

La isla de los sueños

Muestra poética de la esperanza del ser humano que escribe desde la cárcel

Daniel Matul Romero
(compilador)



UNA
UNIVERSIDAD
NACIONAL
COSTA RICA


euna

La isla de los sueños

Muestra poética de la esperanza del ser humano que escribe desde la cárcel

Edición aprobada por el Consejo Editorial de la Universidad Nacional

Dra. Iliana Araya Ramírez

PRESIDENTA

Dr. Marco Vinicio Méndez Coto

SECRETARIO

Consejales

Ing. Érick Álvarez Ramírez

DIRECTOR DEL PROGRAMA DE PUBLICACIONES E IMPRESIONES

Dr. Jorge Herrera Murillo

VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN

Dr. Gabriel Baltodano Román

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS

Bach. Natalie Segura Murillo

REPRESENTANTE ESTUDIANTIL

Mag. Patricia Vásquez Hernández

SECCIÓN HUETAR NORTE Y CARIBE

Daniel Matul Romero
(compilador)

La isla de los sueños

Muestra poética de la esperanza del ser humano que escribe desde la cárcel





©EUNA

Editorial Universidad Nacional

Heredia, Campus Omar Dengo, Costa Rica

Teléfono: (506) 2562-6754

Correo electrónico: euna@una.ac.cr

Apartado postal: 86-3000 (Heredia, Costa Rica)

La Editorial Universidad Nacional (EUNA) es miembro del Sistema Editorial Universitario Centroamericano (Seduca).

© Daniel Matul Romero (compilador)

© La isla de los sueños. Muestra poética de la esperanza del ser humano que escribe desde la cárcel

Primera edición 2025

Dirección editorial:

Marianela Camacho Alfaro - marianela.camacho.alfaro@una.cr

Valeria Alfaro Vargas - valeria.alfaro.vargas@una.cr

Diseño y diagramación: Ester Molina Figuls

Imagen de cubierta: "Sueños y anhelos oníricos" (2024) de

Yéssica Salazar Villalobos. Técnica: Ilustración digital, 22 x 28 cm

CR861.408

I-82-i

La isla de los sueños : muestra poética de la esperanza del ser humano que escribe desde la cárcel / Daniel Matul Romero (compilador). -- Primera edición. -- Heredia, Costa Rica : EUNA, 2025.

1 recurso en línea (307 páginas) : archivo de texto, PDF, 1.5MB

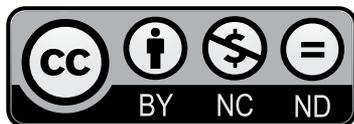
ISBN 978-9977-65-906-0

1. LITERATURA COSTARRICENSE 2. POESÍA COSTARRICENSE I. Matul Romero, Daniel

Esta publicación es objeto de una licencia Creative Commons que no autoriza el uso comercial:

Atribución-NoComercial-NoDerivadas

CC BY-NC-ND 4.0



Prólogo

La propuesta poética que usted tiene en sus manos es el resultado de un trabajo que tiene la intención de aprovechar la poesía como el medio más importante para educar de forma transformadora en varios Centros de Atención Institucional (CAI) de Costa Rica. El proyecto inició en el CAI Jorge Arturo Montero Castro y, posteriormente, la experiencia se trasladó a la Unidad de Atención Integral (UAI) Reinaldo Villalobos, cuya ubicación está en San Rafael de Alajuela, en el complejo penitenciario que alberga a más de siete centros de atención institucional.

A partir del año 2018, la propuesta de educación transformadora se constituyó en un proyecto adscrito al Instituto de Estudios Latinoamericanos (Idela) de la Universidad Nacional. El proyecto tuvo una vigencia de tres años (2018-2021), el código bajo el cual se inscribió en el Sistema de Información Académica de la Universidad Nacional es el 0277-17 y corresponde a un proyecto de investigación y acción social. La experiencia continúa actualmente con el apoyo de un grupo de escritores, escritoras y

profesionales de múltiples disciplinas que asisten regularmente a las sesiones de trabajo.

El nombre completo del proyecto es el siguiente: "UNA pedagogía para el reencuentro. Derechos humanos, educación transformadora y literatura en dos Centros de Atención Institucional" y tuvo como propósito contribuir con las propuestas de reinserción social con una pedagogía de educación transformadora por medio del arte.

El proyecto alimentó, desde un enfoque educativo transformador, la construcción de un proceso pedagógico que pudiera comprender las condiciones internas del poder en los centros penales que facilitan, o no, los procesos de reinserción en las personas privadas de libertad. De igual forma, buscó hacer un mapeo y análisis de la oferta educativa de los Centros de Atención Institucional a fin de conocer los enfoques pedagógicos que orientan los mecanismos de reinserción.

Así mismo, el proyecto llevó a cabo una experiencia educativa transformadora a través de la literatura, que involucró la relación de las personas privadas de libertad con sus familias a fin de sistematizar una experiencia que alimentó la construcción de la pedagogía. Con ello, el proyecto contribuyó con una de las prioridades de la Política Pública Penitenciaria, en particular, el eje de inclusión cultural, que establece lo siguiente:

Dentro del principio de normalidad, y amparado en las normas Nelson Mandela, se considera que este tipo de actividades incentivan el trabajo en equipo entre otros aspectos fundamentales en el desarrollo del individuo, generando grandes ventajas funcionales para el desarrollo de las personas que se encuentran en centros penitenciarios y despiertan el interés por su aprendizaje y práctica.

En ese sentido, hubo cuatro aspectos en los cuales el proyecto contribuyó, a saber:

- La integración de la mayor cantidad posible de personas privadas de libertad en las actividades socioculturales.
- Habilitar espacios físicos y mobiliario para la promoción de actividades socioculturales (danza, canto, literatura, pintura, deportes, entre otros).
- Promover el trabajo en equipo y el desarrollo de destrezas y habilidades artísticas y deportivas de cada persona privada de libertad.
- Establecer alianzas con equipos profesionales de distintas disciplinas para el desarrollo de actividades artístico-culturales en el sistema penitenciario.

Además, el Proyecto contribuyó, también, con otra de las prioridades de la Política Pública Penitenciaria, la de Salud Integral, que señala lo siguiente: “La obligación que tiene el Estado por velar el goce, la salud física, sexual, mental, emocional, entre otras”.

En este sentido, El Consejo Nacional de Rectores (Conare) declaró el 2020 como “Año de las universidades públicas por la salud mental”, pues comprende la importancia de que las universidades estatales –al ser instituciones humanistas y agentes de cambio social– planteen iniciativas que contribuyan a dar respuesta a las diferentes demandas de la salud mental.

Este esfuerzo de la Universidad Nacional en la Unidad de Atención Integral Reinaldo Villalobos, en particular, contribuyó, de igual forma, con dos lineamientos del Plan de Acción de la Política Nacional de Salud Mental. El primero de ellos tiene que ver con la educación y la necesaria inclusión en los currículos educativos del componente de salud mental. Y el segundo, está relacionado

con la necesidad de actuar en materia de hacinamiento y la implementación de acciones que promuevan una cultura de convivencia saludable.

Finalmente, este proyecto de la Universidad Nacional contribuyó también al Plan Nacional de Desarrollo e Inversión Pública (2018-2022) donde establece en el eje de Desarrollo Humano, “la necesidad de adquirir y fortalecer destrezas y hábitos positivos para las personas privadas de libertad con el fin de mejorar las perspectivas para un egreso responsable”.

Durante estos años de trabajo en cárceles se realizaron más de 300 sesiones en los centros penales que se atendieron, se han publicado veintitrés libros de poesía, se grabó un disco en donde participaron poetas (mujeres y hombres) que escriben desde la cárcel y artistas de la música costarricense en donde diecinueve poemas fueron transformados en canciones. Además, se ha grabado un documental y se han hecho, además, diversas presentaciones en la Feria Internacional del Libro de Costa Rica, en foros nacionales e internacionales y otras muchas actividades en instituciones públicas, universidades y otros espacios con el fin de compartir la experiencia. Se ha llevado la experiencia a centros penales de países como Guatemala, Panamá y Argentina.

Cada vez que el proyecto asiste a alguna lectura, actividad cultural, conferencia o foro, la gente que asiste muestra una sorpresa enorme por los resultados que se han logrado en las personas que asisten con regularidad al proyecto. Incluso, a sus familias les cuesta creer que la persona que está leyendo allí, en el podio, en la mesa, sea su padre, hermano, tío, abuelo, esposo o pareja. Hay una reacción de sorpresa y escepticismo. Hay resistencia o incredulidad al reconocer que, en medio de un lugar tan difícil, es posible encontrar comportamientos hacia el

cambio, muestras de una sensibilidad que, con escasa frecuencia, se presentan en una cárcel.

Las personas se acercan luego de las actividades que se realizan y preguntan las razones por las cuales el sistema penitenciario no destaca o no reconoce este tipo de conductas que se podrían llamar “desviadas” o “anormales” de carácter individual en la cárcel. La razón es muy sencilla, por lo general, la cárcel se comporta de la manera que todas las personas esperan. La cárcel es un conjunto complejo que reúne diariamente una multitud de sucesos probables o que siempre van a ocurrir, como la violencia, el tráfico de drogas, la deshumanización de las personas, entre otras conductas esperadas.

La cárcel se ha convertido en un lugar donde nadie espera que algo bueno se presente y en donde no se puede esperar nada bueno de las personas que allí permanecen. La cárcel es un lugar donde la esperanza no es una conducta esperada. Así, la “rehabilitación” y la “reinserción” no son sucesos que ocurren allí porque no se espera que eso suceda. La reincidencia, por el contrario, es lo que todas las personas esperan que ocurra.

En la ciencia existe una ley llamada “de los números grandes” cuyo planteamiento es el siguiente: en cualquier conjunto grande de sucesos probables las cosas siempre se reparten proporcionalmente hasta el punto en que se pueden ignorar las desviaciones y acontecimientos individuales.

Esta ley actúa para ocultar los efectos de las fluctuaciones individuales dentro del promedio final. En conjuntos que son muy grandes las desviaciones individuales tienden a invisibilizarse. Es por esa razón que las acciones pequeñas de una persona no se logran reconocer dentro del sistema penitenciario. El sistema ha cerrado sus puertas a otras vías para trabajar desde la sincronidad o la creatividad.

Muchas veces surgen interrogantes sobre cómo ocurre la práctica pedagógica (dentro del proyecto) como fuerza orientadora de cambios en el interior de una persona cuando dedica tiempo a la escritura y creación de sus textos poéticos. Esto suele pasar cuando una persona se toma en serio sus sentimientos, sus esperanzas e, incluso, sus fantasías, que construye o reconstruye cuando está creando un texto literario.

No se trata solo del acto creador, sino, además, implica fuertemente el momento en que esa persona plasma por escrito (puede ser, también, mediante una pintura, un cuento, una obra de teatro o una canción que se escribe o compone). Cuando un ser humano trabaja con paciencia y a lo largo de un tiempo prolongado en este tipo de actividades creativas, de modo paulatino, va surgiendo un material inconsciente que tiene sus raíces profundas en su interior y que se conecta y activa con eventos anteriores.

Solo a lo largo de un período prolongado es posible ver emerger el aprendizaje como una parte fundamental del proceso de escribir poesía. La valoración de los sentimientos, experiencias, vivencias u otras no surge de la noche a la mañana y, por tanto, el ser humano, valorándose y encontrando sentido a su existencia, debe recorrer un camino antes de llegar a darse cuenta del significado de sus actos por medio de la creación literaria.

El desconocimiento y la incompreensión de su existencia transitan por medio del acto poético creador hacia niveles de autoconocimiento que les permiten a los privados de libertad valorar sus acciones y valorarse en una dimensión humana que quizá pocas veces les fue posible. Para estas personas, pues, el acto creador de escribir poesía constituye una tarea hermenéutica. Cada persona va descifrando lo que escribe y con ello va interpretando sus metáforas, sus construcciones literarias. Ello ocurre

como un péndulo que se mueve entre la creación literaria de textos poéticos y la interpretación que genera el logos para saberse parte del mundo.

El acto creador poético actúa como elemento unificador, integrador de su identidad porque constituye un aprendizaje vital para la persona. Paulatinamente, los textos, las poesías, los libros van envolviendo a su creador, que también es lector y revisor, en una "reflexión pedagógica" sobre cómo ha sido su vida en la sociedad, su familia, la cárcel y muchas otras vivencias. En este caso, el lenguaje poético es el medio por el cual el hecho pedagógico ocurre y esto es posible solo si, además, las personas despliegan sus habilidades para reflexionar sobre lo que les ha sucedido.

Siempre hemos expresado, y lo seguiremos haciendo nuestro agradecimiento a la Universidad Nacional por el incondicional apoyo que ha brindado a las personas privadas de libertad que han estado asistiendo a su propia resignificación a través de la poesía. Este libro, así como los veintitrés títulos que han sido publicados, son un testimonio de que existen caminos no explorados desde el arte para el cambio de rumbo en la vida de los seres humanos.

Daniel Matul Romero
Universidad Nacional

Adelina Cascante Sandí

Amante de la naturaleza y la familia. Nació en Tabarcia de Mora, el 8 de julio de 1960 en San José, Costa Rica. Escribe desde niña y desde el 2015 participa activamente en la poesía a través del Taller Palabras Libres. Parte de su obra poética ha sido publicada en antologías poéticas como *Luna compartida* (Valicrom Limitada, 2017), *Después del invierno* (Instituto Nacional de las Mujeres y Ministerio de Justicia y Paz, 2017) y *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). Uno de sus poemas ("La espera") fue incluido en el disco *Almas en vuelo*, interpretado por el vocalista costarricense del grupo Ghandi, Luis Montalbert Smith.

Auxilio

Quizás parezca absurdo,
pero quiero manifestarlo.
Observo entre cortinas que cubren
el valle que hoy grita sin hablar.

Pocas especies
aparecen al ojo humano
que niega su crueldad.
Dormidas, esperan otro invierno,
las montañas y llanuras
para que aves y fieras
pronto a este mundo vuelvan a habitar.

El perro

Dormido, mientras contemplo
su pelo que calienta
esta soledad.

Deseo abrazar a alguien.
Pero no es posible. Esperaré.

Una hora después despierta
mi bello perrito, con su mirada
me cuenta lo que soñó.

Mis ojos gritan
como pidiendo amor,
y desean ser besados,
pero las ramas del destino
confunden mi figura
que golpeaba el corazón.

Manos pequeñas

Ásperas y cansadas
de esperar un regalo
envuelto en estrellas.

El viento arrastra
recuerdos que habitan
en hogar ajeno.
El silencio delata tantas
travesuras.

La poesía, que nunca leímos,
es como las flores secas que nunca llegaron.
Una cobija rota quiere calentar
al amante.

¿Dónde estás?
Porque nunca te vi.
Tu aroma no despertó
al deseo.

Aquí espero hasta
que la vida me rasgue la mirada.

Silueta

Por años estuve atrapada
en el dolor, el llanto y la angustia.

La impotencia era el poder
que existía en mis manos.

No podía alcanzar tu silueta imaginaria.
Deslizaba los ojos hacia cualquier punto.

Lo único que atrapaba
era el vacío que había
entre la calle y ese lugar.

Pulso

Las fuerzas llegan
en momentos difíciles
como golpeando las rocas.

Deslizo un pedazo de frío y muero.
Espinosa, no sangro los labios al pronunciar
que esta noche dura insta a tu cuerpo rasgar.
Granos de sereno cubren todo al pasar.

¿Por qué todo es como
un fuerte pulso que presiona
para que triunfe el mejor?

Viviendo

Apenas puedo ignorar los momentos,
que siembran muy dentro
como queriendo revolcar el pasado.

En realidad, la felicidad se alcanza
dejando atrás lo que ha sido causa del llanto.

Hoy cuando con tanta suerte
logro ver el amanecer y sé
que estoy viviendo otra realidad.

Espero sentada
bajo los árboles que invitan
a hacer el amor con las nubes.

Tú también puedes
seguir viviendo con amor.

Adriana Ramírez Altamirano

Es costarricense. Nació en Escazú el 23 de mayo de 1962. Desde que era niña le gustó la poesía, sin embargo, fue durante el Taller Palabras Libres que se acercó con más fuerza a la literatura. Sus textos poéticos se han publicado en las antologías *Soles para un largo invierno* (Instituto Nacional de las Mujeres y Ministerio de Justicia y Paz, 2016), *Después del invierno* (Instituto Nacional de las Mujeres y Ministerio de Justicia y Paz, 2017), *Luna compartida* (Valicrom Limitada, 2017) y *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). Ha participado en foros, seminarios y conferencias internacionales en donde ha podido compartir su experiencia literaria en relación con la libertad.

Castillo de ilusión

Miro al cielo.

Las nubes corren sin rumbo ni dirección.

Las contemplo.

Empiezo a jugar con las imágenes que se comienzan a formar.

De pronto ante mis ojos descubren un majestuoso castillo que me hace pensar en lo hermoso que sería poder habitarlo. Me imagino jardines, salas enormes donde se puede bailar, salones inmensos de comedores que con deliciosos manjares los invitados pronto podrán degustar.

Soñar no cuesta nada. Por un momento me llené de felicidad. Vuelvo a la realidad. En mis labios una sonrisa me recuerda que puedo con la imaginación jugar.

Roto corazón

Tarde de frío y viento fuerte.
Las nubes son grises.
El sol en medio de las nubes se oculta, no lo dejan asomar.

Te sirves un café. El humo envuelve tu mente.
Comienzas a pensar y muchos recuerdos llegan,
tus ojos húmedos se encuentran.

Tratas de no pensar.
Tomas un sorbo de café, lo empiezas a deleitar.
Miras al horizonte y tratas tus ideas poder organizar.
Es muy difícil, es una película que no deja de sus imágenes pasar.

Pero en esa persona, no dejas de pensar.
Te destrozó el corazón. De tus sentimientos él se burló.
Una lágrima rueda por tu mejilla. Se pierde en tu roto corazón.

Dolor de soledad

Penumbra infinita. Soledad por todo lado.
Misterio de vida cuando no estás a mi lado.

Dolor insoportable. Llanto sin descanso.
Herida abierta. Es que tanto te extraño.
Cierro los ojos, pienso que estás a mi lado.
Me siento feliz, por tiempo determinado.

Abro los ojos. Cruda realidad.
No te encuentro por ningún lado.

Incomodas en todos lados

Donde te encuentras no debes estar.

Tu presencia incomoda, con indirectas te lo hacen notar.

No eres aceptada por más que lo intentas.

Siempre quedas mal.

Definitivamente, no existe un lugar donde puedas estar.

Es mejor desaparecer y no molestar a nadie nunca más.

Tu presencia no es grata. Entiéndelo y deja de estorbar.

Reflejo solitario

Llega la noche. Miro mi reflejo en el espejo.
Cierro mis ojos pensando que al abrirlos
estarás junto a mí en el mismo aposento.

Una lágrima se desliza en mi rostro,
pues en el espejo solo mi reflejo encuentro.
Dura realidad la que vivo.
Me da tristeza saberte tan lejos.

¿Qué es el amor?

Es un acertijo. Es un laberinto.
Que, si lo logras descifrar, habrás encontrado tu amor.
Ese que por siempre te dará felicidad.
Será tu media naranja y tu amor vivirá por la eternidad.
Si esto sucede nunca más se podrán separar.
Crecerá su amor y sus sueños se harán realidad.
Unidos en un solo ser juntos vivirán.

Dudas

¿El amor existe? Desamor se aleja.

La pasión se construye. El olvido la destruye.

Las palabras de amor el viento se las lleva.

Se construyen ilusiones.

Los castillos en el aire se destruyen.

Querer a distancia, solo los valientes de verdad aman.

Las sonrisas de ilusión se destruyen con traición.

Alejandro Cabezas Vanegas

Escribe poesía desde el año 2017. Su trabajo literario ha sido publicado en la antología poética *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019), gracias a la Universidad Nacional (UNA). Ha participado en diferentes conferencias, charlas y seminarios en donde ha compartido su experiencia literaria como vivencia transformadora.

Madre, lo siento

El frío y la soledad son el manto que cubre tu ser.
El dolor contrae tu vientre.
Llegó el momento y las rodillas están laceradas de gatear.
Tan solo un abrigo tomas para iniciar tu viaje, sola.
En el crujir de tus dientes me preguntas por mi padre,
mientras deslumbran mis ojos. El llanto fue mi voz.
Con los brazos temblorosos tu cálido pecho fue mi refugio.
Con amor y rigor me corregiste.

Desnúdate

Quien desnuda su alma frente a los demás
es una persona segura.
¿Pero cómo llamar al que se oculta detrás de un antifaz?
Aceptarse como somos no es solamente de valientes,
sino una decisión propia que nos hace dar el paso al cambio.
Cambio que nos hace seguros.
Conscientes de hacia dónde vamos.

Mi vida

Si morir es vivir
no quisiera haber nacido.
Más aún cuando se le arrebatara
el desarrollo a un ser humano.
Si el ser humano no escoge a dónde ir,
dale la oportunidad de ser él mismo.
No quieras hacer de alguien
lo que no sería. Déjalo vivir sin ser contaminado.
Déjalo que se encuentre a sí mismo
junto con los que lo rodean.
De ahí en adelante solo queda lo vivido.
Por lo tanto, morir es volver a vivir.

Soledad

La noche me hace sentir la soledad,
que me lleva adonde yo deseo.
Sin consuelo en cada paso
marca un antes en cada espacio del tiempo.
Sin gloria en el presente encuentro consuelo en mis recuerdos.
Por el juramento de mi amor a ti
en el reposo mis pies cansados,
en los zapatos viejos que antes fui,
hoy soy una llave que puede abrir puertas.

Andrey Alan Soto

Nació el 10 de marzo de 1994. Su obra literaria aparece publicada en la antología *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el año 2023 publicó su ópera prima *Caja de utensilios*, en donde muestra las sensibilidades de un joven que ha logrado superar situaciones sumamente difíciles.

Tras las rejas

A los que creen en nosotros

Tras las rejas hay un camino escarpado.
Todo es espera, llamada tras llamada.

Semana tras semana actuar es fácil,
pero, pensar es de sabios
porque no hay vuelta atrás.

Pocas personas nos apoyan.
Otras creen que somos basura social.
Para el resto ni existimos,
somos el cero a la izquierda.

De una cifra infinita y perpetua,
de seres humanos que, como cualquiera,
tomamos malas decisiones, ahora,
pintamos un nuevo horizonte
con los colores de la paz y del amor.

Este amor

A Lale Obando Morales

Este amor para ti crece como
rosas en los jardines del corazón.
Así como la hiedra que trepa los muros
infectando con su pasión este amor.

Este amor que te piensa siempre,
porque eres el aire que respiro.
Sin ti soy un pulmón que es un pez fuera del agua.

Este amor por ti es como un libro sin historia.
Una historia que no fue contada
porque sin ti no hay nada.
No tengo pasado, presente
ni futuro en esta tierra.

¿Qué es el amor?

En esta antártica celda
el tiempo me habla y me pregunta:
¿Qué piensas tanto?
Yo le pregunto: ¿qué es el amor?
El amor, el amor es una lágrima
de una flor que corre descalza
colina abajo con dificultades y tropiezos,
pero logra pasar a pesar de todo obstáculo.
Su motor está en el cariño, no guardan rencor.
Es sufrido y tiene paciencia.

Eso es amor.

Las jugarretas del tiempo

Detrás de esta ventana
el tiempo camina de puntillas,
escondido detrás del manto de la luna
y los búhos recitan su plegaria.

Como un mantra que danza con él.

Aquí está, en la hacinada celda,
cripta donde los humos asustan
y los murmullos acechan,
solo los astros son testigos
de las jugarretas del tiempo.

11 p. m.

Las manecillas del reloj caminan lento,
el calendario corre despacio.

Las semanas envejecen,
andan con bastón y yo,
yo todavía en este cubo
de hielo rodeado por el desprecio.
En la soledad espero volver a ver
al sol reír y la luna llorar el rocío de la noche.

Arístides Paniagua Reyes

Es costarricense, nació el 17 de agosto de 1961. Sus poemas aparecen en la antología *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019) y en la revista chilena *Chonchón*.

No desmayes

La fe es una mirada
al observar las montañas,
al escuchar el ruido de los motores
que recorren las carreteras cercanas.

Huele a libertad, huele a calle.
Cuánto te he esperado, cuánto te ansío.
Muéstrame cuál es el camino.

La esperanza la llevo en el pecho
y la guardo en lo profundo del corazón,
donde siempre se mantendrá viva
hasta que un día se vuelva realidad.

No me rendiré, no moriré.
Seguiré adelante en busca
de esa puerta que se abrirá
y me deparará una nueva oportunidad.

11 de noviembre

Día escogido, de locura y pasión.
Los cuerpos se unieron por el sudor.
El sexo fue uno al ritmo de la canción.
Y como consecuencia, una bella mariposa
resuena en mi corazón, Ariana.

Dolor agradecido

Agradezco a esa pequeña mujer
hermosa, que estremeció su ser
y me llevó al amor y sentirme amado.
Entre su cintura y sus hermosas nalgas
destila un nuevo sabor que cambió mi corazón.

Pero vendría la cárcel y cruel destino
donde el ambiente nubla la razón.
Treinta años son muchos
y no deseo que vivas esa prisión.

Seis años después abandonamos todo.
La presión de la sociedad, el dolor,
la tristeza y la amargura me siguen llenando.
Yo te sigo amando y aunque eres libre
la solución ya no existe.

Juegos de azar

Jugadas de bola negra.
Las buchacas suenan,
los mirones apuestan.
En los torneos de póker
las cartas van y vienen,
la algarabía y las risas
resuenan en el ambiente.
Dos amigos que se divierten
y comparten sus flopeos
sin saber que, al mismo tiempo,
eran víctimas de tramas en el juego de la vida.
Dos tribunales los condenaron y lo perdieron todo.

Se encontraron de nuevo en la cárcel,
se animan y esfuerzan en un nuevo juego
cruel e inhumano, en busca de ganar su libertad.
¡Suerte, mi amigo Morris!

Mi nombre

Cuando era niño no me gustaba mi nombre.
Dicen que proviene de dioses griegos,
pero fui objeto de burlas y estupideces.
A muchas personas les cuesta pronunciarlo.
Conozco el significado de mi nombre,
que fue lanzado como una jabalina
que viene directo al corazón.
Es un reto que viene del Olimpo
para que no se levante el ego que lleva a la destrucción.
Y en esta oscura soledad,
acostado en el camarote,
viendo hacia el techo
me aferro a la esperanza
de un nuevo respirar.
En donde pueda hacerle honor
al mejor amigo, mejor hermano, mejor padre,
sincero, honesto y transparente.
Arístides es mi nombre heredado por mi padre,
al que amo y extraño con todo mi ser:
"el mejor entre todos".

Arturo Frometa Fernández

Es originario de la provincia de Oriente, Cuba, y nacionalizado costarricense desde el año de 1995. Nació el 4 de junio de 1955. Es casado, tiene dos hijos y varios nietos. Posee un técnico en Estadística. Además, es amante de la música y el dibujo. Su trabajo literario ha merecido varios premios de poesía convocados por la Asociación Gerontológica Costarricense (Ageco).

Mi condena

Qué bellas las familias y amigos
que ingresan por la puerta
los días de visitas a compartir
con gran alegría, donde está
ausente un tiempo de mi condena.

Qué bellas las familias y amigos
que ansiosos esperamos, los días de visitas.
Alegría, risas, armonía y paz se siente entre ellas
en un tiempo, donde sigue ausente
un tiempo de mi condena.

Qué bellas las familias y amigos
que nos apoyan y nos quieren, que
nos esperan, para que estemos entre ellos
algún día, donde la ausencia de un tiempo
de mi condena, será un pasado irreversible.

Qué bellas las familias y amigos
que ingresan por la puerta, los días de visitas
y que en algún momento saldremos por ella
cuando el tiempo de mi condena muera y no
volveremos a entrar por ella.

Tristeza y alegría

Qué tristeza más triste, como decía mi suegra
porque a mi lado no están los que amo,
a quienes quiero ver y me necesitan cuando yo no estoy.
Qué tristeza más triste, como decía mi suegra,
pero sé que un día esperado podré decir
en su antónimo, qué alegría más alegre.
Qué alegría más alegre cuando esté al lado
de los que amo, quiero y me necesitan.
También podré visitar en sus moradas
a los que nunca más podré ver.

Tengo y no tengo

Tengo y no tengo, lo que tengo que tener.
Tengo vida, fe y esperanza de tener lo que tengo que tener.
Tengo las rutinas que se adueñan al amanecer.
Tengo el aire que me acaricia, el sol que me calienta
y la luna que casi no puedo ver.
Tengo un amigo con quien conversar,
tengo un presente y no tengo un pasado.
Pero un futuro que tengo que tener.
Tengo lo que tengo que tener
para lograr tener, un día que debo tener
y que todos vamos a tener que es la "libertad".

Nostalgia

Al mirar por la ventana, el caer de la noche
a cambio de un atardecer que no puedo ver.
Sentado en el muelle de mi bella Puntarenas,
porque a este por ahora no puedo ver.
Qué lindas y amables son las personas
que viven en este hermoso Puerto y los turistas
que nos visitan hacen halago al lugar
comiéndose un gustoso vigorón o solamente
un copo, con las dos leches que nos deleitan.
Mis recuerdos no los puedo olvidar, las caricias
de las brisas mezcladas en el olor del mar
son algunos de aquellos que envidio porque
no puedo estar en mi bella Puntarenas.
La nostalgia se adueña de mi pensar
de no poder sentir el calor ardiente del
sol, sentado en el muelle, esperando
el atardecer, pero sé, cuando esté en
mi bella Puntarenas, que volverán a mi
alma las alegrías que borraron mis penas.

Sueño

Anoche tuve un sueño, un sueño que quisiera que se convirtiera en realidad porque en él había tanta felicidad que de mis ojos cerrados brotaron lágrimas que corrieron por mis mejillas.

Anoche tuve un sueño, que de él no quería despertar para convertirme en un pájaro, volar por el cielo, atravesando fronteras y mar para llegar donde esa mujer que tanto amo dentro de mi sueño porque la quiero de verdad.

Anoche tuve un sueño que quisiera convertirlo en realidad, en él estaba esa mujer, que es el amor más puro que podemos tener y no existe comparación.

Anoche tuve un sueño y en él ya yo me encontraba en los brazos de esa mujer que amo, con toda la fuerza de mi corazón, porque ella es mi mamá.

Pensando y actuando

Pensando estoy, dónde estoy para hacer mi vida mejor.
Actuando estoy, dónde estoy para enmendar
el pecado cometido,
por eso le pido perdón de todo corazón
a nuestro Señor, porque él es nuestro padre y nuestro Dios.
Padre, escucha nuestros lamentos,
para que llegue a nuestra vida
la conversión de nuestros pecados
mientras atravesamos todos los momentos
tan difíciles inesperados con corazones,
brindar amistad, dar la mano amiga
a los que nos rodean y con respeto y
humildad, actuar, rectificar lo que es
digno de admirar, para alcanzar una
vida limpia, llena de virtudes.
Señor todopoderoso, creador del universo,
en ti confío, dame tus consejos y enséñame
a ser te fiel, guíame, permíteme seguir tus huellas
por el camino correcto porque tú
eres nuestro salvador.
Pensando estoy dónde estoy para que mi
futuro, con actuaciones sea mejor, Padre, no
te alejes jamás, aunque seamos pecadores
para que llegue a todos nosotros la conversión
con oraciones y con arrepentimientos, rompa
en mil pedazos el molde negativo de nuestros pasados.

Brenda Rodríguez Camacho

Es una escritora de origen mexicano. Sus textos aparecen publicados en antologías poéticas como *Luna compartida* (Valicrom Limitada, 2017), *Después del invierno* (Instituto Nacional de las Mujeres y Ministerio de Justicia y Paz, 2017) y *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el año 2018, la Fundación Casa de Poesía publicó su primer libro, *Alelúes al amanecer*. Ha participado en varias oportunidades en el Festival Internacional de Poesía de Costa Rica y en la Feria Internacional del Libro de Costa Rica.

Sinsentido

“Perdón” pierde sentido:
sigo abriendo tu herida
 escapa de mis manos
que sanes

Esta prueba no es fácil
lastima más tu sufrimiento

Duele provocar
tus llagas
Ojos surcados de tristeza

Un corazón afectado por el tiempo
Los brazos expectantes del abrazo ausente

Ayunos y comidas
 forzados
Esperas
y no sucede

Manejas y no estoy a tu lado
 (cantando “navidad eterna”)
Hoy no pelea más mi lado de la cama

La mirada al “Patricio estrella”
colgado en la pared

Que sufras los objetos en cada rincón
aquella prenda con olor de distancia

Cuando encuentras conocidos
y sientes "vacío"
Cada que miras las fotos
te sofoca el nudo en la garganta

Duele no curar tu dolor:
provocarlo

"Perdón"
nunca será suficiente
MAMÁ

Milagro

Resuena en mis oídos
Sombría certeza
acontece
Deseo sentir
"el" milagro en mi vientre

Mi cuerpo
 su cúspide
fruto maduro

Pronto el otoño
secará
mis entrañas

En una burbuja
suspendida en el tiempo
veo pasar la vida
 Ajena
al mundo que pertenezco

Todo es ilusorio
mi espejo
 la imagen refleja
No es benevolente

Ojos pardos

La conocí en el encierro
de rostro opaco:
por peso del recuerdo
o miedo al olvido

Su semblante: árbol nogal tiritante
antes imponente y frondoso
hoy sombra de quimera

Cara demacrada
inexpresiva
boca luna amarga triste

Sus ojos
azabaches
impávidos
agujeros negros
fijos miran
profundos pantanosos

Solo una ojeada
y regresa a su juventud
la tez se tersa
brilla
su mirada florece

Ilumina áurea su presencia
la felicidad retorna
y es bella
 plena como ayer

Recuerdo lejano es
Cadenas resuenan
retoma su frialdad
en capullo se encierra

Se coloca
 esa máscara de tristeza
que cree
 le pertenece

Luna compartida

A mi mamá

¡Cuesta creerlo!
compartimos la Luna

Tú...

lejos
distante

En esta obscuridad
cielo pardo
sin estrellas
duele entender
no te veo

El vacío no se sacia
con la presencia de 23 más
-soledad compartida-

Me resigno y confío:
allá estarás bien

De mí
yo me encargaré
-Dios de ambas-

Mientras

 miremos esa Luna

...nos une a la distancia

 -también las lágrimas-

Cuento las llenas

Una a una

esperando

 se acorte

 la agonía

Invidentes

Ordenados en una mesa
hombres de mirada fija
con manos hábiles
escogen los colores

Olor a crayola
explosión de sensaciones
en mina y cera

Cada uno se empeña en su tarea
en la fábrica de arcoíris

Tocan apenas
la yema de sus dedos
la delicada punta de la mina...

Perciben su textura
energía
color

Los acomodan en cajas
sin que se repita un solo tono
 –mirada fija–
vuelven a pasar sus dedos
al ras de la abertura
para enseguida cerrarla
y repetir el proceso...

Su mirada sigue fija
ausente

-Epifanía-

¡Sus yemas son sus ojos!

Cucarachas y roedores
testigos mudos
No aprecian tanta delicadeza

Corona sin dueño
Viga de metal y cárcel
por trono y castillo
-tu honorable escenario-

Indefensa sublime
incorpórea
Un suspiro y desvaneces

Tu belleza
-sombra de recuerdo-

Estos versos
su eco tu soledad
permanecerán

Carlos Delgado Fernández

Es costarricense. Nació el 30 de octubre de 1955. Es artista naif autodidacta, músico y poeta. Ha ganado varios premios en certámenes de arte a escala nacional y sus poemas se han publicado en libros, revistas y programas de radio en Costa Rica, Chile y México. Su obra literaria aparece publicada en la antología *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el año 2023 publicó su ópera prima, *Abrazando tempestades*, bajo el sello Edinexo. Obtuvo el Premio Internacional del noveno concurso de cuento “Cuéntale tu cuento a La Nota Latina” (2023) de la Editorial La Nota Latina de Estados Unidos, por el cuento titulado “A pedir la Mano” y forma parte de la antología publicada bajo este sello editorial con los ganadores de ese año. También obtuvo una mención honorífica en la quinta edición del Concurso de Poesía de la Associazione Culturale Narda Martinez Pittrice en Italia, del año 2024, con la poesía titulada “Quiero escribir Paz pero no puedo”. Es artista y poeta activo de colectivos internacionales, sus obras son exhibidas y sus poemas musicalizados en sus plataformas, entre ellos el Consorcio Universal de la Ciencia y las Bellas Artes-CUCBA, desde México, y el Colectivo de Arte y Literatura Voces Unidas en Colombia.

Dormido en la arena

Niño que duermes en la arena,
no escucho el latido de tu tierno corazón.
Soy testigo del mar que traicionó tu ilusión.
Estuviste tan cerca de la libertad,
llevas a flor de piel la pena por la ingrata humanidad
que se toma a la ligera la suerte de niños como vos.
La luna reconstruye tu silueta,
por la paz tu vida se inmoló.
Duerme, niño mío, llegaste a la meta,
solo la tocaste porque tu alma voló
como libre paloma, por la ventana del adiós.

Soledad

La noche se ha bebido el último trago de luz
que entró por la ventana.

La soledad a hurtadillas acude puntual a la cita
y se sienta como siquiatra en una silla.

La soledad me acompaña a escuchar el silencio.

La ciudad con su telaraña de calles
se va quedando callada.

En ocasiones, a horcajadas en mi espalda
la soledad me cuenta historias sin palabras.

Intento esconder los recuerdos en la almohada,
algunas noches la soledad desnuda se tiende sobre mi cama,
pero siempre de puntillas se marcha con el alba.

La soledad también me da la espalda y estoy completamente solo.
Dos gotas de tu ausencia humedecen los recuerdos en la
almohada.

Jauría

Soy una tristeza que deambula en una galaxia de recuerdos.
Jauría de lobos estelares muerden las entrañas cósmicas de mi existencia.

La anulan en mi infinita espera sideral e imagino tu presencia universal
que oxigena mi errante deambular de luna en luna.

Te esperaré

Te esperaré. Convertiré todo mi amor en paciencia,
aunque pasen mil veranos y resbale el último grano
de arena, en el reloj de mi existencia, te esperaré.
Imaginando que estás ahí, dormida detrás de las colinas
hasta que se llenen de ti mis tristes pupilas.
Te esperaré todo lo que haya que esperar,
un siglo, un milenio, mil vidas más. Y en la otra vida también.
Te esperaré, no importa lo que tardes en volver.

Siembra

El campesino de mi tierra siembra la tierra y sueña.

Abre surcos y deja en ellos semillas y esperanzas,
abonados con lágrimas revueltas con anhelos
que las cobija con la tierra.

De limpio corazón, brinda amistad sincera,
sus manos toscas y fuertes de tanto cortar malezas,
siempre estarán abiertas.

En su rostro también hay surcos
arados por el tiempo, caminos que se pierden
bajo el ala del sombrero.

Mientras las nubes, traviesas, en el cielo
se mecen en los columpios del viento,
el campesino de mi tierra seca el sudor con su rojo pañuelo
sin emitir un lamento.

Campesino de pies descalzos, hombre sencillo de mirada franca.
De anchas espaldas y firmes brazos se enfrenta a la vida sonriente.
Son sus armas el pico y la pala, una oración, una sonrisa y su
machete.

César Gómez Concepción

Nació en Costa Rica el 1° de febrero de 1982. Su experiencia con la literatura la tuvo por primera vez en el año 2019 en el Laboratorio de la Creatividad. Esta es la segunda vez que publica. Sus primeros trabajos fueron publicados en la antología *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019) y reflejan la reflexión que una persona puede hacer de su pasado cuando escribe sobre una hoja en blanco.

De lejos

Soñé que caminaba por un puente.
Era un puente habitado de gritos.
Soñé que estaba en el centro del puente
y del cielo caía mucha neblina.
Durante horas me sostuve de las barandas
y el puente parecía que me observaba de lejos.

El barco

La bandera de mi barco me recuerda que soy el capitán.

La oscuridad de la noche me guía hacia los
sitios escondidos del mar.

La soledad permanece a mi lado en la travesía.

El viento sopla sobre los mástiles con fuerza,
a veces las lágrimas surgen de mi cansado rostro.

Bajo el sol incandescente yo no me siento tan fuerte.

La obligación del mar

La obligación del mar es sostenerme en este largo viaje.
A veces el mar es una casa grande y hermosa
que dan ganas de que el corazón se quede para que se recupere.
Pero, muchas veces vivimos en contra de él
y nos movemos como si fuéramos arrastrados hacia la soledad.

A duras penas

A duras penas alcanzo a las nueve y media de la mañana.
Cinco minutos y treinta segundos no me alcanzan para hablar contigo.

Tarde o temprano dejaré de llamar porque tampoco me alcanza el dinero.

Hoy compré una tarjeta y por eso te llamo. Quería saber cómo estás.

A menudo quisiera hablarte, aunque sea unas simples palabras.
Pero dependo de los días y de las circunstancias.

Nunca podré estar a solas en el teléfono. Siempre estaré acompañado.

La tristeza de las llamadas

La circunstancia de mi vida es esta:
hay llamadas tristes y otras amorosas.
Llamadas alegres y esa voz que siempre interrumpe
para recordarnos desde dónde te estoy llamando.
A lo mejor las llamadas que hago en las mañanas
me alegran el día, lo hacen diferente.
Pero a mí se me hace un vicio llamarte.
Y en cada llamada debo pelear por el espacio en el teléfono
para lograr robarte por unos minutos tu tiempo.

El metal

Soy el metal que he encontrado en mí.
Aunque por fuera parezca muy tosco
en mi interior hay belleza y algo hermoso puede crecer.
Sé que estoy sucio y lleno de barro por montones,
pero muchas veces abro y cierro mis ojos
y las lágrimas que surgen me llevan hacia el vacío
que tengo en lo profundo de mi corazón.
Soy el metal que he encontrado en mí.

Soy mi hogar

El silencio de la mañana me hace pensar en mi casa.
Recuerdo a mi madre y a mis hijos. ¿Cómo estarán?
El sonido de los portones me recuerda que debo esperar.
Es una larga espera para volver a verlos.
Suavemente transcurre la mañana.
Cerca de la ventana observo un cielo azul,
un lindo sol, pero mi mente no se detiene y pienso en mi casa.
A lo mejor estarán bien o estarán mal. No lo sé.
Es hora de acercarme al teléfono para llamarles.
Tomo el teléfono, marco y, en ese instante, soy mi hogar.

Crivian Miranda Vargas

Nació en Grecia, Alajuela, el 5 de noviembre de 1978. Desde el 2022 trabaja con mayor seriedad la construcción de sus textos poéticos. Este libro constituye su primera publicación.

Tinta y papel

Habr  soles y habrá lunas.

Habr  amores y desilusiones.

Y, ante todo,

 escucha bien!

habr  poetas también.

Ante lo efímero de la palabra,

de lo escondido del corazón

no tengas, amigo, temor,

la poesía te dará ilusión

vida

y abnegación.

Quien tiene sentimiento

tiene poesía.

Escucha en tu silencio

lo grande de la vida.

Habr  Dar os y Nerudas,

María de los  ngeles y Allendes,

taciturnos y bohemios,

tinta y papel.

Memoria

Todo tiene un porqué
o, al menos, eso dicen.
No creo que la suerte
sea lo que da oportunidad.
¡Es la vida! En eso creo.

No creo en el mañana.
Es ahora lo que existe
y en mí está,
 el bien
 y el mal
y en mí está,
 qué camino tomar.

Habrà felicidad,
 risas
 y llanto,
mas yo moldeo mi destino
con la oportunidad del presente.

Otros quedarán en los muelles
 del pasado,

anhelados los recuerdos,
las cenizas de lo que está
 prohibido,

de tardes oscuras,
 lluviosas,
 de mi juventud,
de otras vidas,

de amigos
amores
 y sueños que no volverán.

De noches en que caminé
 solo con el viento y la lluvia.

Yetty

A una amiga

Quisiera ser tu amigo
y escribirte la mejor poesía,
capturar por medio de ella
 tu sonrisa,
una mirada perdida.

Quisiera ser tu amigo,
escuchar tu voz,
regalarte partituras y
sueños de un trovador.

Quisiera ser tu amigo,
ofrecerte mi hombro
y que seques ahí tus lágrimas
para cuando el dolor llegue
y la soledad no te dañe,

y solo sé que eres
totalmente bella
y eternamente imposible.
¿Dónde encontrar ese puente
que lleve a tu orilla?

Danilo González Alfaro

Es costarricense. Nació el 12 de abril de 1956. Su trayectoria literaria es amplia, aunque empezó a escribir hace apenas siete años. Sus trabajos poéticos aparecen en las antologías *Reparar el tiempo* (Valicrom Limitada, 2017) y *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el año 2019 publicó su ópera prima, *Del amor al dolor: prisionero*, bajo el sello editorial POE, Guatemala. Ha participado en el Festival Internacional de Poesía de Costa Rica, en la Feria Internacional del Libro y en varios foros internacionales para mostrar la relación entre literatura y libertad. El poema "La carta" fue incluido en el disco musical *Almas en vuelo* e interpretado por el músico costarricense José Cañas.

Sucia verdad

Sentí, me tragó la tierra, me vomitó en otro planeta
ocupado de sobrevivientes, diversos prejuicios.

Inmóvil quedé, la mirada fija vacía mi boca seca,
como si estuviese tallado en mármol, al tiempo comprendí,
cuántas cosas dejan de existir.
Aquí su mundo se acaba desde que llegas.

A ratos los días son bestias calmadas. Me encuentro con la
tragedia
que no soñó la vida donde ya no hay prisa, solo recuerdos.
Al convivir conmigo mismo me conozco mejor desde adentro.
Seré lo que quiero ser, lo que hice ya pasó.

Desperdicio de energía, tratar, detener el tiempo.
Un rincón de vida entre sombras y esperanzas.
Son tan pocos los días memorables, mágicos.
Medito dónde lloraré mi vejez
en este falso sentimiento de seguridad.
¿Terminaré cabalgando en cada atardecer?
Una gota de sol transparente, con mi perro Pilingo.

Atrapasueños

Aprovechó que su amigo soplabla fuerte y quisiste volar.
Te lanzaste un día soleado donde lo invisible te llevaba.
Aventuras nuevas, querías respuestas.
Tantos gritos de locura, maldiciones, demencia,
sobre la pajarera de barrotes caíste, burlaste la vigilancia.
Ingresaste sin que te viéramos, no sé por dónde, espacio ni para ti.
Querías saber qué había dentro sin importar si salías dentro de
una bolsa.
Del pequeño patio te recogí, te di un lugar con mi soledad
y sueños, esperanza, angustia, dolor, mi mundo.
Te mueves si estuvieras con vida.
Sorprendida quedaste al encontrar tantos hombres juntos,
muchos parientes, trozos recubiertos de tiempo y humo, en
silencio.
Cuántos secretos en maderos, marcas de varillas y cuchillos bien
afilados.
Hoy eres mi atrapasueños.

La tierra del dolor

Busco tu voz entre la gente, el rumbo olvidado de tus pasos.

Noches eternas, amaneceres tan lejos.

Para qué me pregunto si no te tengo, si no estás.

Un infierno de amor azucarado.

Solo tu recuerdo me habla en esta cama fría.

Jardín seco, arbustos venenosos con flores cuadradas y ramas azules.

Las miradas vacías surcan el aire, alegrías, apenas y cerros domados.

Cuántos ángeles custodian en silencio. ¡Será!

Unas cuantas lágrimas prisioneras se abrían paso.

Quisiera alegrías sonrientes tan de adentro donde la nada se junta con el hombre, con la espera ciega de algo que no llega.

Cuál pudiera ser, y me estoy haciendo grande.

Hoy escribo tantas cosas que no te dije.

La distancia de nuestro amor será nuestro secreto.

Huérfano de una alegría olvidada.

La soledad no es otra cosa que otra sombra.

Mar de plata

El mar y yo sentados frente a frente, amigos, compañeros.
Donde se rompe el azul de tus alas, mis ojos dando tumbos en el oleaje.

Esa noche la luna una vez más se desnudaba en la playa,
sin prejuicios mostrando su intimidad que deja ver.

Por la mañana mis ojos se llenaban de gaviotas
y de una espuma de colores extraños, su majestuosidad, su grandeza.

La rebeldía su canto inconfundible, su calor abrasador.

Solitario me siento, aunque acompañado estoy en esta parte del planeta

de tanto verde, ríos y volcanes haciéndose bizco.

Siento frío de tantos inviernos solo.

¡Nos miramos con ojos de ausencia!

Hay palabras de deseo, no se dicen con rabia se mastican, se tragan.

Cómo separar el pecador del inocente.

Cuántas cicatrices visibles no son.

Miro al cielo en este jardín de tantas locuras en que nos convertimos.

¡Mi creador!

Quiero encontrar la ruta de la salida, que fuese pronto, como la luz desaparecer

de este lugar; juventud, te fuiste en el coqueteo del espejo.

¡Quién sabe el dolor que se siente!

Sudor del tiempo

El cielo es limpio y yo polvo de estrellas,
se hace pesado el silencio en la falsa libertad.
No es una soledad cualquiera es mi mundo donde escribo,
en la oscuridad de palabras desnudas.
Cómo añoro lo que dejé escapar.
He aprendido a amar con los ojos cerrados.
Por las madrugadas no entiendo a dónde voy.
Esta voz cada día se aleja un poco más.
El ayer se despide dando tumbos de nostalgia bajo la piel.
Quisiera desempolvar los besos, abrazos, sonrisas, en esta libertad
con rostro de horizonte a la distancia donde tantas cosas se han
perdido:
familia, amigos, amigas, este viaje aún no termina, días marchitos
como la hierba ojeruda.
Hay horas que duelen, pesan como piedras en los bolsillos.
Los años se deshacen con cada atardecer, los hombres flotan en
sueños.
No pueden comprender tantos días una espera paciente.
Muchas las noches de soledad manoteando zancudos.
Grito las horas son mentiras.

Qué tan lejos la muerte

Con quién comparto este sufrimiento cautivo en duelo, malherido.
Muero lentamente y no te olvido. La vida se me va, el amor tiene
palabras mudas.

¡Hoy lo sé! Derramo versos que logren destilar nuestro amor.

La mente me regala, no siempre, recuerdos de nuestro gran amor,
lleno de sueños, ilusiones compartidas y me hace sentir un
hormigueo

pecaminoso muy dentro de mí.

Acaricio tu sombra con sutileza, hacen arder los muros de mis
venas.

No he maldecido mi vida. ¿Cuál es la realidad aparente?

Busco y le doy paliativos a mi soledad.

Mis pensamientos se han vuelto nómadas, viven en lo profundo
del alma.

Mi ser se miró en el espejo. Aún soy yo.

Me siento a mirar el último pensamiento del sol.

Tus huellas en la arena aún están tibias. Mi alma naufraga.

Que la tierra termine los recuerdos de mi memoria.

¿Cuántos colores tiene el mar? Desde lo alto del cielo cuéntame.

Cuéntame, tengo un gran océano sin cuerpo.

Dennis Mairena Herrera

Nació en Nicaragua, pero, durante muchos años, ha estado viviendo en Costa Rica. Este libro es su primera publicación y aunque siempre tuvo una afición por la poesía, es desde el año 2018 que ha venido trabajando su poesía con mucho mayor interés.

Bella

Eres bella y apasionas mi vida. Me embriaga tu fragancia.
He cultivado por años esta pasión, mas hoy, tu aroma ya no me llega.

¿Qué ha sucedido? ¿Ya no hay cabida en ti para mí?

Mi alma se destroza. Quise ofrecerte mi corazón, pero sentí que era poco,

pensé darte lo mejor de mi alma, de mi corazón y de mi mente.

Te pensé a cada instante y mi corazón te sintió en cada latido.

Mi alma quiso ser eterna para amarte siempre.

Pero, hoy, todo es la súplica de mi corazón enamorado.

Todo se marchita y ya no podré llenarme de tu vida.

¿A otro girasol tu fragancia habrás entregado?

Es tan grande mi amor por ti que no se marchita.

No importa que ya no me ames. Deseo que seas feliz.

Aprendí a dejar libre el amor que para mí ya no es,
aunque pase la vida añorando tu fragancia y esplendor.

Luna de nieve

Luna de nieve blanca, cual espuma de la mar.

Luna de nieve que tantos secretos de amor escondes

de poetas inspirados que escribieron con pasión.

Son versos a quien se ama. Luna de nieve blanca cual espuma de la mar.

Ella también escucha mis lamentos y mis quejas de amor no correspondido.

Mi alma se opaca, luna de nieve, amiga mística y hermosa.

Escribo pensamientos con palabras duras por el amor que se fue.

En mi habitación he llorado. Luna de nieve, haz que mi corazón se llene de ternura.

Cada vez que te vea, haz que mi corazón se encienda de amor.

Haz que pueda encontrar un trozo de papel para escribir mis versos.

Papeles que estarán llenos de amor y sentimiento y de poesías llenas de misterio.

Escribo para el amor más grande que es nuestra madre.

Luna de nieve, te pido me acompañes durante mi camino para escribir versos llenos de amor, pasión y locura.

Escribo para ti

Mis noches se llenan de pasión y emoción cuando escribo para ti.
Pensando en ti puedo descubrir el infinito y ver las estrellas.
Al saber que tu brillo en una de ellas, así como tus ojos.
Tu sonrisa contagia de alegría y escribo sobre eso.
No dejaré de llevar mis versos a las puertas de tu corazón.
Escribo versos soñando en tus brazos, pensando en que estoy
junto a ti.
El amanecer junto a ti transcurriría en el tiempo infinitamente.
Escribo para ti esperando que los leas.
Con poemas llenos de amor te llamo por las noches
y en el día te paso soñando, amada mía.

Luz

Se apagó la luz de mis ojos, se apagó la luz de mi corazón.
Todo en mi vida se ha vuelto oscuro.
Mi alma busca la luz de tu amor.
Como un barco que sin timón no sabe a qué puerto llegar,
así mi vida en tinieblas sin la luz de tu amor.
¿Como podré encontrar la salida si tu faro me dejó de alumbrar?
Solo espero llegar a tu lado y el brillo de tus ojos puedan mi barca
orientar.

Tristeza

En mi gran tristeza una voz como estruendo escuché.
Me preguntó por qué mi semblante cambió en vil tristeza.
Cómo pueden suceder cosas tan contradictorias.
¿Puede acaso un hombre perder su alegría y esperanza?
No puedo permitir que esto suceda por penas y tristezas que
inunden mi ser.
Debo recordar que la vida es un camino lleno de rosas
las cuales tienen espinas y aunque me hayan pinchado debo ig-
norar el dolor.
Otras rosas han de llegar que no hieran mis manos con sus
espinas.
La tristeza olvidaré y la sonrisa a mis labios nuevamente llegará.

Eduardo Espinoza Duarte

Nació en Nicaragua y desde muy joven radica en Costa Rica. Posee una larga experiencia literaria, aunque empezó a escribir hace apenas siete años. Sus trabajos poéticos aparecen en la antología *Reparar el tiempo* (Valicrom Limitada, 2017), así como en la antología *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el año 2021 publicó su primera obra *El cielo hilvana lo que grito*. Ha participado en el Festival Internacional de Poesía de Costa Rica, en la Feria Internacional del Libro y en varios foros internacionales para mostrar la relación entre literatura y libertad. El poema "El loco" fue incluido en el disco musical *Almas en vuelo* e interpretado por el músico costarricense Miguel Solari.

Mirada

Una mirada nos transporta a donde queremos ir.
Nos desnuda y nos muestra el tiempo a donde vamos.
Hay miradas pícaras, también.
Puede ser una declaración,
una mirada que nos abre los ojos
y recorre nuestro ser y nos permite identificarnos.
A veces una mirada nos muestra lo que seremos,
nos lleva hacia el futuro y nos libera
de este pasado incierto.

El ser del poeta

Ven, acércate. Sentémonos sobre la hierba.
Hablemos de cosas amables.
Hay quienes piensan que poeta es quien escribe versos.
Pero, poeta es quien siente palpitar la vida,
quien lleva adentro fuego que deshace,
quien mira las hojas del pasado en un bosque
o un turbio charco ante la muerte.
Poeta es quien pregunta sobre el misterio de la vida,
quien hace de la luz del sol un cuarto oscuro
y ama la paz, la soledad y el silencio.
Poeta es quien sonrío ante el dolor,
es quien encuentra belleza en dolor,
quien halla la belleza en los ojos
de una mujer triste que sueña.

Recuerdo

Cómo olvidar los juegos de bolinchas.
Yo las coleccionaba por sus colores en el vidrio.
Las bolsas de mis pantalones con agujeros
las dejaron perdidas o sucias de llevarlas por la vida.
Jugué con mis hermanos y amigos.
En el patio de esta infancia sonreímos de nuevo
al recordar el sonido cuando chocan con las otras.
Cómo olvidar aquellos momentos felices de mi niñez.
Jugué como un inocente con el recuerdo de aquella época.

El amor

¿Qué haríamos por amor a nuestra familia?

Seguro haríamos todo para demostrar ese amor.

Incluso haríamos lo que Dios hizo por nosotros.

Pero, entonces, por qué no amamos a los animales.

Por qué no amamos a todas las personas por igual.

Por qué no amamos lo que hacemos o nos gusta hacer.

Por qué el amor no alcanza para defender nuestra tierra.

Por qué lanzamos tanto odio a nuestros mares.

En realidad, ¿es importante el amor?

Farit Barrientos Arias

Nació en Costa Rica el 3 de noviembre de 1978. Desde muy joven ha estado cerca de la poesía. Posee una larga experiencia literaria, pues sus trabajos poéticos aparecen en la antología *Reparar el tiempo* (Valicrom Limitada, 2017), así como en la antología *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el año 2018 publicó *Poemas en la oscuridad*. En el año 2023 publicó *El evangelio de los sueños*, bajo el sello editorial Edinexo. La antología *Crónicas microvampíricas* recogió uno de sus cuentos. Ha participado en el Festival Internacional de Poesía de Costa Rica, en la Feria Internacional del Libro, el Festival Presagio de Fuego y en varios foros internacionales para mostrar la relación entre literatura y libertad. Ha ganado varios certámenes literarios. El poema "Melodía del silencio" fue incluido en el disco musical *Almas en vuelo* e interpretado por el músico costarricense Miguel Solari.

Embriagado

Embriagado en dolor quise entender por qué
el universo conspira contra mí con una estela negra de desolación.
Dejé de lado una esperanza tartamuda que se balanceaba en tus
besos.

Un refugio en sus labios los cuales aceptaban mi locura.
Maldición, sí la quise.

Llenaba mi cabeza de sueños con ella la reina en la cima del
castillo,
pero un parpadeo dejó cenizas y miseria en mi alma.

Un rayo atravesó mi corazón cuando la conocí y cuando se fue lo
dejó calcinado y seco.

Casi moribundo y bautizado en dolor tengo mis recuerdos y una
botella de alcohol
ya que el sueño también me abandonó.

Si creyera en un dios sería en el dios de su sonrisa la cual me es
negada.

Pero sí que la quise, en serio la quise.

Hoy espero que esta segunda botella de alcohol
logre la hazaña que su predecesora falló, eliminar mis sueños,
que es lo mismo que sus recuerdos, pero borracho
y casi ahogado en ron sigo soñando y maldita sea, también
recordando.

(De) presión

¿De dónde esta tristeza del alma?

¿Esta falta de aire en mi pecho?

El mundo deja de ser azul y se transforma en un gris sin corazón.

¿De dónde salen estas ramas de árboles muertos
que aprisionan mi maltrecho espíritu sin rumbo?

Grito mi dolor a oídos de concreto que se limitan
a cortar con palabras rápidas y desinteresadas.

El filo del silencio lastima las paredes más frágiles de mis sueños
haciendo una realidad cansada en la que no puedo alejar mi pe-
sar ni dormido ni despierto.

Caminar en un disco de acetato sucio sin llegar a ninguna parte
sobre la misma vieja canción repetida más de mil veces por una
vida

que se ha vuelto una eternidad.

La muerte se oye tan dulce y tentadora a veces.

Creo que me llama para bailar una canción que nunca he
escuchado,

pero sé que será mi favorita.

Réquiem por un corazón roto

Si las lágrimas fueran palabras, hoy estaría escribiendo el libro más extenso de la historia de la humanidad.

Un corazón demacrado y triste implora por piedad, aun cuando tiene una bayoneta atravesada.

El amor no es justo y trae consigo el peso de una cruz para embalsamar ilusiones crueles que nunca pasaron de la memoria.

Traes recuerdos para intentar dormir las navajas que juegan con tus entrañas, pero solo despiertas un filo frío que hace mucho no recordabas que existía.

De los 3 corazones rotos 2 con ojos vidriosos y voz entrecortada.

Me dicen: "papá te queremos ver" y no tengo palabras para responder.

Canto por un tiempo perfecto

El color de los sueños es igual al color del universo
y solo lo poseen tus hermosos ojos.
Regálame mil páginas en blanco para escribir besos
y otras mil para escribir caricias.
Páginas que serán entregadas en tu piel.
Quiero escribir un cuento en el que los protagonistas
son la reina de la luna y el caballero del sol.
La historia que lleva tu nombre es una piedra preciosa
que no había sido encontrada pero ahora es protegida
y amada como el mar cuida sus tesoros.
Encierra mi corazón en una jaula de oro y cristal,
pero en la cerradura debes poner tu nombre.
Iría al infierno por ti y sería torturado en el cielo por ti,
pues mi único paraíso es poder estar contigo.

Pintar el universo

Si los colores del universo representan la belleza
entonces tú eres el universo.

Los ojos perfectos de una lluvia de meteoros,
los pensamientos impredecibles de un agujero negro.

Los ojos brillantes de una estrella viva y los labios perfectos
de una estrella al borde de la muerte.

Si puedes ser retratada, entonces se puede poner en un lienzo
la perfección del universo.

Franklin González Chaves

Es costarricense, nació el 2 de mayo de 1990. Inició su trabajo literario en el año 2018. Ha participado en distintas actividades como foros, conferencias o seminarios en donde ha podido compartir el poder de la poesía como fuerza para la comprensión de las diferencias entre los seres humanos.

Adicto

Un corazón trabaja sin querer.
Un alma vacía recorre el tiempo
sin importar el astro y su capa.
Un cuerpo dotado solamente
para llenar el placer de un demonio
que se absorbe en los pulmones.
Es el instrumento perfecto
reforzado de alambre negro
y ceniza convertida en lágrimas de aceite.
Dulce amargas recorre el trillo
como pirata arrastrado por el miedo,
gritando súplicas ahogadas,
aferradas a la piedra afilada
envuelta de dolor.

Salida de emergencia

De picada en el precipicio
no me estrellé a sus pies.
Aún todo en tinieblas,
pero toqué un fondo inesperado.
Escalo con dificultad muy despacio.
Pero al fin avanzo, mi otro yo
me lanzó al vacío y abandonó mi esperanza.
Se esfumó.
Escalo sin notar ni una chispa en el cielo,
pero me aferro a lo que queda.
Anhelo llegar a la salida para dar el mensaje
a los desafortunados que caen.

Abuso de poder

El poder crea celdas que ensordecen y me arrastran.
Su abuso me pone nervioso, me obliga a razonar.
Aunque me enoja, me niego a caer en su juego.
Si fallo busco otro camino y no puedo evitar la culpa,
porque mi necesidad me creó este dolor.
Ahora elijo, analizo y su tiranía la critico,
con sutileza, a puño y letra.

La paz

La paz es de todos los colores
y de todas las formas.

Se encuentra dentro en mi corazón,
aunque a veces se me esconde en el hígado.

Pero nunca está lejos, me hace creer y ver
hacia horizontes más distantes
que se adaptan a mi imaginación.

Me hace libre de ataduras
creadas por mi propia autocensura.

La paz me deja volar sobre un mundo de prejuicios
y reposar en campos de serenidad.

Soledad

La soledad ha madurado,
pero a ciencia cierta no habla de más.
Ella siempre me acompaña.
En esa vieja banca me habla al oído
cuando cierro los ojos y describe
un mundo de esperanza.
Avanzo en un instante hasta tomar la luna.
Y dejo pasar el insistente sonido
a disco rayado del dormitorio.
Soy consciente de mi propia música.
No hay lugar para enviar la vista al suelo.
Aunque a paso firme y decidido
la soledad y yo hemos madurado.

Gustavo Ordóñez Viales

Es costarricense, nació el 4 de diciembre de 1988 en la Trinidad de Heredia. Es el sétimo de ocho hermanos. Inició su trabajo literario en el año 2018 por medio del Laboratorio de la Creatividad. Este libro constituye su primera publicación.

Un abrazo a la distancia

Un fuerte abrazo te mando
donde quiera que estés.
Va envuelto en esperanza
para que refleje mis ilusiones
y estos recuerdos que se disfrazan de amistad.

Aunque no sea yo quien esté contigo,
te deseo lo mejor y que en ti vean
lo maravillosa que eres, aunque nunca llegue
a conocer tus labios, ni el roce de tu cuerpo
y mucho menos logre estar en tus defectos.
Te deseo la felicidad
que anhela todo ser humano.

Y aunque nuestros caminos se hayan alejado
como dos gotas en un inmenso mar,
hoy te mando un abrazo a la distancia.

Un sueño realizable

Nunca olvidaré la primera vez
que te vi aquella tarde.
Tus ojos me mostraron la fuerza de tu alma.

Mientras más te conocía, más me enamoraba;
aunque en el fondo de mi ser
sabía que lo nuestro era imposible.

Poco a poco esta ilusión se convirtió
en parte indispensable de mi vida.
Si no te admiraba yo no comía,
si no te soñaba, no me dormía.

Con la misma fugacidad que llegaste
te alejaste de mí, tal vez como prueba
del mismo cielo de mi amor por ti.
O, tal vez, como recordatorio
de que eras mi sueño y nada más para mí.

¿Pero no es acaso la posibilidad de realizar
un sueño lo que le da sentido a mi vida?

El recuerdo

El recuerdo de ti es todo lo que tengo.
La forma en que tus cabellos dorados
jugaban con el amanecer;
de cómo tus labios adyacentes a lo inalcanzable
dibujaban una sonrisa de incomparable belleza.

Tú estremecías el universo violentamente.
Mis sentimientos se estremecían cada vez que te miraba.
Cuánta magia hallé en la grandeza de tu ser,
cuánta hermosura derramaste aquel día
cuando acariciabas aquellas flores tan pequeñas
que, seguramente, con tu tacto les entregabas
parte de lo que eres, de tu belleza.

Hoy yacen marchitas, pero en mi corazón.
Cada mañana florece tu recuerdo.
Es todo lo que tengo y lo guardo como un tesoro.
Tal vez nunca te diste cuenta las veces, quizá un millón,
en que soñé con la suavidad de tu piel y el aroma de tu ser.

El dolor

En el pasado me era insoportable,
pero con el tiempo me he vuelto insensible a él.
¿Será que en verdad me he vuelto un monstruo?
Es lo que reclama el sonido de las voces que me siguen
en la oscuridad. ¿Qué es la locura?
Será acaso esta insensibilidad a la gente,
esta indiferencia que siempre me ha caracterizado,
esta lluvia de pensamientos violentos que me separan de los
demás.

O es más bien una puerta para salir de un mundo
al que nunca sentí que pertenecía ni por un instante.

Ni la luna, ni la noche me juzgan,
más bien siento que comprenden
a este lunático tan apartado, tan indiferente,
tan ajeno al dolor.

Yo sería

Sería silencio o sería un estruendo,
podría ser silbido o ser un grito.

Porque mis emociones son como el agua
que pueden ser un mar sereno
o pueden ser una tormenta.

Si fuera un sonido podría ser la voz de tu risa
y el murmullo de tu llanto.
En tus manos dejo lo que quieres que sea.

Hermes Amador Zúñiga

Nació el 23 de marzo de 1982 en San Vito de Coto Brus, Costa Rica. Es divorciado y es padre de Reycheil Amador Rosales y Naygell Amador Rosales. Inició su trabajo literario en el año 2022 por medio del Laboratorio de la Creatividad. Este libro constituye su primera publicación. De familia humilde y trabajadora, siendo el mayor de los hermanos, vivió los duros golpes que la vida da cuando existe la desintegración familiar. Encontró en la escritura la forma de estampar sus pensamientos y de incluir a los demás en lo que se podría decir es su forma de ver las cosas.

Al recuerdo

Guarda silencio, escucha y observa la lluvia por la ventana.
Ese es el ruido de mi corazón que hace eco.
Es la lucha de mi alma, quiero que mires a tu ser,
que mires muy en tus adentros. Sé que me encontrarás.
Estaré en los aires, estaré en tus recuerdos.
Piensa, no me alejé de este mundo, pero el mundo me dejó atrás,
olvidado en el camino de la vida, mudo en la senda del destino.
Pero, aun así te digo, que de ti nunca me olvido,
que en la oscuridad de mis días y en el despertar de mis noches,
aún incluso, en mi agonía, en mis arrepentimientos y reproches,
tus abrazos, besos y consejos me dan fuerzas para no perderme
a lo lejos.

No tengo duda alguna de que mi partida te causa dolor.
Cada día de tu vida, sé qué tienes en tu mente,
sé que en tu corazón me tienes presente.
Sé que luchas para que regrese, pero el tiempo es cruel y me
desvanece.
Cierra tus ojos, viajaré en la brisa, secaré tus lágrimas,
buscaré tu sonrisa, levantaré tu mirada del suelo,
acomodaré tu maltratado cabello y rogaré para que no
acabe el tiempo y no ser más un recuerdo.

Desde mis sombras escucho tu voz, es un sonido triste
lleno de dolor, mi agonía crece y la impotencia me desvanece.

No me olvides, soy real. A este mundo me has traído, con un sueño,
con un ideal regresaré a tu lado y no me apartaré.
Madre, recoge tus lágrimas, tu hijo pronto regresará.
Aún soy tu pequeño soldado.

Voz lejana

En el ocaso de la oscuridad de mi exilio,
me sumerjo en el silencio y la mirada consumida.
Apareciste en mi brazo con la claridad del concilio.
Me dejaste aturdido como un necio en batalla perdida.

Como un ser angelical, escucho tu voz, pero no te logro contemplar.
En la lejanía sé que existes, pero aún no logro recuperar tu paisaje.
Me pregunto si eres real y lucho por retratar tu existencia sin ironía.
Así persistes en mí; así el amor voy cultivando.

Mi furia y enojo han sido aplacados con un simple sollozo en mi oído.
Con lujuria y antojo en tus tonos dorados y cumple con el idilio del sonido.

No podría ser de este plano astral algo pasajero,
sin marcar el camino que he dejado en el simple recuerdo.
¿Cómo podría abrir mi mano y tu angelical voz dejar en el eco?
Solo quiero mirar tu cuerpo a mi lado en tiempo eterno.

Quisiera convertir ese hermoso susurro en algo tangible,
que sustente mi tacto a como sustenta mi alma.
Y convertir en el gozo absurdo de lo que es permitido,
que convierte este acto en lo que alienta mi calma.

Libertad

Como el cerebro y el corazón, unidos por la sangre.
Así caminé por la duna de los desamparados.
Es así como enhebro mi razón con los hilos del dolor que en mi corazón arden.
En esta oscuridad aprendí la diferencia entre vivir y sobrevivir.
Fue aquí donde escuché el verdadero clamor del miedo.
Aquí comprendí lo que es la frialdad para existir con indiferencia, rodeado del reproche majadero, de la culpa, señalando siempre con su dedo.
Aun siendo culpable o inocente, igual sería torturado.
Aquí la ley no existe, solo el miedo y el dolor.
Te olvidas de lo amable y lo coherente y te notas turbado.
Me he comido el perdón y solo vomitándolo escuchan mi clamor.
Y de esta forma me encuentro atado a la decisión intelectual de aquellos estudiados que administran mi libertad.
Y dentro de la norma de su actuar immaculado en su mundo actual, somos plebeyos domados y solo ellos ameritan la humanidad.
Cuando entiendan que estas cadenas no son eternas, que de mi boca escucharán las palabras programadas, y de su pluma mi libertad extienda y ya cavadas las tumbas de mis derrotas, sepultarán todas mis obras logradas.
Quieren enseñarme y explicarme lo malo de mi actuar, pero no analizan que aquí solo existen la maldad y el miedo y que debo atarme y revolcarme en lo anómalo para en mi mente hurgar.
¿Cómo canalizan a los que se resisten a su verdad o al hipócrita remedo?

¿Cómo hacerlos entender que las ideas de su mundo aquí no aplican?

Que esto es otra realidad, la del odio, miedo y desesperación.

Si ellos pudiesen ver que en lo profundo no funciona lo que predicán,

y que la muerte es una realidad. Aquí muchos la esperan por consolación.

Aun así guardo la esperanza de volver a mi libertad,
de abrazar a mi familia y a la vida darle curso.

Siempre esperando una alianza en su razón y mi verdad

y amordazar mi grito de ira con la única salida de este discurso.

Conciencia de hombre

Duro golpe para mi conciencia, al ver en lo que me he convertido.
Mi imagen en el espejo lo muestra, la sociedad me cambia.
Me he perdido, ¿dónde quedó aquel niño? ¿Su esencia está muerta?

No he nacido como me veo, pero en el taller de la sociedad me diseñaron,

con símbolos y accesorio al menudeo, no nací con esa idea,
pero su imposición y educación me transformaron.

Sentimientos atados, atrapados, encerrados,
prisioneros de la educación de un pasado,
con la armadura del rencor y con el silencio escudado,
con emociones perturbadas, revolcadas en el ardor del miedo.

Intensa fragilidad del poderoso macho
en su espectáculo de poder, que da asco a la verdad,
que lo hace fracasar en el concilio de su humanidad
y se quiebra cuando su alma compara en igualdad.

Caballero en tu momento, conquista latente,
y solo el tiempo habla de tu intención.

Lo que tejes en tu mente con falsa ilusión
de un ser superior, machista inconsciente.

¿Cómo aprendí a ser hombre?

De esos que el dolor esconde, de los que tapan las emociones;
de los que en silencio sus problemas carga,
con sentimiento en armadura, sin esperanza.

Con lágrimas latentes, reprimidas,
con este basurero emocional siempre presente,
no son mis emociones, son mis heridas aprendidas.

No soy hombre porque me diseñaron,
soy hombre porque nací como un ser humano.

Cerbero el dolor

Entrometido dolor en la vida del errante ser.
¿Quién te ha permitido crear ese fatídico destino?
El hombre ha sufrido en su ignorancia,
y golpe a golpe ha crecido, porque así ha sido su infancia.

Aunque de cemento sea su prisión, no es esa la causa
del dolor, si no la oscura reja que lleva dentro.
Ese grito en silencio, una llaga que clama alivio,
un recuerdo de un pasado que lo lastima.

¡Qué dolor! ¿Quién te dio el poder de lastimar a este ser?
¿Quién te dijo que podías gobernar la paz?
¡Sí, fui yo!, con mis actos y conducta tenaz.
Fui yo, cuando creí en mi propia verdad.
¿Cuándo le di permiso de tomar todo cuanto quiso?

Oh dolor, oh sufrimiento, me has orillado por momentos.
A oscuros pensamientos Morfeo me ha invitado
sin un retorno, sin un regreso, a un escape cobarde si bien lo
pienso.

Dolor, sufrimiento, decadencia, son tus tres cabezas
encadenadas a mi celda. Cerbero vigila con ojos de demencia.
Procura que la privación de mis días sea dura y cansada,
que yo tenga miedo, que esté atrapado y que solo así algún día
mi pecado esté pagado.
Sé que te alimentas de mi tristeza, de mi abandono,
de mis pocas fuerzas, de mis recuerdos.

Aun así, dolor, te digo que por más que disfrutes
de este castigo, mi espíritu jamás será vencido,
saldré adelante, venceré mi pasado, te dejaré a ti errante
y diré que al dolor he derrotado.

Jonathan Gómez Umaña

Es costarricense. Nació el 24 de enero de 1984. Su experiencia con la literatura la tuvo por primera vez en el año 2019 en el Laboratorio de la Creatividad. Esta es la primera vez que publica. Sus textos reflejan una sensibilidad especial por los recuerdos de su infancia.

El lago

Soñé con un lago y en cada paso que daba
iba flotando a mi lado la libertad.

Soñé con un lago precioso,
sin números, sin ángeles que me rodeaban.
Al salir del lago yo era brillante.

El mar

El mar acariciaba la ciudad,
la tocaba con las ramas de sus manos.
El reflejo del mar parecía un vestido en llamas.
Las llamas salían hacia la puerta de mi libertad.

Llovizna

La llovizna acaricia mi muerte,
siembra cactus que me abrazan.
La ceniza alimenta mi alma
y el fuego está en mis manos.
El cielo en mis ojos refleja el camino.
¿Qué es luz? ¿Qué es luna?

Instrucciones para no olvidar

Uno de los secretos para no olvidar está en el corazón
donde conservamos los álbumes de fotos.

También está el teléfono, en especial, cuando al otro lado,
alguien responde una llamada te pone en otro lugar.

Te devuelve a la vida y dejamos de estar a la intemperie.

La memoria guarda recuerdos de la infancia,
una cancha de fútbol, el uniforme de la escuela
y un niño que podría ser yo.

No dejaré ir a la esperanza.

Mientras un recuerdo esté con vida
se seguirán abriendo las puertas.

La ventana

Para Adriana Chavarría

Mi corazón es una ventana.
Cuando se abre pasan los sueños y el viento.
Algunas nubes pasan y dicen adiós.
Pero construir un adiós y construir un tema no es lo mismo.
¿Qué somos nosotros, un ayer, un ahora o un después?
Lo que espero de todo esto, es volver a caminar a tu lado.

José Chavarría Morales

Nació en Costa Rica el 11 de marzo de 1990. Sus primeros trabajos poéticos aparecen en la antología *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el año 2021 publicó su ópera prima, *Detrás de esta ventana*, bajo el sello editorial Fruit Salad Shaker. Ha participado en varios foros internacionales para mostrar la relación entre literatura y libertad.

Dejar atrás

Quiero estar ausente de sentimientos sin fuente de lágrimas.
Quiero dejar atrás emociones enclaustradas.
Aunque el rostro refleje al sol, se tiñe de sombra, de esperanza.
Este místico pantano que es mi alma ahoga mi mente.
Un respiro, un momento ante la indiferencia de mí mismo.
Cada herida mortal desgarrar mi alma en este lugar.
Suplico al tiempo para no ahogarme en el destino.
Bajo cada manto de azul oscuro, veo la esperanza de que algún
día esto termine
y cada lágrima de sangre y tontos sufrimientos lleguen a su fin.

Compañero para la soledad

No tengas temor,

el frío de mi soledad te pide
que tomes decisiones, llenando tu
jardín de bellas esperanzas y amor.

No tengas temor,

quiero encontrar en tu piel, tu aroma,
darte sentimientos que crees perdidos.

No tengas temor,

y quita la venda, deja a tu
corazón florecer y regálale la
oportunidad de ser feliz.

Otógale al tiempo un compañero para
tu soledad,

al igual que lo quiero ser,
en el día de hoy, no seamos duros.
Piénsalo.

Fuerza infinita

Angustiada se encuentra mi alma
sin poder borrar la tristeza de mis ojos.

Lloro en silencio

sin poder consolar mi conciencia.

Día a día me tortura.

En cada recuerdo mi vida se desvanece

en el desconsuelo infinito.

Cada barrote me susurra que ya no soy el mismo.

Y no quiero ahogarme en esta tristeza,

sin fuerzas sigo adelante, aunque mi jardín esté muerto

y mi mundo se quiera detener.

No dejaré que este infierno me
condene a su vida de soledad.

Mi vida tiene que seguir.

A prueba de derrota

Cierro mis ojos, me encuentro en familia,
abrazo el aire para con fuerza darle un beso
a mi corazón que suspira con lágrimas de
alegrías.

Cierro nuevamente mis ojos,
me escondo en cada sombra de este
compromiso.

Me esfuerzo, trabajo en equipo,
en cada montaña por una felicidad compartida,
paso a paso las playas de mi corazón
hacen campeón a la visión de esta nueva vida.

Con una visa a prueba de derrota
estoy seguro de que pronto tendré
una larga conversación con eso que llaman libertad.

José Quirós Navarro

Nació en Costa Rica el 23 de octubre de 1954. Posee una larga experiencia literaria, aunque empezó a escribir hace apenas siete años. Sus trabajos poéticos aparecen en la antología *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el año 2021 publicó *Las tristes ventanas del humo*. Ha participado en el Festival Internacional de Poesía de Costa Rica, en la Feria Internacional del Libro y en varios foros internacionales para mostrar la relación entre literatura y libertad.

Apaga sueños

Así es, a veces, la vida.
Lo que se tiene se cuida.
No sabes lo que tienes
hasta que lo pierdes.
Cada vez que abro mis ojos para verte
siento que se me cierra el corazón
porque ya no puedo verte.

No dejo de pensar

Soy un diamante que brilla.
No he dejado de pensar
que la vida es bella, virtuosa.

La vida es frágil como el vidrio,
cuídala mientras vivas.
Solo hoy tengo la dicha y la esperanza.

Detonaciones

No detones esa arma en mí.
No manches tus manos.
No derrames mi sangre,
porque también es la tuya.

La libertad

Indiferente es mi voz sobre el camino.
Entono una canción de libertad,
que va en busca de un mundo de poesía
para dar a conocer sobre la vida.

En mi mente lo que tengo es positivo.
Llevo en las palabras el poder.
La poesía no me hace indiferente,
sino que me identifica a través del mundo.

José Francisco Gamboa Salas

Nació en Nicaragua y desde hace muchos años radica en Costa Rica. Posee una larga experiencia literaria. Sus trabajos poéticos aparecen en la antología *Reparar el tiempo* (Valicrom Limitada, 2017), así como en la antología *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el año 2019 publicó *El amor es un minuto*. En el año 2023 se publicó su segundo libro, intitulado *El largo sendero*, bajo el sello editorial Edinexo. Ha participado en el Festival Internacional de Poesía de Costa Rica, en la Feria Internacional del Libro y en varios foros internacionales para mostrar la relación entre literatura y libertad. El poema "El amor" fue incluido en el disco musical *Almas en vuelo* e interpretado por el músico costarricense Alan Guzmán.

El tiempo no

La libertad no es más que la profecía
de un árbol que crece entre heridas y fermentos de esperanza.

Aparece en sueños fugitivos que se escapan en silencio
por los bosques colgantes de añoranzas
y creencias perdidas entre recuerdos delirantes.

La libertad es el retoño que se desvanece
en las alas doradas de espejos grises
y gritos en el tiempo de cristales perturbados.
La libertad es como un reto apasionado
entre sueños poéticos que incitan
a balbucear mis dormidos sentimientos.

La libertad es la voz que me guía
entre estos muros grises en donde creo
que Dios me perdona, pero el tiempo no.

Un mundo mejor

Tal vez el mundo sería mejor
si la polilla no carcomiera sus entrañas,
si los buitres no sacaran sus vísceras
y las tiraran al abismo oscuro
de donde no se sale victorioso.
Tal vez el mundo sería mejor
sin heridas que lo etiqueten
o lo sumerjan en recipientes de acero amargo.

Quizás nuestro mundo sería mejor
si sembráramos jardines con colores de sueños
y esperanza en vez de plantar la envidia
que destruye hasta los tuétanos
y nos disuelve en el tiempo.
Tal vez si no forjáramos la guerra
y no nos disputáramos las riquezas,
tal vez podríamos tener un mundo mejor
en donde no exista el hambre ni la miseria.

Heridas en la muerte

Quizás mañana las heridas se cierren
y al atardecer se olviden los rencores.
Tal vez el tiempo extienda su mirada
lentamente sobre cada recuerdo
que juega en el horizonte
con los gritos de la bruma.
Puede ser que estos latidos me guíen
entre estos muros que cortan
en pedazos el silencio
y sane las heridas que aprisionan
esta mente amarga.
Tal vez a todo esto le surjan alas
o se vuelvan golondrinas en los tejados
y lluevan pétalos desde estas tristes telarañas.
Puede ser que hoy amanezca temprano
o que este encierro me balbucee canciones dulces
debajo de las camas o entre gritos
que se desvanecen en los años perdidos.

La vida se acorta

El tiempo sigue sin rumbo.
las tinieblas y sus latidos
se sumergen entre laberintos nocturnos
como queriendo alcanzar
las pisadas de mi corazón.

Así, la vida se acorta al escuchar
la voz de la oscuridad y triste
aprisiona la mirada del placer
que se duerme en el desván del atardecer.

La bruma se llena de silencio
y entre gritos, despavorido,
el manto cae rendido al pie
de este amargo acantilado.

Los pasos son cada vez más
lentos como los latidos del viento
que triste llora sin cesar
entre los muros del aire final.

Salud mental

Hay momentos en que me pregunto, en silencio,
¿será que la mente sana se disloca
con los pensamientos en la oscuridad?

¿O acaso la niebla me puede guiar
en los senderos de esquizofrenia voraz
que me sumerge en un vendaval de locuras poéticas?

¿Será que estar enfermo y delirando con el silencio
es el resultado de olvidar la esperanza
y amar los besos del viento
que a ratos me susurran al oído?

Quizás hoy me encuentro enfermo
porque hablo con el silencio
y escribo en las hojas de la oscuridad
el llanto de la esperanza que suplica
un pedazo de papel y tinta del corazón
para compartir mi locura con todos.

José Mora Ocampo (J. J. Morris)

Es costarricense y nació el 21 de enero de 1972. Su trabajo literario tiene un amplio recorrido, aunque empezó a escribir desde el año 2016. Sus primeros trabajos poéticos aparecen en la antología *Reparar el tiempo* (Valicrom Limitada, 2017). En el año 2019 publicó *Demens Stultus* bajo el sello editorial POE, Guatemala. En el año 2021 se publicó su segundo libro, intitulado *Direcciones opuestas*, bajo el sello editorial Fruit Salad Shaker. Ha participado en el Festival Internacional de Poesía de Costa Rica, en la Feria Internacional del Libro y en varios foros internacionales para mostrar la relación entre literatura y libertad. El poema “Intramurado” fue incluido en el disco musical *Almas en vuelo* e interpretado por el músico costarricense Esteban Monge.

Mordazas

Hoy me desperté en una jaula hecha de mordazas
que te aprietan los dientes y un extraño corta
mis alas con el filo de la indiferencia
de forma exacta y metódica.
Cada vez que el éxito aparece
vestido de párrafos y letras
un plumaje de papel
que se revienta en cada renglón.

Sombras

A mi hija Bianca

Extraviado en las sombras de un pasado,
la voz de tu sangre señala el camino
con un grito de ausencia y un anhelo de
abrazos muestra la ruta hacia tu sonrisa.

El amor

El amor es un guerrero con la armadura
perforada por el filo de un abrazo.

El amor es un arquitecto que construye
torres con los fragmentos que demolieron
tus manos.

Máscaras

Fabricamos máscaras con papeles protagónicos
de artistas, curas benefactores que se esconden tras la lascivia.
Ensamblados con la goma de la retórica, de los
políticos corruptos, a quienes el papel presidente
les construyó un rostro y envuelve a todo un pueblo.

A orillas del Guairé

Al pueblo venezolano

A orillas del Guairé calmo la sed en las aguas
de un pueblo con sabor a sangre y desperdicio
que se atasca en la garganta y estrangula la voz.
Un llanto de niño ensordecido por el excremento de sus políticos
como un grito encarcelado entre los dientes
es la esperanza cuando se cobija con el manto de los cárteles.

Jorge Salas Bonilla

Nació en San José el 29 de setiembre de 1976. Es licenciado en Administración con Énfasis en Dirección de Empresas (UNED). Fue miembro del taller de poesía Cosecha al Otro Lado del Sol, auspiciado por la Fundación Casa de Poesía. Ha participado en varias ediciones del Festival Internacional de Poesía de Costa Rica. Ha publicado dos libros, *Memorias de un artífice* (2014) y *Frente a las olas* (2018). Su trabajo poético aparece en la antología *Reparar el tiempo* (Valicrom Limitada, 2017). El poema "Equinoccio" fue incluido en el disco musical *Almas en vuelo* e interpretado por el músico costarricense Bernal Villegas.

Voy a engañarme

No te necesito
ni hará falta aquel cuerpo
donde navegué
lejos de las costas de desidia.

Mejores rostros
encuentro en cada esquina de la vida
y se dejan ver gratis.

Ahora no tengo
tus extrañas tardes de problemas
resueltas con dinero,
me limito a pocos excesos cada fin de semana,
pensar que una bella sonrisa
ocupa el mejor lugar de mi habitación.

Voy a engañarme
aunque se diluya
en el abismo más allá de los Sargazos.

Visiones

Me pregunto si quererte fue sentir o capricho,
si las lunas se cruzan con el mismo sol
o son estrellas
y se esconden para no decir nada.

Si dormir con ojos abiertos
es vivir la pesadilla constante de estar vivo,
también tiene que ver con visiones
que se derriten a cuentagotas
para no embriagarse de felicidad.

Tesoros

Gelman tomó una hoja con vacas y burros,
yo agarré el lienzo
y aquella xilografía
para hablarte del maravilloso pájaro morado
de mi infancia,
el de palabras convertidas en mantra
hechas río
para lavar lágrimas sobre el ataúd.

Las calas,
naturaleza muerta,
escondidas con aquellos tesoros
guardados para el milenio siguiente.

Espero encontrar
una pluma que me recuerde
cómo labrar tu voz.

Noches

La lluviecita majadera
deja entrever al sol,
el verde esplendoroso sacude la tierra
hasta que el vaho logra encalar la tarde sin fin.

Tardes llenas de bochorno,
noches iguales.

Esta lluvia mal lograda
se parece a mis noches llenas de pereza
sin concretarse el arrullo del chapoteo incesante.

Y yo
ando de borde a borde
en la humedad de mi cama
sin encontrarte aún.

Juan José Alfaro Hidalgo

Es costarricense, nació y creció en la ciudad de Grecia, el 31 de marzo de 1957. Es el tercero de ocho hermanos. Inició sus estudios en la escuela Jacinto Paniagua en San Roque. Posteriormente, se trasladó a vivir a Estados Unidos en donde cursó la secundaria en la Universidad de California (UCLA). Sus estudios profesionales los llevó a cabo en la Universidad Autónoma de México, D. F. Algunos de sus artículos han aparecido en distintos diarios de circulación nacional. Este libro constituye la primera publicación de sus poemas.

La familia

Que ninguna familia comience en
cualquier de repente.

Que ninguna familia
se acabe por falta de amor.

La pareja
sea uno en el otro de cuerpo y
de mente, y que nada en el mundo
separe un hogar soñador.

Que ninguna
familia se albergue debajo del puente;
y que nadie interfiera en la vida y
en la paz de los dos.

Y que nadie
les haga vivir sin ningún horizonte,
y que puedan vivir sin temer lo
que venga después.

La familia comience
sabiendo por qué a dónde va, que marido
y mujer tengan la fuerza de amar
sin medida.

Y que nadie se vaya
a dormir sin buscar el perdón
y que en el firmamento la estrella
de más brillo sea la esperanza
de paz y de amor.

Deseo de paz

Paz al que esparce sonrisas, en
la aflicción y las penas, paz al
que anima al hermano, cuando le
faltan las fuerzas.

Paz al que clama
justicia ante los gobernantes, paz
al que ayuda sin exigir nada a
cambio.

Paz al que siempre defiende
al inocente que calla.

Paz al que en
el desempeño, siembra ilusión y
esperanza, al que lucha por todos,
y sufre en silencio y siempre
camina hacia delante buscando la
meta que soñó.

El deseo de ser libre

¡Libertad! estoy pidiendo
¡Libertad! es mi clamor,
 grito a todos que
me dejen, ronco llanto de dolor.
Pero siento que hay cadenas, dentro
de mi corazón, alejándome del cielo, las que
he forjado yo.
 Ya no miro las estrellas,
busco en mí la inmensidad.
 He querido
ser más libre siendo yo mi libertad.
Mil angustias me encadenas, y un
vacío de orfandad.
 Como un niño que al
Perderse llora su soledad.

Penas de un pueblo que sufre

Dolor de hombres que sufren
enfermos;

 el hambre de gentes que
no tienen pan.

 Silencios de aquellos
que callan por miedo.

 Pena del
triste que está en soledad, el
drama del hombre que fue marginado,
tragedia de niños que ignoran
reír.

La buena comedia de huecas
promesas.

Y la farsa de muertos
que deben vivir.

Dolor de los
hombres sin tregua oprimidos.

Cansancio de brazos en lucha
sin fin.

Cerebros lavados a base de eslogan.

Del rictus amargo del pobre infeliz, el llanto de aquellos
que suman fracasos;

 la cruz del soldado
que mata el amor. Pobreza de muchos
sin libro en las manos.
Derechos del hombre truncados en flor.

Es la hora

Es la hora en que mi pueblo sufre,
las sirenas de alarma han sonado,
y mi pueblo se queda dormido;
y mi hermano llora, y mi hermano muere
y el clamor de su voz no nos
duele; y mi hermano muere.

Es la hora del hambre y la muerte,
es la hora del odio y la guerra, es
la hora cuando sufre mi pueblo, cuando
crece el dolor y el engaño,
"cuando falta el amor".

Katherine Sánchez Arroyo

Nació en San José, Costa Rica, el 13 de junio de 1985. Piensa que lo más importante es germinar, aunque no haya tierra ni esperanza. Así es Katherine, respira ilusiones, besa fantasías, abraza sueños, duerme entre realidades que la llevan a su libertad que no conoce fronteras. La autora dice: “Estoy embargada dentro de mi ser de incontables pasiones que salen de mí cuando pienso, creo, siento y hasta cuando despierto; para abrirme paso como mujer, madre, hija, esposa, amiga y, de vez en cuando, aflora la poetisa que se adueña de este cuerpo porque necesita plasmar entre letras que la alegría necesita llorar y recordar quién es, para valorar la tristeza que nos sucede al vivir y la cobardía de cuantas veces huimos de donde volveremos a sentir. Mortal desde 1985 y de pie hasta el día de hoy en este trozo de papel!”. Participó desde el 2015 en el Taller Palabras Libres. Parte de su obra poética ha sido publicada en antologías poéticas como *Luna compartida* (Valicrom Limitada, 2017), *Después del invierno* (Instituto Nacional de las Mujeres y Ministerio de Justicia y Paz, 2017) y *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). Uno de sus poemas (“El acuerdo”) fue incluido en el disco *Almas en vuelo*, interpretado por el cantautor costarricense Humberto Vargas.

Hechizo de amor

Que tus ojos y los míos no vean más que nuestras pupilas
perpetuas.

Que mis manos y las tuyas solo construyan sueños.

Que tu latir y mi latir se unan aunque no estemos en el mismo
corazón.

Que mis brazos y los tuyos sean para darnos fuerzas.

Que tu montaña y la mía sean nuestro paraíso.

Que mis pasos y tus pasos nos lleven a la felicidad.

Que tu pecho y mi pecho sean refugio de fortaleza.

Que mi espalda y tu espalda sean para levantar nuestras flaquezas.

Que nuestras vidas juntas sean este hechizo de amor.

Y que si el hechizo falla, tú y yo seamos infinitos por siempre des-
de la cercanía o la lejanía.

Nankurunaisa

Como el viento que acaricia nuestros sueños,
como cada tarde espera la noche,
como los días se desprenden del calendario,
como las horas se olvidan del reloj,
como quienes fuimos o quienes somos,
así es el rostro inesperado de cada ser.

Vacío del pasado, lleno del presente y con las manos abiertas al futuro.

Así es cada vivencia, cada vez, cada abrazo, cada despedida.

Maravilloso, silencioso e irrepetible es...el tiempo.

Tiempo que vive.

Tiempo que calla.

Tiempo que ama.

Tiempo que muere.

Tiempo que solo hoy escribe estas líneas.

Tiempo que te dice: Nankurunaisa.

Maquillando mi sonrisa

Recordé que tenía alas y volví a volar

Este es el vuelo más maravilloso de mi cielo, aunque no compartamos la misma luna. Rasgando mis sentimientos de hiel a miel helada, te olvido cada noche y te amo cada día. Volví a tener magia para seguir imaginando tus ojos y me volví inmortal pensándote. La calle sin salida del edificio obsoleto de la muralla gris, de espectros cuadrados en el piso, puertas que tenían números del 1 al 7, esa calle desde hace tiempo no iba a estar más en nosotras, pero ahí dejamos todo en una taza de café contemplando las paredes y el cielo. Aquel espacio que destrozaba árboles por montones con letras impresas fue nuestro cielo y nuestro descanso. Tiempo después la vida nos une de nuevo para no muy lejano decirme que te adelantaste, que te vas en el tren de aquella vida después de la vida que nadie conoce.

En ese tren te llevas mis secretos, mis risas y mis enojos, mientras yo me quedo con mi memoria de 1000 GB comprimidos de sentimientos, de recuerdos, de miles de fotos y canciones. Con tus pinceles pintaré la playa a la que no pudimos ir y con mis labios tomaré ya sola el café que nos prometimos, pero que el mesero no supo llegar a dejar a nuestra mesa. A mi alma le queda dibujada aquella que estuvo entre mis mejores recuerdos de mi tempestad. Te arrumbo en mi vida con miles y unas cuantas más historias, maquillando en mí la sonrisa que a veces no podía maquillar.

Volviendo a caminar

Volviendo a caminar
a veces tropiezo
y no sé si aprender a gatear.
Golpes van y vienen,
unos dejan marca y otros recuerdos.
Regreso por el camino que sé,
desviarlo y la memoria no me deja.
No volví a ser infante y estoy saliendo del vientre negro de la tierra.
La luz es lo que encuentro cuando estoy en soledad.
No me ayudes a nacer, ayúdame a morir en este nuevo aire que
me cuesta respirar.

Cielo e infierno

Eres mi templo de hoy.

Llevo una falta de moral a mi alma por sentirte y otra por no tenerte.

Eres una forma maravillosa de sentir bendición y pecado.

No entiendo nada, porque sin tener tu boca te beso y peco a la vez.

Tú y yo desde mis adentros somos fuego

y en mis afueras eres nada más que una ilusión.

Ya sabía que desde sentir tus palabras me quemaría

y ante tus posibles caricias textuales del día a día.

Te pido desde mi templo que nos unamos y desde el cielo nos miremos.

De pronto todo cambia.

Hoy escribo y no es por ti

Esta vez no.

Esta vez no te pido que...

Esta vez te exijo que me mientas durante mi noche oscura.

Abrázame para contarte mi historia.

Bésame, pero no me culpes con tus labios por no haber estado.

Lloremos los recuerdos que no tenemos

y vivamos lo que tal vez el 30 de febrero pueda suceder.

Invéntame el mundo que quiero, pero no desaparezcas de él.

Hoy me quedo en tu memoria y en tu piel

para ser un pretexto para vernos otra vez.

Y aunque no escribí por ti recordé que nunca te dejaré de amar.

Kevin Chinchilla Aguilar

Es costarricense, nació el 31 de enero de 1990. Sus textos poéticos han tenido gran difusión, aunque empezó a escribir desde el año 2018. Sus primeros trabajos poéticos aparecen en la antología *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el año 2019 publicó su ópera prima *Arte que tomó los muros* bajo el sello editorial POE, Guatemala. La revista chilena *Chonchón* publicó en el año 2020 sus poemas. Ha participado en el Festival Internacional de Poesía de Costa Rica, en la Feria Internacional del Libro, en el Festival Presagio de Fuego y en varios foros internacionales para mostrar la relación entre literatura y libertad.

Afro

Bailan mis versos al ritmo del calipso.
El bajo y la conga, las maracas se mezclan con mis letras.
Hoy siento ese ritmo arcaico que proviene de las entrañas de mis antepasados.
Ellos bailan y cantan con euforia;
los niños juegan a pies descalzos.
Las abuelas preparan sus mágicos platillos.
Desde aquí puedo sentir el aroma a coco y chile panameño
que nos dejan sus deleites caribeños.
Orgullosamente afrodescendientes,
orgullosamente negros.

Me miras

Me miras por la rendija de una sonrisa.
El brillo de tus ojos abraza mis ganas de amar.
Me refugio en tus brazos para calmar mis miedos.
Loco, áspero y adverso a lo que un día soñaste,
completamente abstraído de lo normal.
Y aun así me sigues mirando con esa sonrisa
que solo refleja un corazón puro,
lleno de ternura y bondad.

Grito al mundo

Dedicatoria especial, P. CH. F.

Posa sus pies en un suelo árido donde el polvo maquilla su rostro.
Un pensamiento efímero transcurre por su mente,
derrama lágrimas que caen, una a una, sobre sus pies descalzos.
Extenuada de tanto gritar en silencio,
desde aquel día que perdió su vida y su familia.
Pocos la ven, pero muchos la escuchan.
El cielo está anubarrado y lleno de añoranzas.
Ella continúa su camino, cabizbaja, y con su cuerpo amorfo,
mientras le grita al mundo que le devuelva a sus hijos.

Se llama “el día a día”

Miro al frente anhelando abrazar un sueño
que se posa en la cumbre de aquella montaña.
Miro al lado sorprendido por el simple saludo
de una cálida taza de café que me busca todas las mañanas.
Por las noches me acobijo en el silencio para que me narre
las historias de un ser que día a día intenta restaurar las cicatrices
de su alma.

Memoria

Tomé un lápiz y un cuaderno viejo
que había dejado hace mucho tiempo en el olvido.
Me quedé horas y horas observando esa mancha oscura en medio de la nada.
Casi a punto de cerrar el cuaderno recordé que soy un poeta;
aquel que plasma ideas en una hoja inerte para crear párrafos de vida.
El mismo que convierte un pensamiento en un tatuaje para toda una vida.

La poesía es otra ciudad

Veo una ciudad inmersa en letras
que pueden hablar.

Letras que hablan de ti o tal vez de mí.

Las letras ríen mientras corren
jugando como niños pequeños.

Otras lloran amargadamente,
en ocasiones pienso que son bipolares.

Algunas vuelan tan lejos
como logran soñar.

Desde este lugar puedo verlas bailando:
ellas se mueven a un ritmo diferente.
Lo cierto es que todas bailan por igual.

Me encuentro en un lugar desconocido
para quienes no viven la literatura.
Y desde aquí me doy cuenta
que la poesía,

la poesía es otra ciudad.

Leonel Obando Luna

Nació en Nicaragua y desde muy joven reside en Costa Rica. Su experiencia con la literatura la tuvo por primera vez en el año 2019 en el Laboratorio de la Creatividad. Esta es la primera vez que publica su trabajo literario. Sus textos reflejan una sensibilidad especial por el peso de las asimetrías sociales.

Universo de lágrimas

Desde que conocí el dolor me casé con él,
ahora vivo muy feliz con él.
Paso como una sombra entre los humanos,
el agua habla y murmura con las piedras.
Yo no digo nada, solo lloro lágrimas negras.
Pero cuando pienso en tu viaje al silencioso universo.
Yo ya no soy el mismo joven de antes que reía contigo,
solo quiero encontrarte y de todo esto solo quiero decir
lo siento.

Vida muerta

Vivo la vida, pero a través veo la muerte en un mundo
de sueños diabólicos donde el odio deambula por estas cárceles
desoladas, mi juventud se desvanece dejándome moribundo en
un baúl
oscuro de recuerdos olvidados, donde todo se ha hundido en el
tiempo,
dejando la juventud herida y la inocencia muerta.

De una tumba salí

Estuve muerto en un mundo olvidado donde nadie logra salir,
en un mundo del recuerdo donde todo se olvida en el cementerio.
En el mundo sin fin...

Cruel amante

Oh luna, que iluminas mis noches cálidas,
así como tu mirada fría, sin compasión, y fría como la brisa.
Vacío que dejas al amanecer cuando tu brillo desaparece.
Y tú que tienes el poder de tu hermano el sol,
y sabes cómo calentarme, no te basta solo con lo que dejas,
porque no te importa lo que te llevas cuando te vas.

Amor de hormiga

Atarantado anda mi amor por ti
como la antena de una hormiga,
pero una antena no es nada
porque no es ella la que te ama.
Sino que soy yo el que piensa en ti,
el trabajo que lleva una hormiga es infinito.
Si yo fuera una hormiga sería el hombre más feliz,
porque siempre estaría trabajando para darte más amor.

Luis Valentine Pineda

Es costarricense, nació en San José el 17 de febrero de 1962. Se dedica a la música, a la composición y al arreglo de canciones y, principalmente, a la escritura de poemas. Sus textos aparecen en la antología *Reparar el tiempo* (Valicrom Limitada, 2017). Su primer libro *Entre rejas* fue publicado en el año 2018, bajo el sello editorial Casa de Poesía. Ha participado en el Festival Internacional de Poesía de Costa Rica, en la Feria Internacional del Libro, en el Festival Presagio de Fuego y en varios foros internacionales para mostrar la relación entre literatura y libertad. Desde hace varios años escribe una novela sobre las raíces del Caribe costarricense.

Renacer

Como un sauce llorón
al final de la primavera
languidecen mis hojas.
Mezclo las memorias
del pasado y dejo caer
mis recuerdos como hojas en otoño.

Mi corteza endurece
con el frío del invierno
y no cae ni siquiera
una lágrima en la raíz
de mis memorias.

Porque has secado el
sentimiento que corría
como la savia por mis venas
y me he convertido en un

árbol viejo y amargado
como un sauce.
Pero aún en una celda vacía
florezco.

Jachudos entre rejas

La depresión: parte de la vida.

La tensión: entorno hostil.

Moda y tráfico de drogas es lo único que se habla por los pasillos.

Se prestan los tenis, piden ropa por un rato,

pues la pasarela de los días de visita

debe amparar una mentira de prosperidad.

Sus decepciones derivan de ilusiones forjadas en un mundo

de poder fortuito, obtenido por drogas, armas y pandillas.

Pero al final, en el silencio de la noche

la covacha que cubre sus rostros muestra:

“la mentira de su vida”

Todo es real

El dolor.

La soledad.

El encierro.

Aquel claustro interno que grita en el silencio.

La sensación amarga de no tener a nadie que te apoye.

Tu familia y amigos te abandonaron a tu suerte.

No les importa si vives o mueres.

Demuéstrale al mundo que vives, que puedes.

¡Que eres INVENCIBLE!

Soy quien soy

Aunque a la gente le duela
y me hayan calificado de monstruo,
perverso, convicto;
no saben que, en el silencio de mi celda,
añofo un abrazo, el café de mamá,
la almohada que tomaba
en mis brazos cuando las cosas iban mal.
Soy quien soy, así a la gente no le guste,
¡porque así me hizo mi Papá!
y la gente no lo entiende.

Inframundo

Nosotros llamamos afuera, "el mundo real",
pues aquí adentro la realidad es efímera.
Grupos Pandillas como "El Zapatazo",
"Los 300", como los épicos espartanos,
"Paveños", "Diablos", los de "Guada",
"Los Pandas", esgrimen cuchillos, espadas,
las portátiles, gatos, picuyas.
Tomar posesión de un reino
sufragáneo entre pedazos de concreto.
El Gobierno es el dueño del Castillo,
pero cada pabellón tiene su propia ley.
Aquellos juegos de la niñez cobraron vida,
corsarios, piratas, mosqueteros,
o aprendes a pelear o mueres.

Las Calles La Vida

La Vida los destruyó
pobreza hambre soledad.
Niños que caminan casi desnudos con hambre y frío.
Tienen el alma vendida a la desesperación,
llegan a prisión, con pies descalzos,
entre cadenas y reciben un sublime respiro:
Techo y comida
y como uno de los frutos perniciosos de la sociedad
te etiquetan de maleante, de criminal,
borrando su culpa con la palabra humanismo.
Pecados malditos de una sociedad inconsciente
que abandona la niñez y se oculta en la justicia.

Michael Sterling Ríos

Nació en Costa Rica el 5 de setiembre de 1990. Su obra poética ha tenido gran difusión, aunque empezó a escribir desde el año 2018. Sus primeros trabajos poéticos aparecen en la antología *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el año 2021 publicó su primera obra *Una galaxia sin luz*, bajo el sello editorial Fruit Salad Shaker, Costa Rica. La revista chilena *Chonchón* publicó en el año 2020 sus poemas. Ha participado en el Festival Internacional de Poesía de Costa Rica, en la Feria Internacional del Libro y en varios foros internacionales para mostrar la relación entre literatura y libertad.

La paz

La paz es la tranquilidad del alma,
es el silencio en medio de la tempestad.
La paz la encuentro en las nubes.
Otras veces en las caricias del viento.

La paz no tiene forma, ni color,
solamente está ahí, cuando cierro mis ojos.
Suavemente me toca con sus manos.

La puedo sentir. Es abstracta, invisible.
La paz camina por las noches para dar pasos.
En tus sueños está ahí cuando derramo
lágrimas de tinta en un cuaderno.
Ahí la encuentro, como si me hablara en otro idioma,
pero entiendo su lenguaje.
"Dejemos que la paz inunde nuestros corazones"

Trouble minds

Aquí donde los muros relatan historias,
desde el desierto de concreto;
donde las paredes oyen los pensamientos
y guardan el silencio entre ladrillos.

Aquí donde la decadencia carcome las mentes
con el paso de los días y el viento sopla sin aliento suavemente.
Los problemas azotan la tranquilidad
y los barrotes testigos del sufrimiento
que nos miran a los ojos para recordar
a las lágrimas que no son suficiente castigo.

Enfermedad

La violencia no se acaba. Es una enfermedad

que contagia al mundo y su única cura es la paz.

La paz se encuentra en el perdón, es la que calma el alma.

Es la que cicatriza la herida más profunda y serena la mente.

Es aquella que encontramos en el perdón más profundo del corazón.

Imágenes

Una foto exhibe un mundo atrapado en un papel.
Las personas la observan, pero pocos entienden su lenguaje.
Es abstracto, sutil. Tal vez solo son imágenes, con vidas atrapadas
en una hoja.
Es la crudeza, la realidad de gráficas sanguinarias.
Quizá, son lágrimas de dolor que gritan sufrimiento.
Las fotografías son miradas que cargan sueños,
que se desvanecen entre la niebla.
Ellas cuentan historias que se viven en el mundo.
Pero para muchos solo es una imagen nada más,
algo detrás de las espaldas sin saludos de mano.
Para algunos es otra forma de leer y ver el mundo.
Es la realidad del "mayor poder del mundo".

Nodier Barrantes Porras

Es costarricense, nació el 27 de octubre de 1994. Su experiencia literaria la tuvo por primera vez en el año 2018 en el Laboratorio de la Creatividad. Esta es la primera vez que publica sus textos poéticos. Sus escritos reflejan las luchas del ser humano cuando se enfrenta a condiciones muy adversas.

La isla

En esta isla de malla y barrotes tan grandes,
pero en las noches tan pequeña.
Acompañado de mi silencio
como si este fuera el destino de mi alma:
Vivo una pequeña muerte día a día
como si pasara una tormenta infinita en cada minuto.
Imagino todo y al final me quedo con nada más
que las aves que pasan por aquí
y se llevan mis sueños en sus alas.

Mi hija

Mi niña preciosa, María José,
porque tus palabras son tan grandes
y tú eres tan solo mi pequeña.
Cuando la luna despierta te pienso, cierros mis ojos,
me tomas de la mano y me escabullo
por las rejas de mi jaula y alcanzo las nubes con mis manos.
Así llego hasta tu cama y te admiro de cerca
que el color de tu cabello brilla como el oro.
Con esa vocecita de ángel que quedó grabada
en mi memoria, sueño caminando entre las nubes
y escabullirme en tus sueños y lograr escuchar tus suspiros.
Los barrotes son los custodios de mis noches.
Hoy trabajo reparando el tiempo perdido
para regalarte un mejor mañana.

En mis sueños

Xinia, Lilliam, María José, las princesas de mi vida

Cabalgando por las nubes en un hermoso caballo,
negro y brillante, emprendo un viaje
hasta mi hogar donde reencuentro mi
vida y encuentro a las princesas que
engrandecen mi alma donde cada beso,
cada palabra y cada gesto son grietas en mi corazón,
son líneas de amor que marcan mis días
y me dan fuerzas para volver a cabalgar por los senderos de la
vida.

El miedo

He visto, miedo, tu presencia en la luna
y me he visto a mí mismo viajando
por los espacios siderales huyendo y alejándome.
He visto tus ojos, miedo, en la noche
como estrellas apagadas en el firmamento
y me he visto a mí mismo escondiéndome
a lo largo de los siglos, borrando tus huellas
y anhelando tu muerte, que pondrá fin a la angustia de la vida.

Atrapado

El sonido de mi celda cuando se cierra
es como una tormenta que corre.
Corre, repite mi corazón, mientras que me recuesto
y logro cerrar mis ojos para sentir
cómo mi alma brinca y salta de dolor,
como si pasara por inagotables piedras dentro de un río.
Con mi soledad llego hasta lo más profundo del mar.
Justo allá, donde llegan los deseos y la lluvia me habla
de las esperanzas del amor.
Soy mar atrapado, un cometa que viaja
en un universo que está encima de todas
esas negras nubes de lágrimas.

Randall Hernández Vega

Es costarricense. Nació en Alajuela el 11 de junio de 1976, aunque creció en Golfito. Su experiencia literaria inició durante su paso por la secundaria, pero en el año 2022 la retomó en el Laboratorio de la Creatividad. Conocido como poeta nocturno, ha vivido con sus padres y con su hija. Esta es la primera vez que publica sus textos poéticos. Sus escritos reflejan los deseos de una persona por superar a través de la literatura el silencio que imponen las restricciones más duras que puede experimentar un ser humano.

Tu nombre es grandeza

Te amo madre, doña F.

Al llegar la primavera se van llenando las veredas de tu fragancia y la creación agradece tu presencia, las mariposas revolotean entre los jardines como danzando y brincando entre tus pétalos llenos de belleza, se convierte en rítmicos bailes que permiten al viento poseer el néctar que este bailoteo libera al jadeo de tan nobles y bohemios seres. Mágico ser que desde siempre robó las miradas y que el simple roce suyo con las mejillas revelaba la suavidad de tu alma, dejando inhabilitado al más bravío de los guerreros con la dulzura de tu espíritu, es ella la pureza de la creación, dueña de delirios y amores objeto de luchas por poseer tan maravilloso ser, irradiante gallardía que pocos podrían comprender.

Sublimes son tus dones que del mismo creador obtuviste, y que junto a tu majestuosidad entre las demás obras de la creación te impones como reina y dueña de mil amores, eres quien adorna los senderos y jardines de este mundo y hasta el mismo sol te cobija con su calidez cada mañana, permitiéndote que tus pétalos se abran para recibir de aquellos que te aman y admiran los elogios más merecidos, distinguida dama.

La luna se perfuma de tu fragancia por las noches esperando deleitar desde la inmensidad del horizonte a los amantes que, junto a ella, se profesan el amor y se funden en abrazos llenos de pasión, millares aclaman que desde siempre eres reina y tu majestuosidad eterna queda reflejada en los mil colores que vas regalando por los caminos de la vida a propios y extraños.

Fue cuando de tus entrañas brotaron tres seres vivientes cuando tu mayor don se reveló al mundo y la grandeza de tu existencia

quedó marcada como emblema y el rocío junto al trinar de los pajarillos ensalzaban la belleza de tu ser y lo amada que eres por tu creador, reina y señora mía, en ti se cumplió la magia de una creación divina quien te dio el nombre más noble y significado de grandeza, bella flor.

La loca de la casa, en casa de locos (manicomio)

Llega la loca de la casa alardeando de un encuentro
en las pálidas brumas del olvido donde el álamo se erige
con los amores que se han ido, como si vivir de glorias pasadas
podría al menos entregarles a los caídos en batalla una medalla
al mérito.

Se plantea un diálogo con mejores tiempos, rebuscando aquellos
vacíos

que hoy son como túneles por donde escapan los sueños
sin dejar, aunque sea el número de teléfono
como si huyeran desconcertados y turbados por tanta
labia que se vive en aquella mansión.

Qué afanada está hoy como si forzara otro amor.

Los recuerdos van y otros simplemente no son.

Están perdidos en el olvido, yacen ocultos
sin que deseen ser averiguados.

Qué loca la de esta casa caprichosa.

Va recogiendo en el camino sombras de amores caídos
que la vuelven clienta frecuente del manicomio.

Casa de locos ahí donde llegan los desventurados.

Los que simplemente han perdido la realidad
que, aunque sea un poco, todos deberían tener

y es ahí donde en la inmensidad de la nada

el gallardo camina con su tamboril agitado

como si leyera en el cielo las tribulaciones que juntara en cada
paso.

Turbada en su ser solo puede darse el chance de aferrarse al camino que le llevaría a no sé dónde.

Muchas son las ventajas, pero de ellas nada bueno puede esperar sino mentiras y penas; silbidos y trinos le susurran al oído como si le conversaran en el sendero para mostrarle lo que desconoce del mundo, es la ligereza de sus pies que le dan como alas una oportuna y veraz forma de sobrellevar el recorrido que le toca enfrentar a la tierra prometida, donde emana leche y miel, donde podrá reparar la casa y acabar sus últimos días en fraterna paz de cuerpo y alma, la loca de la casa en casa de locos (manicomio).

Es así como te recuerdo

Como se recuerdan los días cuando nos brincábamos las acequias y corríamos a manos abiertas los potreros. Como decir que un viaje en tren era casi un viaje a la luna en el Challenger y recordar la espuma del oleaje entre los dedos de los pies a la orilla del mar.

Es así como te recuerdo.

Como se recuerdan los días donde las rondas y al grito del "salva tarro", te hacían correr hasta no más poder y mirando al cielo pensábamos que el sol nos seguía al caminar, que las nubes como algodón de azúcar caían desvanecidas al suelo al llover.

Es así como te recuerdo.

Como se recuerdan las mejengas entre equipos del barrio o a la chica aquella que te miraba desde las gradas. Te recuerdas al sonreír o al sonar de los clarinetes y tambores de la Diana al dar las cinco de la puritica mañana.

Es así como te recuerdo.

Entre peleas con hermanas y festejos de Navidad con los sueños entre las manos, y el corazón lleno de felicidad, así te recuerdo, y es así como quisiera estar con la niñez de mis recuerdos,

sin anhelar ser grande, sin perder aquella sonrisa,
aquel bello tesoro llamado niñez.

Es así como te recuerdo, niñez, regalo de Dios.
Y salta una sonrisa y una lágrima cabalga por
mi mejilla, recordándome lo feliz que fui.

Vive tu verdadera libertad

Es la pluma mi consuelo, que bohemia recorre renglones
sin cesar, en este abrumador desconsuelo que se esconde
en el laberinto que nos priva de un mundo lleno de encierros.
Quién está libre de verdad, se pregunta el preso cuando
recuerda sus ataduras pasadas allá afuera en el mundo
de los que creen estar vivos.

Mírame, soy tu vivo reflejo, yo, preso del olvido
del desprecio, ¿y tú?, encarcelado en tus deseos,
como grillete un celular y de tobillera una deuda por pagar.
Somos congéneres del sistema de privación de libertad,
yo aquí y tu allá, quién sobrevivirá al final, no lo sé.

Barrotes separan mi cuerpo del mundo apocalíptico
en que vives y, acá se encarnizan batallas por sobrellevar
de buena manera cada sentencia que tenemos que descontar.
¿Qué diferencia hay entre tu mundo y el mío?
Presos ambos somos, penas vives afuera
y yo acá adentro te lo aseguro.

Vive tu verdadera libertad y no te aferres a lo que roba la paz.
Sé libre para dar y sé libre para recibir, sé libre para amar
y sé libre para ser amado, no seas preso, aunque con muchos
caminos
por recorrer no te encierres tras los barrotes del aislamiento.
Tú debes crecer y ser un nuevo ser.

Randall Nájera Madrigal

Es costarricense, nació el 28 de setiembre de 1990. Sus textos poéticos han tenido amplia difusión, aunque empezó a escribir desde el año 2016. Sus primeros trabajos poéticos aparecen en las antologías *Reparar el tiempo* (Valicrom Limitada, 2017) y *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el año 2021 publicó su ópera prima *Una suma de ausencias* bajo el sello editorial Fruit Salad Shaker, Costa Rica. Ha participado en el Festival Internacional de Poesía de Costa Rica, en la Feria Internacional del Libro y en varios foros internacionales para mostrar la relación entre literatura y libertad. El poema "De tripas corazón" fue incluido en el disco musical *Almas en vuelo* e interpretado por la reconocida cantante costarricense Guadalupe Urbina.

Domingo

Verdes criaturas invisibles
interpretan la melodía
en agradecimiento por esta lluvia
que alimenta la tierra
y calma un poco la sed
 en mis adentros.

Anuncia otra nueva sonrisa
como premio por confiar en las marcas.

Esta noche
sobre un terciopelo de azabache
la luna es un heraldo que
 me anuncia tu llegada.

Treinta ondas tropicales

Esta tarde
toca el cielo su marcha y
cubre de pecas el concreto que piso.

La bruma no supera el humo
de mi cigarrillo;
sin embargo, imagino techos
y muros cayendo al vacío
en cámara lenta.

Las lágrimas de quienes corren tras ellos
y tratan de rescatar los restos
de aquello que alguna vez
fue mi hogar.

Cerrada la fábrica de musas

Destinó la muerte la última casa.
Recostado
miro hacia arriba y encuentro límites.
 En mi visión
 expiran las musas.

Alimento esta carne caminante y
 la torre vigila
con lo que haya en el camino.

El centro,
eso que mueve la máquina
se broncea en la morgue.
Cómo que hambre
 y aquí no hay servicio exprés.

Ese vuelo de cometas

Fue la extensión de almas
a través de un fino cordón.
Ajenas por un corto momento a
la realidad que radica en el suelo
 que las observa
fueron ángeles acompasados que
 saludaron a los mortales,
aves de plástico sobre la imagen de
 una musa nueva
que adornó esta escena con una sonrisa.

Más que un vuelo de cometa
fue la danza de tiempos enterrados
 devueltos a la vida.

La ventana

Guardo en el estómago la esperanza.
Equiparo el espacio vacío en la botella
con la llenura de los recuerdos.

Frente a la triste ventana
patean una bola niños que
no son míos
y entre la embriaguez de los sentidos.
Intento crear
imágenes inexistentes de
una hermosa mujer
a la luz de la luna que
no ilumina mi rostro.

El cenicero se hace pequeño.
Y yo sigo bebiendo.

Reiner Ulloa Abarca

Nació el 31 de marzo en Costa Rica. Su experiencia literaria comenzó en el año 2018 en el Laboratorio de la Creatividad. Publicó sus primeros poemas en la antología *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el 2020 la revista chilena *Chonchón* publica su trabajo. El músico guatemalteco Otto Mora ha grabado sus poemas en varias de sus canciones. Sus textos reflejan las luchas del ser humano cuando se enfrenta a condiciones muy adversas.

Las llaves

Candado del amor abierto solo con una llave.
Llave que puede abrir mil puertas.
Puertas cerradas por el dedo marcador de los injustos.

Toco y toco y no se abre ninguna.
Busco y busco y no la encuentro.
¿Será que se puede encontrar la llave?
¿Será que me puede abrir mil puertas
o, aunque sea, un solo corazón?

Un mito o una realidad o solo una esperanza
buscada con la ilusión de un amor.

Llave que se busca en el largo viaje de la vida
con luchas y derrotas, llaves que suenan
y retumban mi mente mientras duermo.

Sonido en medio de la noche que me trae
la esperanza que muy pronto se abrirá.
La puerta a la libertad y al amor que he esperado;
porque las llaves siempre las he tenido
en mi mente, en mi alma y en mi corazón
por el simple hecho de que esa llave siempre he sido yo.

Libro mágico

Libros cargados de palabras.
Palabras que cargan un libro
surgido de pensamientos que vienen
de la profundidad de mi ser.

Anécdotas que he vivido y otras
que he tenido que ver y que hoy
las escribo simplemente en un papel.

Papel muerto porque es un simple papel,
pero con el lápiz en mi mano
ya no será solo con papel, sino aquello
que nadie cree, pero hoy lo puedo ver.

Creado de la existencia de lo inolvidable.
Como si nunca hubiera pasado hoy lo escribo.
Hoy lo siento y mañana ya no sé por qué
cuando ya no está todo queda en este libro.

Libro que va a ser más que un libro
cuando lo estén leyendo, porque así
es la magia de mi libro que revive
lo que ya no está en este mundo.

Mirada del alma

Una mirada en el tiempo deshace en mi alma.
Alma desmoronada por una mirada que no
encuentro en este rompecabezas.

Me encierro en mi mente y busco en esta
galaxia de pensamientos mientras
los meteoritos tratan de buscar
lo que nunca pude encontrar.

Una mirada que fue borrada sin piedad
por el amargo filo de la muerte cuando tuve cinco años.

Como un sonido fugaz pasa tu voz.
Los sentidos de la lluvia muestran la silueta
de mi madre que ya no está.

Dolor profundo de mis abismos
y de mi existencia tratando de detener
esa fracción de segundo de tu mirada
con la que quiero quedarme para siempre
porque vives en el puente que siempre
nos unirá como un alma, una mente y un corazón
que cala en mis huesos diciéndome, te amo.

Rosibel

Mirando la luna busco el rostro de mi madre,
que nunca vi, pero hoy vive muy dentro de mí.
Pensando en ti he sufrido y he llevado
mi mente a lo más lejano del universo.

Buscando aquella mirada de madre
que siempre quise, pero no recuerdo,
porque fue consumida por el agujero
negro del infinito de la vida.

A veces pasas como una estrella fugaz
dejando mi mirada en órbita,
analizando esa fracción de imagen
que apenas alcancé a ver,
pero todo fue borrado por la oscuridad
de la galaxia, no la pude ver.

Rostro que intento recordar con lágrimas,
pero por más que lucha con la fracción
de segundo que me quisiera quedar
no lo he podido encontrar.
Un rostro que no recuerdo porque de niño lo perdí,
era muy pequeño, pero quisiera hacerlo.

Porque tú puedes ocupar el lugar de cualquiera,
pero nunca nadie podrá ocupar el lugar tuyo.

Miedo

Valle inigualable del miedo que nos paraliza
y nos hace llevarnos por la emisión del miedo,
como arena movediza que nos detiene y no nos
deja avanzar, hundiéndonos cada vez más y más.

Preguntas que se envuelven en la manta de lo inexplicable
del miedo que sentimos cuando vamos a morir,
cuando tenemos que seguir viviendo sin aquello
que buscamos y tuvimos, pero lo perdimos
por la destrucción del paso de la tormenta del miedo.

Miedo al qué dirán o al qué va a pasar
que nos acorrala y tenemos que enfrentar
solo para impresionar y así robar el alma
y huir de esa persona que ya no está.

Forma errónea de equivocarme y reaccioné por
el miedo, pero hoy solo rompiendo el cristal
del miedo me doy cuenta de que puedo crear
una muralla donde quiera que vaya
porque ya no tengo miedo.

Ricardo Arias Castro

Es costarricense. Nació el 12 de enero de 1979. Su experiencia literaria inició en el año 2018 en el Laboratorio de la Creatividad. Publicó sus primeros poemas en la antología *No hay vuelta atrás* (Letra Maya, 2019). En el 2020 la revista chilena *Chonchón* publicó su trabajo. El músico guatemalteco Otto Mora ha grabado sus poemas en varias de sus canciones. Sus textos reflejan la forma en que el ser humano vive la ausencia de libertad.

La guerra toca mi corazón

Este frío toca el corazón hasta convertirnos en otros.
Probablemente nadie lo note a simple vista,
pero está allí, tan real como la vida misma.
Quizá nunca quise decirlo, pero sentí el frío de la guerra
en la soledad, que es cruel, que es cruel y desgarradora.
He sentido la suave brisa del invierno buscando al tiempo
para establecer su dominio y abrazar todo a su paso.
A veces fuimos una luz tan intensa como el amanecer.
He disfrutado tanto la ausencia del calor como la caricia del frío.
Ambos me hacen cambiar de tantas formas
del mismo modo que las estaciones van cambiando.
Es por eso por lo que en tiempos difíciles abrazaré mi sueño de
paz.

Más allá

¿Hasta dónde podemos ver? Infinitamente.

¿Hasta dónde llega nuestra vista?

Hasta donde queramos.

Es tan larga y profunda, tan clara y suave
como las nubes sobre el océano.

Es como el sonido del relámpago,

Fuerte como el torrente de un río.

Bella como una fuente que llena mi mente y corazón.

A través de ella contemplo otros lugares.

Alguien dijo por ahí, "la belleza está en los ojos del espectador".

No existe límite, ni obstáculo. Nuestra mirada va más allá de todo.

La paz

¿Hasta dónde tendremos derecho?
No lo sé, creemos que no hay límite,
que son como el tiempo, que no se detiene,
no nos espera, ni nosotros a él.
Esperamos por el tiempo, pero,
a veces nos defrauda, nos hace llorar
y él no se conmueve ante el dolor.
El tiempo y la ley son implacables,
como la guerra frente al llanto,
injusta, frívola, decadente,
pero, aun así, debemos respetarla
como si nuestra vida dependiera de ello.
La única certeza es vivir como las águilas
que vuelan en el cielo azul sintiendo su libertad,
la suavidad de las nubes, tersas como la seda.
Buscamos la paz como a una verdad.
A pesar de las leyes, en tiempo de guerra
derechos y deberes se alteran,
como un corazón asustado,
segregando dosis de adrenalina.
Pero hay algo que es inviolable
y me conduce a la paz interior.
Hablo de mi ser, de mis sentimientos
profundos como el océano y son irremplazables.

Soy miedo

Probablemente muchos lo conocen.
Escuchar esa palabra provoca desánimo.
¿Cuán peligrosa es entonces?
Solo quien ha vivido el miedo puede saberlo.
Es un sentimiento antiguo,
como estar a la orilla de un abismo
sin saber qué contiene.
A veces la disfrutamos.
La sensación de la adrenalina
llega hasta el tope y nos hace bien.
El miedo nos mueve a hacer quizá
cosas que pensamos que son imposibles.
Aprender a vivir con el miedo es bueno,
pero que no llegue a dominarnos,
sino todo lo contrario. Por eso afirmo
que soy miedo contra viento y marea.

Guerra

El sonido de la guerra en medio de la angustia aturde.

Es un mar embravecido en tormentas y lamentos.

El mensaje que llevan las balas va directo al corazón
y dejan marcas que no se olvidan.

Probablemente, no sean la felicidad, ni el anhelo
pero las armas nos hablan de lugares remotos
donde la soledad es frívola y oscura.

La guerra que llevamos por dentro es la peor,
se vive en el corazón, con angustia y frustración.

Esa guerra es como una caja donde hallamos
los momentos más grises que el alma tiene
y la dejan desolada y árida, como un desierto.

Los golpes tienen colores mate, sin brillo ni claridad,
por eso las flores pueden ir a la guerra

y hacer retoñar en medio de la incertidumbre
a la alegría, a la esperanza y a la paz

que perdimos en el transcurso de la vida.

Una flor calma la tempestad y trae la paz
al universo de cada uno.

Walter Hernández Bonilla

Nació en San José, el 18 de enero de 1956 y es conocido como Wally. Fue presidente del gobierno estudiantil en el Liceo José María Castro Madriz, en 1973, de donde se graduó de bachiller. Cursó sus estudios superiores en la UNED. Su experiencia literaria lo ha llevado a ganar en el 2020 el certamen literario que organizó el Ministerio de Justicia y, además, en el año 2022, obtuvo una mención de honor en el certamen de poesía que organiza la Asociación Gerontológica Costarricense (Ageco). Esta es la primera vez que publica sus textos. Su trabajo refleja la madurez de quien ya está en capacidad de reflexionar sobre su pasado y proyectarlo en imágenes literarias.

Futuro incierto

un mensaje a los dormidos
se manchará las manos
al escribir la terrible tragedia humana
gota a gota va desfalleciendo la humanidad
un líquido fiestero
es abrasante de la agonía fatal
muchas cosas inservibles arrebatan nuestra salud
y con dinero pagamos
un falso altar de esperanza
se multiplicarán los hospitales
para llenar las inmensas y avariciosas arcas
de campañas ficticias
que ofrecen sanación por unas viles monedas
sucias de ambición. ¿Hasta cuándo?
Hasta cuándo, oh corrupta humanidad
vestida de gabachas limpias
y otros estándares de marketing
dejaremos de llenar los hospitales y las cárceles
con el falso eco de la vanidad, acompañada por la avaricia
acaso, podremos dormir tranquilos
creyendo que nuestros hijos del futuro
no beberán el veneno mortal
el acto heroico mostrará un nuevo camino a lo natural
en la basura el envase gaseoso
que nunca se reciclará más

Monumento a la hipocresía

Subido en su falso pedestal
muestra sus endiosadas caretas
como altanera expira hedonismo
megalomanía de absurdas fantasías
ideales rimbombantes y efímeros
que adormecen su conciencia
su astuta idolatría vana es
exige total respeto
a su tambaleante altar
sus sueños se llenan de incertidumbre
mira hacia dentro con temor
y se encuentra con su verdad
camina abierto a su ser
sus farsantes máscaras
rodaron por el laberinto de su mente
descendió y las despreció, las ignoró
libre del falso eco
no necesitó renunciar a la vida
la vida renunció a él
feliz siguió su sendero
guiado por su luz interior.

Qué pasará

El portón golpeó con fuerza
el alma se arrugó como un estrujo
agonía o depresión
quimera: ideales se escapan
por la piel oxidada de los barrotes
la algarabía de las noches frías brotó
el humo de los vicios nubló el hacinamiento
camina de una pared a otra
y la confusión está presente
los gritos quieren fugarse del vil recinto
amanecieron arrinconados
tirados en el suelo
abismos sin reminiscencias
con el triste anhelo
de olvidar quiénes son
figuras que se mueven sin sentido
es que no hay salida, de este pozo fétido
dejará el pellejo colgando, asoleándose
quizá los años arrebaten el último aliento
o acaso, una luz abra la puerta
en algún momento.

Sentencia vivida

Sonó el martillo como cruel redoblante
el juez dictó sentencia
la mochila de la culpa se hizo más pesada
la espalda se encorvó
y las lágrimas silenciosas
se perdieron por el camino
inició el viacrucis desconocido
los portones de la libertad se cerraron
solo queda tomar el veneno: la cicuta
que adormecerá el dolor y el sufrimiento
porque la copa de la paz y la felicidad
se rompió con la condena
aprender a respirar el aire tóxico
de la celda que congelará las penas
quedarán atrapados sueños y anhelos
entre cemento y rejas
intentará sobrevivir día a día, hora a hora...
para no salir en una bolsa negra.
o pasar los años intentando no contar el tiempo
la esperanza, que un día se abra la puerta
aunque salga más envejecido
con madurez y experiencia
y nadie entenderá lo vivido.

Existencias múltiples

Se vistió de blanca ilusión
se desbarató con un tiempo inconcluso
la vestimenta se tiñó con la melancolía
de una tumba fría color gris del cementerio
en su cama solitaria y vacía
demacrada quedó su vida
sus frágiles alas de mariposa
quebradizas por el constante afán
anhela volver al capullo
para renovar su vida
espera otra nueva existencia
para trascender con nuevos ahíncos
esta vez saldrá adelante
con la anterior experiencia vivida
su espíritu tomará las riendas
su ilusión solo será otro suelo
cuando despierte a la realidad
subirá y regresará
así, es la rueda de la vida
se fue y volvió muchas veces
un ir y venir constantemente
sueños holográficos: existencias múltiples
solo el perdón lo despertará

¿Qué es apego?

Amigo de Dios y enemigo del mundo
qué hará para desapegarse
acaso, necesita rechazar el mundo
pero, sin este no habría vida
es parte de la existencia
sin despreciar la ciencia
dicen: renuncia y acepta
que lo que viene es ganancia
parece complicado; estar consciente
cada segundo
cómo vivo si abandono el mundo
o esperar que la palideja llegue
sufrir por apego a halago:
físico, emocional o mental
frustración si no se obtiene lo idealizado
y de regalo el sufrimiento
¡qué extraño mundo!
Desapego o dolor en la espalda,
a costas llevando riata
difícil camino el del desprendimiento
preferible sentarse a jugar lego
haré castillos en el aire
y al derrumbarse solo será un donaire
comprender la raíz del apego, será liberarse de él
o solo cuando lo permita el falso eco
o sea, nunca o tal vez, quién sabe.

Índice

Prólogo	7
Adelina Cascante Sandí	15
Auxilio.....	17
El perro	18
Manos pequeñas.....	19
Silueta.....	20
Pulso.....	21
Viviendo	22
Adriana Ramírez Altamirano	23
Castillo de ilusión.....	25
Roto corazón.....	26
Dolor de soledad.....	27
Incomodas en todos lados.....	28
Reflejo solitario.....	29
¿Qué es el amor?	30
Dudas	31
Alejandro Cabezas Vanegas	33
Madre, lo siento	35
Desnúdate.....	36
Mi vida.....	37
Soledad	38
Andrey Alan Soto	39
Tras las rejas	41
Este amor	42

¿Qué es el amor?	43
Las jugarretas del tiempo	44
11 p. m.	45
Aristides Paniagua Reyes.....	47
No desmayes.....	49
11 de noviembre	50
Dolor agradecido.....	51
Juegos de azar	52
Mi nombre.....	53
Arturo Frometa Fernández	55
Mi condena	57
Tristeza y alegría.....	58
Tengo y no tengo	59
Nostalgia.....	60
Sueño.....	61
Pensando y actuando	62
Brenda Rodríguez Camacho.....	63
Sinsentido.....	65
Milagro.....	67
Ojos pardos.....	68
Luna compartida	70
Invidentes	72
Corona de telaraña	74
Carlos Delgado Fernández.....	77
Dormido en la arena	79
Soledad	80
Jauría	81

Te esperaré	82
Siembra.....	83
César Gómez Concepción.....	85
De lejos.....	87
El barco	88
La obligación del mar	89
A duras penas	90
La tristeza de las llamadas	91
El metal.....	92
Soy mi hogar	93
Crivian Miranda Vargas	95
Tinta y papel.....	97
Memoria.....	98
Yetty	100
Danilo González Alfaro.....	101
Sucia verdad	103
Atrapasueños.....	104
La tierra del dolor	105
Mar de plata	106
Sudor del tiempo	107
Qué tan lejos la muerte	108
Dennis Mairena Herrera	109
Bella	111
Luna de nieve.....	112
Escribo para ti	113
Luz.....	114
Tristeza	115

Eduardo Espinoza Duarte.....	117
Mirada	119
El ser del poeta	120
Recuerdo.....	121
El amor	122
Farit Barrientos Arias.....	123
Embriagado	125
(De) presión.....	126
Réquiem por un corazón roto.....	127
Canto por un tiempo perfecto.....	128
Pintar el universo.....	129
Franklin González Chaves.....	131
Adicto.....	133
Salida de emergencia	134
Abuso de poder	135
La paz.....	136
Soledad	137
Gustavo Ordóñez Viales.....	139
Un abrazo a la distancia.....	141
Un sueño realizable.....	142
El recuerdo	143
El dolor	144
Yo sería	145
Hermes Amador Zúñiga.....	147
Al recuerdo.....	149
Voz lejana	151
Libertad.....	152
Conciencia de hombre.....	154

Cerbero el dolor.....	156
Jonathan Gómez Umaña.....	159
El lago.....	161
El mar.....	162
Llovizna.....	163
Instrucciones para no olvidar.....	164
La ventana.....	165
José Chavarría Morales.....	167
Dejar atrás.....	169
Compañero para la soledad.....	170
Fuerza infinita.....	171
Conviviendo con mi soledad.....	172
A prueba de derrota.....	173
José Quirós Navarro.....	175
Apaga sueños.....	177
No dejo de pensar.....	178
Detonaciones.....	179
La libertad.....	180
José Francisco Gamboa Salas.....	181
El tiempo no.....	183
Un mundo mejor.....	184
Heridas en la muerte.....	185
La vida se acorta.....	186
Salud mental.....	187
José Mora Ocampo (J. J. Morris).....	189
Mordazas.....	191
Sombras.....	192
El amor.....	193

Máscaras.....	194
A orillas del Guairé	195
Jorge Salas Bonilla.....	197
Voy a engañarme	199
Visiones.....	200
Tesoros.....	201
Noches	202
Juan José Alfaro Hidalgo	203
La familia.....	205
Deseo de paz.....	206
La libertad vendrá.....	207
El deseo de ser libre.....	208
Penas de un pueblo que sufre	209
Es la hora.....	210
Katherine Sánchez Arroyo	211
Hechizo de amor	213
Nankurunaisa	214
Maquillando mi sonrisa	215
Volviendo a caminar	216
Cielo e infierno.....	217
Hoy escribo y no es por ti.....	218
Kevin Chinchilla Aguilar	219
Afro.....	221
Me miras.....	222
Grito al mundo.....	223
Se llama “el día a día”	224
Memoria.....	225
La poesía es otra ciudad	226

Leonel Obando Luna.....	227
Universo de lágrimas.....	229
Vida muerta.....	230
De una tumba salí.....	231
Cruel amante.....	232
Amor de hormiga.....	233
Luis Valentine Pineda.....	235
Renacer.....	237
Jachudos entre rejas.....	238
Todo es real.....	239
Soy quien soy.....	240
Inframundo.....	241
Las Calles La Vida.....	242
Michael Sterling Ríos.....	243
La paz.....	245
Trouble minds.....	246
Enfermedad.....	247
Imágenes.....	248
Nodier Barrantes Porras.....	249
La isla.....	251
Mi hija.....	252
En mis sueños.....	253
El miedo.....	254
Atrapado.....	255
Randall Hernández Vega.....	257
Tu nombre es grandeza.....	259
La loca de la casa, en casa de locos (manicomio).....	261
Es así como te recuerdo.....	263

Vive tu verdadera libertad.....	265
Randall Nájera Madrigal.....	267
Domingo.....	269
Treinta ondas tropicales.....	270
Cerrada la fábrica de musas.....	271
Ese vuelo de cometas.....	272
La ventana.....	273
Reiner Ulloa Abarca.....	275
Las llaves.....	277
Libro mágico.....	278
Mirada del alma.....	279
Rosibel.....	280
Miedo.....	281
Ricardo Arias Castro.....	283
La guerra toca mi corazón.....	285
Más allá.....	286
La paz.....	287
Soy miedo.....	288
Guerra.....	289
Walter Hernández Bonilla.....	291
Futuro incierto.....	293
Monumento a la hipocresía.....	294
Qué pasará.....	295
Sentencia vivida.....	296
Existencias múltiples.....	297
¿Qué es apego?.....	298

La isla de los sueños bien podría llamarse el libro de los rompimientos. Sus textos desafían la visión mítica y sacralizada del acto creativo, desmontando la idea de que el arte es un don reservado para unos pocos elegidos. Siguiendo el planteamiento de Carlos Fregtman (2006), la obra cuestiona las “creencias limitadoras” que rodean el fenómeno artístico: aquellos mitos y dogmas que restringen la capacidad creativa e innovadora, inherente a todo ser humano.

Este libro, entonces, es prueba de que la conexión con el arte no está sujeta a prerrogativas ni condiciones exclusivas. Quienes participan en él han atravesado las fronteras de lo prohibido, explorando la creación desde la autenticidad, el juego, el experimento y el disfrute. Sus textos transitan caminos inesperados, redescubriendo senderos olvidados que conducen a la libertad interior.

En este contexto, *La isla de los sueños* demuestra que, incluso en la cárcel, el arte puede ser un puente hacia la expresión, el reencuentro con la familia y la reconexión con la sociedad.

