.



Cual fénix reviví, no eran solo cenizas; era un puto cementerio

Hipocondría

Es como vivir encerrada en un laberinto,
me paso los días dando tumbos.
Intenté incluso saltar las paredes
o crear mis propios huecos;
pero no sirvió de nada y es imposible salir.

Inundé cada pasadizo con lágrimas.
Navegué por cada una de mis miserias
creyéndome que las estaba superando,
hasta que caí en la completa deriva;
hundiéndome todavía más.

Aún no he podido terminar de secarme.
El agua, cual depresión, me empapa,
convirtiendo mi flagelo en mi destino.
Vivo bajo una tormenta intermitente
siendo sirena de mis hipocondrías.

Nada

Soñé que te abrazaba de nuevo
y desaparecía todo.
Absolutamente todo.

El dolor, los remordimientos, el odio;
el rencor, la pena, el sufrimiento,
los reproches, el miedo el orgullo:

Todo.

Y cuando por fin me sentía totalmente libre,
vi que esa libertad, como el abrazo,
no era más que algo ilusorio.

Desperté.

Que ya no estás, ni estoy, ni estamos.
No quedan décimas para respirar en tu pecho,
ni segundos de exhalaciones de alivio.

Nada.

Solo un recuerdo idealizado inexistente,
de mis ilusiones personificadas;
sentimientos contradictorios y magnificados,

de ti.

Sube el volumen

Es imposible escuchar mi voz
por los decibelios de mis tormentos.
No puedes llegar a comprenderme
por los años luz de mis penas.

Yo solo quería ignorar mis adentros,
pero es tan fuerte la putrefacción
de mi estabilidad emocional,
que me resulta imposible disgregar
las distintas piezas del rompecabezas
encajadas a presión.

Auxilio

En mi pecho se sitúa la válvula
que regula el nivel de ansiedad;
aunque supongo que está rota,
porque siempre apunta lo mismo.

Aprieta y remueve sin excepción
cada recoveco de mis entrañas,
como si se tratase de un castigo;
supongo que por mis decisiones.

Las arcadas suelen aumentar
en función de mis pensamientos.
¿Cuánto tiempo se puede sonreír
sin percatarse de la tristeza?

No hay motivo específico,
es como un estado atemporal;
me acompaña desde hace mucho
es lo único que no me abandona.



*Caigo en la distimia de nuevo
y la indiferencia me envuelve*

otra vez

*Me fundo con sus fríos brazos
y me siento como en casa*

Nuevo comienzo

Me rompieron.

Usaron mi cariño y tiraron mi amor,
abusaron de mi confianza y fe ciega.
Derribaron cada uno de mis peldaños.

Me costó reconstruirme.

Cada avance eran dos retrocesos;
labios que nunca se saciaban,
largo historial de calamidades.

Me subí a mi propio pedestal.

Desde arriba impedía cualquier acceso
aterrorizada por la vulnerabilidad del alma.
Cuando no quedan lágrimas, tocas fondo.

Aun así, tambalea mi Torre de Babel,
como familiarizando con el visitante.
Supongo que no sabes lo raro que es
la posibilidad de que entre alguien.

Como una vela

Casi siempre me siento como una vela,
con la función de complacer a los demás.
Todos admiran el fuego que irradia la mecha,
pero nadie piensa que eso es lo que la mata.
La mayoría no son conscientes de que lloran,
y eso es lo que las va consumiendo lentamente.

En ocasiones se apagan antes de tiempo,
y aunque las intentes volver a encender
ya han perdido la magia del principio.
Otras simplemente se van apagando,
y su luz va desapareciendo con el tiempo.

No quiero ser una vela,
pero también me estoy apagando.

Condicional subjuntivo

Como si alguien fuera a arreglar
lo rota que me siento por dentro.
Como si pudiese existir una cura
para sanar tanto vacío interno.
Como si me quisieran solo a mí,
y dejara de ser una mera opción.
Como despertarme feliz cada día
sin pensar que no existe solución.

Como si mi vida importara tanto
para pensar un poquito en ella.



Incertidumbre

Quizá no termina de ser tan buena idea,
esto de querer empezar algo juntos
después de haberlo pasado tan mal.
Lo del complejo de creernos soluciones
con miles de problemas pendientes,
no se nos acaba de dar demasiado bien.
El teorema de dos mitades incompletas
que se unen para formar un todo
Creo que no siempre funciona como debería.

Confesiones

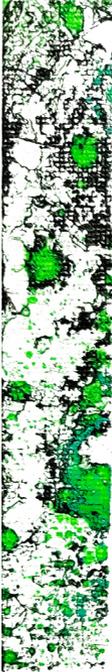
Te intenté convencer de que la humanidad no es tan
horrible
pero yo también creo que lo es.
Pretendo que pienses que hay luz al final del túnel
para que no veas que yo vivo en un apagón constante.

Aja...

Que sí, que somos muy independientes,
y no necesitamos a nadie que nos complete;
pero me muero de ganas por volver a verte
o que me abreces como si el mundo se acabara.

Que sí, que la felicidad la da uno mismo,
que te la dé otra persona es dependencia;
pero yo quiero proporcionarte mucha más
y que tu incrementes la mía con tus besos.

Que no quieres asustarme ni ir con prisas,
ni ponerle nombre, agobiarnos o cansarnos;
pero yo ya pienso en un futuro contigo
y ni siquiera sé que voy a comer hoy.



Me he enamorado del prólogo



y ahora necesito una saga entera

Capricornio

No tienes ni idea,
pero yo boceteo mil futuros contigo
para conseguir la representación perfecta
de cómo es la felicidad a tu lado.

No eres consciente,
que desde que apareces en mis sueños,
incluso Morfeo se encuentra celoso
porque ya no tiene nada que hacer.

Ni te imaginas,
que la magnitud de mis ganas de abrazarte
han inventado una escala numérica,
porque la existente parecía insuficiente.

Sin pensarlo,
me has reinventado el concepto de querer;
ahora solo sé escribir palabras de amor
y te encuentro detrás de cada una de ellas.

No te esperaba;
no te niego que me siento un poco egoísta
ya que no quiero un final prematuro contigo
con lo bonita que sería una saga entera.

No creas,
que quiero adelantar el reloj de la historia
o pasar las páginas echándoles solo un ojo;
quiero disfrutar cada segundo de lo nuestro.

Para que mentir,
si al respirar a tu lado el aire sabe mejor.
El Sol está cansado de que tú brilles más,
y de mirar a la Luna le ha nacido luz propia.

Date la vuelta,
que esta noche te abrazo yo.

No lo sabes

Tú no lo sabes, pero no me creo la suerte que tengo contigo.

Te han cuidado tan mal, que yo quiero hacerlo más que bien.

Quiero inundar tu mirada de felicidad, que ya se secó bastante,

y no me importa besar mil veces cada grieta para calmarla

si con eso consigo que te des cuenta de todo lo que brillas.

Aún no lo sabes, pero me quedaría mirándote durante horas;

a mi constelación favorita vertical de ocho pecas de tu cuello,

seguidas de las líneas adorables de tus ojos cuando sonríes.

Para adicción la que tengo con tu sonrisa y no la del café;

que no existe mejor analgésico para mí, que verte feliz.

Aún no lo sabes, pero se me cae el mundo si te hago daño.

Se me rompe el alma cuando te veo llorar de tristeza, porque solo quiero besar tus baches e inseguridades para que veas que nunca más vas a estar a solas con ellas.

Que nunca voy a dejar que lo veas todo a escala de grises.

Que aún no lo sabes, pero no entiendes la suerte que tengo contigo.



**Disfruto
siempre
como nunca
del
mientras**

Quizá encontrarte

Quiero ilusionarme contigo,
tener la libertad de echarte de menos,
permitir perderme en tus pupilas
y arriesgarme a sonreír tras ello.

Me apetece jugármela por ti,
sin preocupación por ganar o perder,
simplemente disfrutar del juego;
quizá incluso encontrar el amor.

R

Aún no quiero pillarte el truco
porque me encanta la magia de tus ojos.
Que mi baraja favorita sea la de tus caricias
y rozándome la piel remuevas mi interior;
perfecto ilusionismo.

Ahora me siento más acólita que nunca;
pues la epifanía de tus besos me complica
el distinguir la celosía mental de la realidad,
quedando la telúrica en segundo plano;
buen prestidigitador.

Dulce sabor a melancolía

Tu lengua recorre mi boca sin saber qué busca,
pero se la ve cansada de dar tumbos por tantas pieles
con la fecha de caducidad prematura tatuada.

Es agotador despertar con alguien sin ganas de amar,
y olvidar la noche durante el cigarro de vuelta a casa.
Espero que las caladas te sepan mejor sobre mis piernas.

La intensidad de tus ojos suplica que no te lastimen.
El brillo de tu ilusión se asoma tímidamente,
pidiendo a gritos que no sea otra cama de paso.

No eres consciente de que desprendes esas ganas;
que no lo dices, pero se nota que ansías que te quieran,
de la misma forma que en su día tú quisiste;

pero con la esperanza de que salga bien.

Eras tú

Quizá teníamos que conocernos;
debías entrar en mi vida
para que me diese cuenta
de que no tenía que buscar más.

El viento ya no me sopla igual,
porque nadie mueve mi pelo
como tus dedos al acariciarlo
mientras me besas el cuello.

Querías llevarme al Kafka a leer mis poesías
sin saber que lo hago cada vez que te miro.

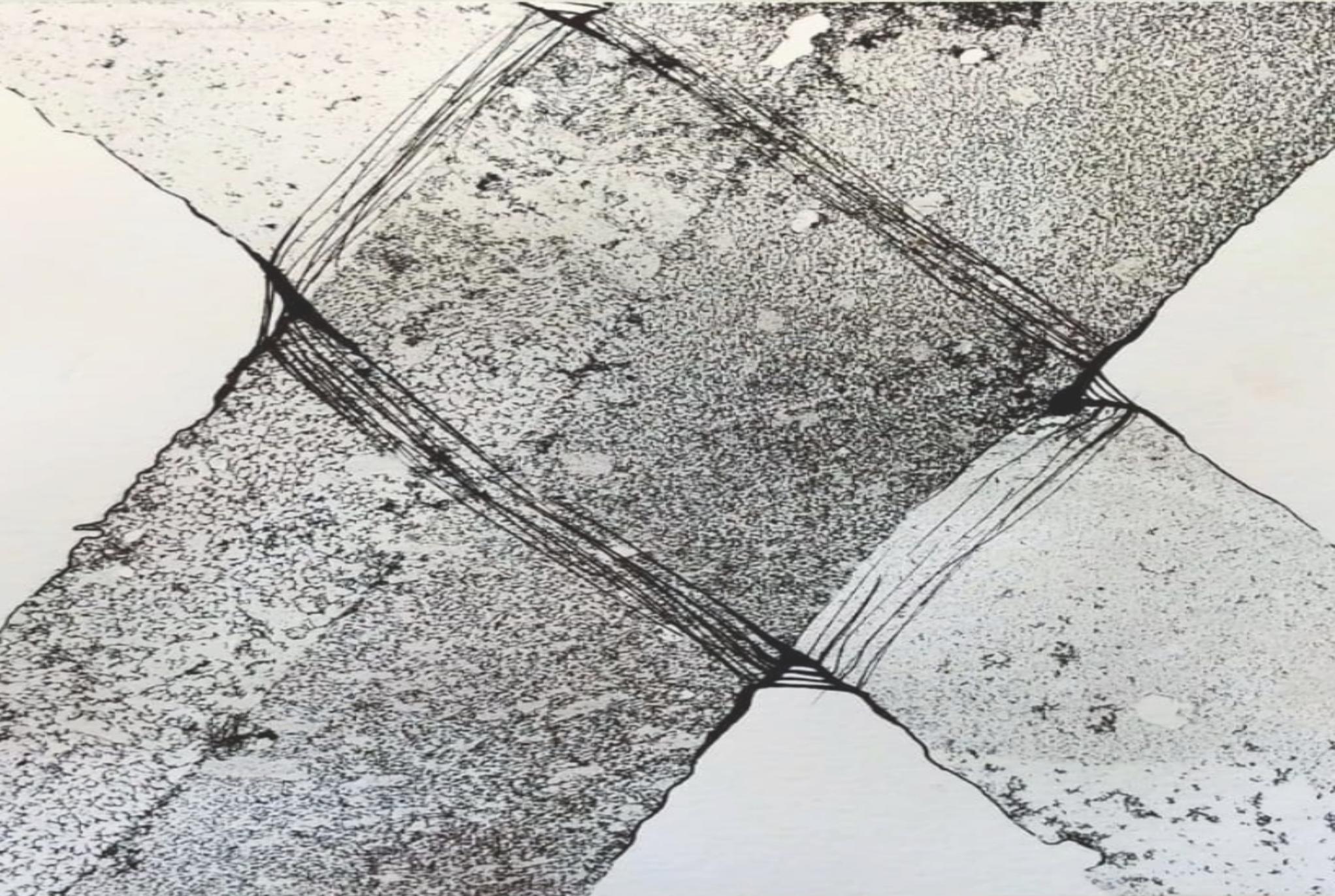
Miedo

Y si nunca se me acaban las ganas de ahogarme en
lágrimas
¿Estarás toda la vida, o te cansarás en un tiempo de este
lastre?

Si vemos que el dolor no tiene fin y mi estabilidad
emocional es nula
¿Aguantarás mis desequilibrios, o serás inteligente y te
marcharás?

Cuando descubras que nunca cesan los pensamientos
intrusivos
¿Soportarás mis emociones descontroladas, o se te pegará
mi tristeza?

No quiero contagiarte.





A mi familia por ayudar a que mejore mi estabilidad emocional.

A mi padre por animarme siempre a escribir.

A los amigos que hice en Valencia que aguantaron mis penas y dramas.

Y sobre todo a Raúl, por hacerme ver que la vida no es una escala de grises.

Al final no estaba tan rota...

ÍNDICE

Prólogo	7
Amor y otros desastres	10
Podríamos ser	11
Tus besos	12
Juguete efímero	14
Nuestros adjetivos	15
Fruto prohibido	17
De fondo	18
Sigue siendo un sueño	19
Contradicciones	20
Preguntas retóricas	24
Single player	25
Ajedrez	26
Mi corazón se desangra	28
Quebrantado	29
Desperté	30
Muerte lenta	31
Confíar	33
“No duele”	34
Enero	36
Día a día	38
¿Sigo?	39
Tercera fase	42
Nueva temporada	43
Droga	44

Nuevas costumbres	46
Vuelta a casa	47
Mi precipicio	48
Propósito	50
Llover	51
Cambios	52
Fin	53
Ya no pesa	56
Lo siento	57
3:06	58
Yo	60
Depresión	63
Autodestrucción	65
Mis monstruos	66
Insuficiencia	67
Hipocondría	69
Nada	70
Sube el volumen	71
Auxilio	72
Nuevo comienzo	74
Como una vela	75
Condicional subjuntivo	76
Incertidumbre	80
Confesiones	81
Aja	82
Capricornio	84
No lo sabes	86

Quizá encontrarte	89
R	90
Dulce sabor a melancolía	91
Eras tú	92
Miedo	93
Agradecimientos	97

ÍNDICE POEMAS VISUALES

Cruz y ralla	8
Cold fire	13
ZS	16
Oasis	21
Fake Acid	22
Banzai II	27
Aladin	32
Galactic Symphony	37
Ammo	40
Red	45
Chaos	49
Keleno	54
NO ID	59
NNO2	64
Sinergia	68
Omega	73
Baobá	78
Issues	83
Shankara	88
Symmetry	96

SAUDADE

- 1.f. Soledad, nostalgia, añoranza.
- 2.f. Sentimiento afectivo primario, próximo a la melancolía, estimulado por la distancia temporal o espacial a algo amado y que implica el deseo de resolver esa distancia. A menudo conlleva el conocimiento reprimido de saber que aquello que se extraña quizás nunca volverá.



UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA