



ABANDONMENT



Abandon yourself a little,
let yourself be carried away by the whistling wind.

Abandon yourself a little,
realize that the waves caress you.

Abandon yourself a little,
sing softly and feel the melody.

Abandon yourself a little,
feel the love of the earth in your bare feet.

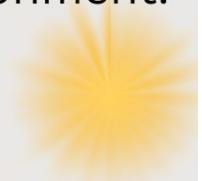
Abandon yourself a little,
make the sunlight your own.

Abandon yourself a little,
listen to the chirping of the nests.

Abandon yourself a little,
light up your house with the clarity of your soul.

Abandon yourself a little,
look at yourself in the mirror and be grateful for your
presence.

Abandon yourself a little,
there will be no better time for your abandonment.





La Belleza

Estaba tranquila yo y se acerco la belleza,
mas en mis pies me puso del gran susto que me dio.

No te cuento de la cara porque a todos se parecia,
no te cuento de su forma porque no me la mostró.

Estaba tranquila yo y se acerco la belleza,
mas en mis pies me puso del gran susto que me dio.

No te cuento de sus ojos porque solo luz tenia,
no te cuento de su voz porque ella no me hablo.

Estaba tranquila yo y se acerco la belleza,
mas en mis pies me puso del gran susto que me dio.

No te cuento de su amor porque solo compasion tenia,
no te cuento de su sonrisa porque no me la mostro.

Estaba tranquila yo y se acerco la belleza,
mas en mis pies me puso del gran susto que me dio.

No te cuento de su vida porque la de todos incluía,
no te cuento de su felicidad porque no me la mostro.

Estaba tranquila yo y se acerco la belleza,
mas en mis pies me puso del gran susto que me dio.

Cuando me sali del susto en bajo le pregunte:
No es que eres tu la belleza?
Y en silencio se acerco.



Poema de Yanet Gonzalez
Junio 9, 2024



A Poem for Sadhguru

Other lives and more....

Previous lives still known,
are the remainder of the past.
Previous lives that being no more,
still provide.

The carrier of lives,
who never says...., no more,
embraces the intangible
and names now by-gone.

Yet, as if here now,
previous lives with thirst
of their own, never occupy the mind.

A past feeling of beingness
lingers and smells of Life, but
not a life of their own now,
past lives are really gone.

Yanet Gonzalez



La Vida es una Niña vestida de Azul Añil

Tierna y delicada eres vida,
como una niña pura e inteligente
que conociendo el destino
ante mis ojos te desapareces.

En las sombras te sonríes,
y en plena luz te llenas de regocijo.

Ante los mares te miro vida,
como una niña vestida de azul añil.

Te ajustas al tiempo,
mas tu presencia es indeleble y
en campos vestidos de rosas
eres su fragancia y hermosura.

Todas las quinceañeras palidas lucen
ante tu juventud y belleza.

Largas horas
no han logrado arrancarte ni un quejido.

Pura, buena y certera,
navegas los mundos
y de gaviotas me cuentas.

Incansable es tu mirar
y de hierro es tu fuerza.

Sana, clara y despierta
todos los amaneceres saludas sin distinción.

Traes y llevas amores,
Mas nunca dejas dolor.

Mas alla de las colinas,
el coyote te acompaña.

Mas alla de este momento,
juntas nuestras almas andan.





Home



I went for fresh air and found myself a leave,
among the crowded soft ground through a sky slit.

I went for fresh air and found myself a feather,
I looked and looked around
but the one winged had flown away.

I went for fresh air and found myself a pond,
and deep down at the bottom there was the
shining Sun.

I went for fresh air and found myself at dawn,
and marveled at the first dew drops of the
morning light.

I went out for fresh air and found myself a song,
from birds in nests singing to their own.

I went out for fresh air and found myself with God,
who spoke to me of subtle beauty, worthy love
and a great place he called his Home.

I went out for fresh air and found Myself.

Poem by Yanet Gonzalez

June 10, 2024





ABANDONO



Abandonate un poco,
dejate llevar por el silvido del viento.

Abandonate un poco,
hazte de cuenta que las olas te acarician.

Abandonate un poco,
canta bajito y siente la melodía.

Abandonate un poco,
siente el amor de la tierra en tus pies descalzos.

Abandonate un poco,
haz tuya la luz del sol.

Abandonate un poco,
escucha el trinar de los nidos.

Abandonate un poco,
alumbra tu casa con la claridad de tu alma.

Abandonate un poco,
mirate en el espejo y agradece tu presencia.

Abandonate un poco,
que no habra mejor momento para tu abandono.



Before Sound



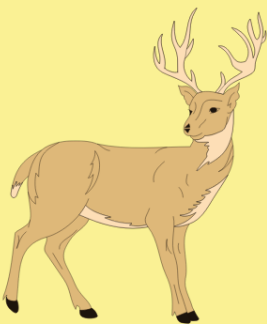
I hear it now, it is the roar of the Sea,
not the splash of its oceans, but the
quietness of its being.

I hear it now, it is the roar of the Wind,
not the whistling of the storm, but the
quietness of its being.

I hear it now, it is the roar of the Sun,
not the sizzling of its core, but the
quietness of its being.

I hear it now, it is the roar of the World,
not the screams of its people, but the
quietness of its being.

I hear it now, very clear,
is no longer a deafening roar,
but a sweet and melodic Quietness
that was before Sound.



Poem by Yanet Gonzalez
June, 9 2024





Vivir y Morir



Entre vivir y morir surge una oportunidad de admirar esta vida que vivimos y que ya no viene mas.

Mira sus años con regocijo y su pasar con anhelo
mira sus dias con alegria y sus sueños que son bellos.

Mira al sol cuando levanta y la luna en su esplendor
mira la raiz de un arbol y la esencia de una flor.

Mira un pajarito que vuela y una nube en formacion
mira las hojas lagrimear despues que levanta el sol.

Mira la luz de una vela y el amor de un gorrion
mira las olas de mar en su vaiven y moción.

Mira el fuego que quema y el frior de un copo de nieve
mira en un campo el dulzor de la caña de azucar.

Mira el viento levantar las hojas secas
mira la primavera regresar con intención.

Mira los saltamontes componer una cancion
mira como el cocuyo alumbra con su verdor.

Entre vivir y morir surge una oportunidad de admirar en esta vida lo que vale de verdad.



Poema de Yanet Gonzalez
Junio 12, 2024





7 Colores



**Siete colores le vi, pero pronto se esfumo entre
lineas de luz y gotas de agua que caían.**

**Me quede esperando allí mirando a ver si volvía,
con lagrimas en los ojos y temiendo su partida.**

**Siete colores le vi, y aun ando enternecida
tanta belleza que tiene, arcoiris de mi vida.**

**Me quede esperando allí mirando a ver si volvía,
y se iban sus colores mientras mas yo le quería.**

**Siete colores le vi, y aun bien lo recuerdo,
tanta belleza que tiene, arcoiris de mi vida.**

**Me quede esperando allí mirando a ver si volvía,
se juntaron los colores y ya se desvanecía.**

**Siete colores le vi, y bien recuerdo ese dia,
tanta belleza que tiene, arcoiris de mi vida.**

**Me quede esperando allí mirando a ver si volvía,
mas la tarde me cogio entre gotas y sonrisas.**

**Siete colores le vi, y aun le busco hoy dia,
tanta belleza que tiene, arcoiris de mi vida.**



**Poema de Yanet Gonzalez
Junio 10, 2024**

La Ventana al Mundo



Hoy, al amanecer la vi,
era una ventana al Mundo
Me incline y mire,
Y vi su sonrisa.

El Mundo sonreía sin parar,
Y le hize la pregunta: Que te hace tan
feliz Mundo?

Con todo lo que lo forma,
el Mundo me miro,
y con esos ojos bellos y llenos de
sinceridad me respondió:
porque existo me sonrío.

Sin dejar de mirarlo me aleje de la
ventana.

Nos convertimos en uno:
Yo y el Mundo.

Poema de Yanet Gonzalez
Junio 7, 2024



Para el Amor no hay excusas

De Pueblo en Pueblo te busco amor,
pero entre Multitudes no te hayo.

Virgenes visito y su santidad profesan,
y aca entra ellas estas compartido

En el hombre de a pie apareces tenue
como legado de lo existido.

Entre Sages y Santos que me hablan de luz
te veo y te consigo.

A los pajaros le pregunto por ti
y se vuelven a sus nidos.

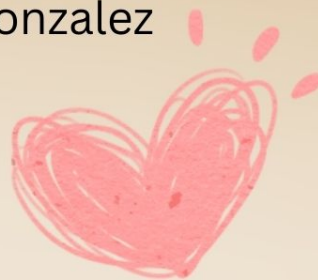
Yo te conozco amor
entre Virgenes, Sages y Santos
de tu dulzura se habla y el vestir es de tu estilo.

Mas de Pueblo en Pueblo te busco
y solo en el hombre de a pie apareces tenue
como velo esparcido.

Se perdio en la Multitud el amor,
se perdio
sin excusa lo han perdido.



Poema de Yanet Gonzalez
June 7, 24



A cluster of colorful musical notes in blue, yellow, purple, and red, with a red note on a stem.

The Word

With a single word uttered
we can change this life around
a word of poetry, peace and unison.



Let's speak of glory and life,
let's speak of truth to thrive.

With a single word uttered
we can change the world at once
a word of harmony, love and union.

Let's speak of triumph and light,
let's speak of what is right.

With a single word uttered
we can win the woes this time
a word of hope, candidness and life.

Let's speak humbly of greatness,
let's speak of what we want.

With a single word uttered
we can transform ourselves this time
a word of honesty, sincerity and rights.

With a single word uttered
we can transcend our lives.

GOOD
TIMES

Let's make it big, let's make it happen
say today this is our Time.

P O E M B Y Y A N E T G O N Z A L E Z
J U N E 1 0 , 2 0 2 4

Dueña y Señora

Bañada por mares estas, Mi Cuba,
e iluminada por la soledad.

Como rizo de oro tu cuerpo elongado
en el mar se extiende.

No eres unica, mas asi te sentimos
los que en ti vivimos el primer levante del Sol.

Risueña y capaz, dulce y acogedora,
quien no te conoce, tu luz se ha perdido.

Te adornan tus palmas y tu tierra te añora,
tus rios te aman y tus montañas te lloran.

En ti no pasa la vida, en ti se viven los años,
Y se goza la sonrisa.

Tu aire huele a miel y tu mar a juventud,
en tus playas se ha quedado sueños y eterno goze.

Tus hijos te piden caricias e imploran tu porvenir,
despertando de un letargo, su anhelo por ti esconden.

Eres tu, Mi Cuba, cuna de tanto amor,
amor que nos has brindado junto a maracas y un son.

Eres un campesino, un niño, y un colibri,
eres dulce de tus frutas, y esencia de tierra fertil.

Tienes todo para enamorar, el alma de quien te añora,
eres Cuba, la Bella, eres mi dueña y señora.

Poema de Yanet Gonzalez





Los Amigos



Amigos, vidas en union,
que navegan el tiempo con gran presicion.

Amigos, amores compartidos,
que navegan la vida en el mismo sentido.

Amigos, verdaderos compañeros,
que comparten el mundo y todo su empeño.

Amigos, luz de una lumbrera,
que comparten su luz en noches de espera.

Amigos, una misma voz,
que hablan al mundo siempre en union.

Amigos, sonrisas verdaderas,
llevando alegrías para hacer la vida bella.

Amigos, en todo momento,
queriendo a otros, se quieren a ellos.

Amigos, en determinacion,
apoyandose ellos, apoyan al amor.



Poema de Yanet Gonzalez

Junio 10, 24



True Love



Love not what is not, but what is,
the sound of a waterfall zigzagging its way down below.



Love not what is not, but what is,
the whisper of the wind on the willow trees.



Love not what it not, but what is,
the tunes of guitars close to me.



Love not what is not, but what is,
the light of the sun shining down on me.



Love not what is not, but what is,
the words of wisdom that come through me.

Love not what is not, but what is,
the rainbow show we all must see.

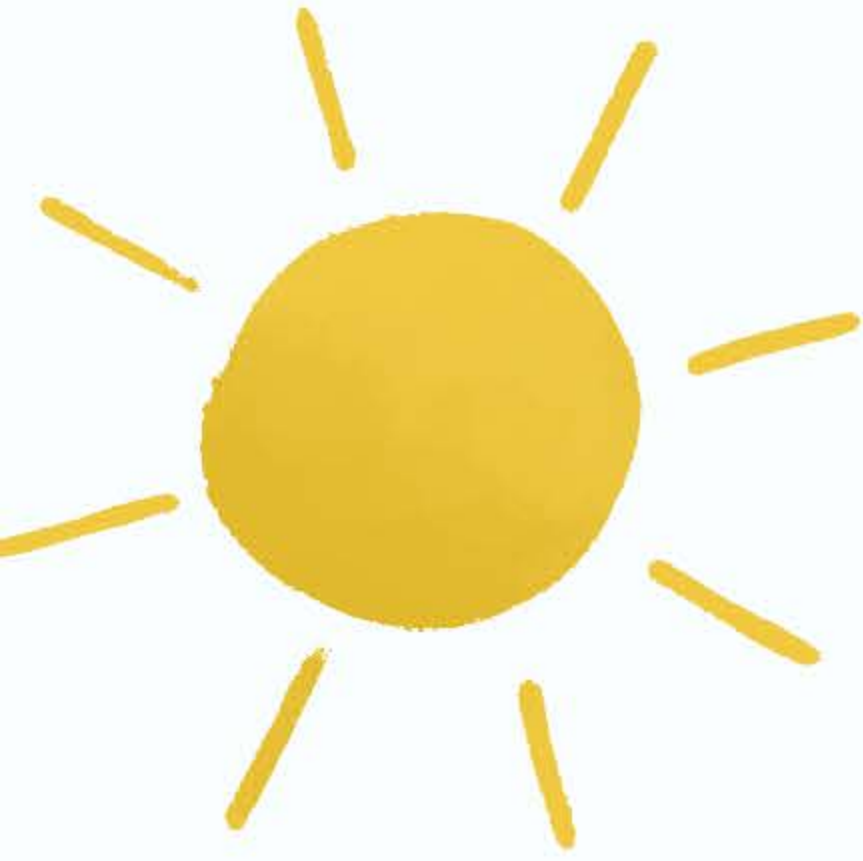
Love not what is not, but what is,
the silent nights where we are sound sleep.

Love not what is not, but what is,
the elderberries falling from trees.



Love not what is not, but what is,
our common sense that sets us free.

The Sun and I



Between the Sun and I
there is little distance
between the Sun and I
there is true Love

In mornings of peace
I shall see it rise
in evenings of Moon
soon shall it come

In days of hopefulness
very bright it shines
in times of beauty
I am there at its side

Between the Sun and I
there is little distance
between the Sun and I
there is true Love

Nothing darkens the light
of the mighty Sun
nothing shadows its power
or its long lasting roar

Between the Sun and I
there is little distance
between the Sun and I
all there is Light



✧ Sunny
Days



La Falacia del Miedo

Recuerdas cuando 50 envejecia a todos
antes nuestros jovenes ojos?

Recuerdas cuando 60 era el principio
del final de nuestros abuelos?

Mas hoy que cumpla 50 he entendido la falacia
del miedo y otras cosas son las que me asustan.

Me asusta que te ultrajen y que roben tu Inocencia.

Me asusta que tus sentimientos puros hieran.

Me asusta que de ti se rian cuando mas te esfuerzas.

Me asusta que pases miedos que te frenen.

Me asusta que de esta vida tan dulce no gozes.

Me asusta que tu cuerpo y tu mente abandones.

Me asusta que tus metas se quiebren y lagrimas derrames.

Me asusta que tu poder te quiten y tu alma te achiquen.

Me asusta que en momentos dificiles solo te encuentres.

Me asusta que tu salud inquebrantable se quiebre.

Me asusta que como nino ya no te veas y que suenos no realices.

Mas que la edad que te has puesto, me asusta que te la creas.



Oda al Celular

Eres mi parte mas exquisita,
la mas cercana y la mas fiel a mi presencia.

Despojarme de ti me causa angustia
y numerosos son los agravios.

Unidos andamos por la vida
dia a dia, noche a noche.

Inseparables como agua a su gota
te busco si me faltas, y lloro tu ausencia.

No aprendo sin ti, no vivo sin ti,
eres mi todo y mi unica verdad.

En ti solo confio, en ti solo me apoyo,
por ti solo vivo.

Derramare reproches si ya no acompanas
mis despertares y mis amaneceres.

Eres mi primera vision y sonido
y mi ultimo adios al acostarme.

Todo lo se por ti y solo en ti confio.

Se nubla la claridad y el tiempo se para
si mis ojos no te encuentran.

Si llegaras a faltarme eternos ecos de dolor
en esta mente pesarian.

Mi mundo ahi existe, dentro del tuyo,
como un ladron te apoderaste de mi
pero te conozco y te dejo que me robes la vida.

Poema de Yanet Gonzalez





Raindrops

I saw rain falling down into the crevices of the rocks,
and followed the raindrops down below.

I saw rain falling down the petals of a rose,
and followed the raindrops down below.

I saw rain falling down on an Eucalyptus tree,
and followed the raindrops down below.

I saw rain falling down the fur of a wolf,
and followed the raindrops down below.

I saw rain falling down on the surface of the sea,
now the raindrops merged with its salt,

Oh no!, I exclaimed,
Where did my raindrops go?

I saw rain falling down on the surface of the sea,
and the drops became the ocean.

Poem by Yanet Gonzalez
June 9, 2024





Pura Vida



Mi Tierra es sagrada
mi tierra es mi luz
mi tierra es pura vida
con su mar azul

Mi Cielo es sagrado
mi cielo es mi luz
mi cielo es pura vida
con nubes y azul

Mi Mar es sagrado
mi mar es mi luz
mi mar es pura vida
con fondo transluz

Mi Bosque es sagrado
mi bosque es mi luz
mi bosque es pura vida
con su verde tul

Mi Sol es sagrado
mi sol es mi luz
mi sol es pura vida
con toda su luz

Tierra, Cielo, Mar, Bosque y Sol
que son pura vida.



Yanet Gonzalez Poema 6-11-24

