

*Poemas de
Sanación*

M. T. Brettell

Copyright © 2020 Maria T. Brettell

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de este libro puede ser reproducida o distribuida de ninguna forma a menos que el autor dé su permiso por escrito, con la excepción de breves citas utilizadas en artículos y reseñas críticas.

Amazon.com ASIN:

ISBN:

Diseño del libro – Marian Guerrero

Diseño de portada – Marian Guerrero

Dedicatoria

Esta colección de poemas y escritos, está dedicada a todos aquellos que buscan en la poesía una fuente de relajación, inspiración y ayuda.

Creo que las palabras son más que sonidos y significados, ya que llevan una carga energética y espiritual en ellas, especialmente cuando están inspiradas en sentimientos profundos y sinceros.

Contenido

Estos escritos y poemas fueron motivados por mi experiencia personal y por los sentimientos, vivencias y preguntas que han marcado las diferentes etapas de mi vida.

Es mi deseo que sean de alguna utilidad ya que para mí el escribirlos fue una forma de sanación interior.

Poemas de Sanación	6
Poemas de Amor y Ausencia	9
Poemas de Aceptación	19
Poemas de Reflexión	23
Poemas de Introspección	37
Poemas de Gratitude	62
Poemas de Añoranza	73
Trinar de Pájaros	81
Biografía	91

Poemas de Sanación

LOS ARBOLES

Firmes, aunque azotados por el viento,
Cada minuto, cada día, todos los días
Están reverdeciendo, dando su sombra,
Dando el oxígeno, dando su belleza,
Brindando calma.

Los miro desde mi ventana y los contemplo,
Los contemplo extasiada.

Los contemplo en ese silencio que está lleno
De admiración y gratitud

Los miro con respeto por ser quienes son
Son la fibra misma de nuestro hogar: La Tierra
Son los árboles.

EL LUGAR

Hay un lugar en donde el miedo de la muerte acecha,
Acecha a cada instante, en cada esquina,
El miedo de morir,
Dolor tan fuerte,
Que hiera, que carcome, que intimida.
Un miedo mudo y seco que estremece,
Un miedo espeluznante del que mejor no hablar.
Y allí corren de prisa por no pensar en ello
De un lado para el otro,
Pretendiendo estar vivos
Se afanan, se emocionan, se entristecen
Y hablan a solas sus absurdos planes,
Sin mirarse al espejo y ver su imagen,
Inexistente sombra entre las sombras.

Hay un lugar donde la noche reina,
Donde el amor no existe ni hay rosales,
Los seres que lo habitan ya no sueñan,
Con sus caras blancuzcas o azuladas,
Con su frágil andar buscando a tientas,
Con sus cansados ojos, sin mirada,
Viven todos cautivos de la noche,
Diremos viven o tan solo esperan
Esperan siempre sin saber qué esperan
Son hijos de esa noche esclavizados,
Chupados, desangrados por sus amos,
A quienes ellos siguen, diremos idolatran,
Amos que solo observan desde lejos,
Sin sentir emociones ni pesares,
Y las fútiles almas que allí habitan
Se angustian en sus cuevas
Y gritan que están vivos, nadie escucha.

Poemas de Amor y Ausencia

PARECIERA

Pareciera que quiero escribir un poema,
pareciera que quiere escaparse de mí,
si se escapa y se aleja, a mí me pareciera,
que un pedazo de mi alma se me va por ahí.

pareciera que un beso me robara del aire,
en el ansia de amar y besar que me das
mas tu abrazo se pierde muy lejano en la sombra
y tan solo es el aire que me viene a tocar.

pareciera que a veces mi silencio te busca,
no es tu voz la que escucho, cuando quiero escuchar,
no eres tú quien se acerca caminando en la noche,
no eres tú ni tu nombre lo que puedo nombrar.

sin embargo, en mis sueños mi silencio te nombra
pareciera que nunca te pudiera olvidar
y quizás en mis sueños, solo allí pareciera,
que un mañana de amores, te volviera a encontrar.

¿A DONDE TE FUISTE?

¿A dónde van los sueños de los muertos?
¿A dónde va el amor?, ¿Las ilusiones?
¿A dónde van los pájaros cantores,
cuando se mueren, cuando ya no vuelan?
Tú viniste a mi vida como un rayo,
como una tempestad para mi alma,
como un amanecer sin alborada,
como un atardecer sin un recuerdo.
Tus palabras se fueron como el humo,
Sin una explicación para tu encuentro,
Sin un adiós, sin una despedida,
Sin una lágrima y sin un aliento.

El corazón ya roto sin heridas,
el último suspiro sin contento
La última copa para tu partida
Mi último brindis a tus ojos muertos.

AMOR TARDÍO

Llegas para mostrarme un Nuevo rumbo
Me dices que no es tarde para amar.
Me abrazas y me pides que me quede
Que siempre es necesario en quien confiar.

Aun con la tristeza en nuestras almas
por los amores que pudieron ser,
aun con esas lagrimas brotando
por los que no debemos ya querer.

Yo siento en la caricia de tus manos
La esperanza de amor que se perdió,
Yo siento en tu mirada dolorida,
La fe de hallar de nuevo un buen amor.

ESCAPE

Decidí salir, decidí alejarme
Decidí escapar, por fin de tu presencia,
Agobiadora, controladora e insensible.
Incapaz de escuchar o de entender.

Decidí escapar de mis miedos,
Mi seguridad ficticia,
Mi conformismo y mi castillo de fantasías.
Me interné en el bosque de sombras,
Donde los árboles y los pájaros eran mis amigos.

Me interné tratando de escapar de tu mirada,
De tu sonrisa de actor de cine,
Me interné desnuda y vacía,
Con solo la esperanza de olvidarte.

Caminé mucho y me sentí cansada.
Las piedras del camino se hundieron en mi piel,
El viento de la noche silbaba en mis oídos,
Sentí el hambre y el frío y sentí soledad,
Pero no sentí miedo

Y noté que mi cuerpo no pesaba como antes,
Noté que estaba viva y que podía pensar,
Noté mi frágil cuerpo y cansada memoria
Y con nuevo optimismo, sentí felicidad.

ÁNGEL CAÍDO

Lo que te faltaba de corazón, lo tenías de encanto.
¡Cómo puede, un ángel caído, ser tan bello!
Te di mi alma porque era lo único que tenía,
Pero si hubiera tenido más, también te lo hubiera dado.

¿Arrepentimiento? Muy tarde para eso.
Como si un pájaro se pudiera arrepentir de volar,
O un pez de nadar.
Como si el tiempo se arrepintiera de pasar.

¿Llorar? No habré de llorar por ti, ni por mí, ni por lo
nuestro.

Tampoco habré de reír ya que no me diste más que
disgustos y desilusiones.
Pero más disgusto y desilusión hubiera sido no
conocerte.

AMAR DE NUEVO

Un amor como cualquier otro,
sin grandes pretensiones, ni creyendo ser eterno,
ni el único, el primero o el mejor.
Ni siquiera queriendo ser un amor especial.
Simplemente la atracción de dos soledades,
de dos seres llenos de dudas,
frustraciones, temores y anhelos.

Dos extraños que han amado antes,
a quienes ellos creyeron ser los únicos
posibles receptores de ese amor.

Dos soledades que se buscan,
en la angustia de querer amar,
sin creer siquiera que eso sea posible,
ya que, en medio del dolor y el sufrimiento,
juraron no volver a hacerlo
y nunca más creer en la existencia
de un sentimiento semejante.

Ahora se buscan en la sombra de su propia tristeza,
se buscan, se miran y aprietan sus puños,
para no dejar escapar una lágrima de nostalgia,
por esos amores perdidos,
que nunca llegaron a ser.
Amores que se esfumaron
entre las grietas de corazones rotos por el orgullo,
la ingratitud o la deslealtad.

Amores que se esfumaron antes de decir te amo,
o después de decir otras cosas que solo se pensaron

con el propósito de herir antes de ser herido,
ofensas que se causaron por miedo a ser ofendido,
dolores que se produjeron por miedo a sentir dolor.

Yo he mirado tus ojos con la esperanza
de encontrar en ellos mi alma perdida.
Yo he tratado de adivinar si unos ojos como esos
fueron los que mis sueños crearon,
en ese mundo ideal que solo existe en los sueños.
Miro tus ojos tratando de encontrar en ellos,
la inmensidad de Dios, la eternidad de la belleza
y la perplejidad de mi propia existencia
inmersa en tu alma.

Unos ojos tan simples y sin embargo tan insondables,
que encierran toda una vida de experiencias,
tan ajenas a mí y a la vez fundidas en las mías,
como una réplica de mi propia humanidad.
Así te miro y te dejo ir, sin preguntas, sin dialogo,
sin asunciones, sin quejas y sin respuestas.

Te dejo ir como el marinero,
que ve pasar el más bello barco,
sin preguntarse siquiera: ¿A dónde va?
Te dejo ir, como liberando a una mariposa,
que se sabe podrá volar solo unas pocas horas,
ya que su destino ineludible
será quedar en la memoria de quien la vio pasar.

Este amor no es un amor real, o tal vez lo sea,
O ¿Pudiera el amor de alguna manera serlo?
¿Quién puede saberlo?
¿Es este un sentimiento que tengo por ti,

¿O quizás lo tengo por mí?
Palabra tan gastada, que se ha usado
para mencionar tantos sentimientos diferentes
y aún pretende ser bella.
Así veo nuestras sombras
acercándose y alejándose,
con alegría y con tristeza, con miedo y con ilusión,
entregando en una mirada el cielo y en un abrazo
la esperanza de la inmortalidad,
la agonía de la certeza de la muerte
y la creencia de que solo un gran amor,
podría sobrevivir a ella.

Así te veo y así te siento, tan cerca y tan lejos,
tan mío y tan ajeno, tan inalcanzable e imposible;
inexplicable, indescriptible e incomprensible.

Así te siento en mi pulso y en los latidos de mi corazón,
que aun quiere amar.
Así te siento en el calor de tus manos
y en la suavidad de tus labios
que pudiendo besar no pudieran mentir.
Tu amor y mi amor,
o más bien nuestras soledades y nuestros sueños,
nuestros cuerpos y nuestras almas
tratando de entrelazarse en armonioso abrazo,
que, siendo hecho de huesos y carne,
no puede ser permanente,
Pero el alma quiere creer en la permanencia del amor.

Así te miro, te abrazo y te despido desde mi corazón,
sin palabras, sin preguntas sin reclamos,
sin razones y sin respuestas.

Así te dejo ir, con una sonrisa en mis labios,
una tristeza en mis ojos y un vacío en mi alma,
que después de conocerte te sigue buscando,
en un bosque lleno de fantasmas,
música y olor a flores.

Poemas de Aceptación

DOLOR

Dolor es un amigo que te enseña,
donde erró el corazón
Dolor es la señal de haber vivido
y de haber aprendido la lección.
Dolor es una herida que protege
de una herida mayor.
Dolor es casi siempre el resultado
del que llaman amor.

Dolor en el final de la jornada,
tras seguir la ilusión,
Dolor es soportar con la esperanza,
el cesar del dolor.
Dolor es en la angustia la añoranza,
De un estado mejor.
Dolor es a su vez el desconsuelo,
de aceptar el dolor.

Dolor es compañero inseparable,
de la humana labor,
Dolor es ese precio que se paga,
por forjar el valor.

Dolor es una larga despedida,
dolor es una lágrima fugaz,
Dolor por ser la vida dolorida,
dolor del corazón, al palpitar.
Dolor en el adiós de tu partida,
dolor de nunca verte regresar,
Dolor al ver el puente ya quebrado
y ver que no se puede reparar.

Dolor es comprender que lo creído,
tan solo era una fábula irreal,
Dolor cuando la empresa construida,
se vuelve solo polvo, nada más.
Dolor no poder dar lo prometido,
dolor es un amigo que se va,
Dolor, abandonar lo más querido,
dolor es una barca, sin su mar.

Dolor es descubrir una mentira,
dolor es un amor que ya no está,
Dolor al observar los calendarios,
ver que la vida pasa, sin pasar.
Dolor es ver un niño sin mañana,
dolor es ver un cielo sin color,
Dolor es ese triste sentimiento,
de ver pasar la vida sin tu amor.

Dolor es comprender lo comprendido
Y comprender que nada era verdad.
Dolor es caminar lo recorrido
Y caminar de nuevo en soledad.

Dolor es descubrir al enemigo,
En ese que era amigo en falsedad,
Dolor es conocer que, en el destino,
La muerte viene a ser la eternidad.

Dolor es una noche sin tus besos,
Dolor es despertar sin tu mirar,
Dolor es el vivir sin la esperanza,
De verte por la senda regresar.

Dolor es ver mi mesa ya vacía,
Dolor es no escuchar nunca tu voz,
Dolor es una lámpara apagada,
Dolor es recordar ese tu adiós.

Dolor es un silencio, una agonía,
Eso que siento yo cuando no estás
Dolor es ese adiós sin despedida,
Dolor es ese tren en que te vas.

Dolor una distante melodía,
Dolor por no poder y no saber,
Dolor es una casa sola y fría,
Dolor de nunca más volverte a ver.

Poemas de Reflexión

LOS SERES IRRACIONALES

Calificamos a los otros seres de irracionales,
Como si tuviéramos argumentos.
Al menos aquellos tienen instintos que respetan y
siguen,
Mientras que nosotros los perdimos hace tiempo.

Ni siquiera podemos ser racionales
para las decisiones más importantes de la vida.
Somos irracionales en nuestras creencias,
Irracionales en el amor,
Irracionales a la hora de comer,
Irracionales al usar el dinero,
Irracionales al aplicar prioridades,
Y todavía hay quienes se preguntan:
“¿Por qué inteligencias superiores
no nos quieren contactar?”
En primer lugar, cualquier otra inteligencia,
Debe ser superior.
En segundo lugar, el hecho de que no nos contactan,
Ya lo demuestra.
En tercer lugar, ¿qué podrían obtener al contactarnos?
Y, por último:
¿Qué nos podrían enseñar,
que estuviéramos en capacidad de aprender?

EL TÚNEL

Es un famoso túnel.
El único que hombres no pueden construir,
Pero todos tenemos que atravesar.
El túnel debe tener una larga distancia,
Ya que quienes lo han recorrido
Dicen que viajaban a una gran velocidad,
Sin embargo, pudieron recordar cada momento de sus
vidas,
Como en una película.
Estamos solos, al final del túnel.
Allí los consejos de los amigos, o las opiniones de otros,
no cuentan más.
Sin jueces, ni acusadores, tampoco necesitamos
defensores.
Los testigos tampoco cuentan.
Ya las excusas o razones están de sobra.
Cada año, cada día y cada minuto,
Serán nuestra única posesión.
La sociedad, las creencias y los grupos,
No podrán ser excusa o apoyo.
Solos estaremos,
Como parte de ese todo,
tan amoroso y brillante.
Ya nuestros egos no estorbarán.
Lo único que existirá será lo único que siempre existió.
Las formas ya no serán, tampoco los nombres ni las
identidades.
Todo volverá a ser como siempre fue,
Una tenue luz, en medio de la oscuridad.

LO QUE MI DIOS NO ES

Un controlador de la voluntad humana
Elitista o patrocinador de grupos selectos

Celoso o envidioso
Amante de rituales y ceremonias
Juzgador de las apariencias
Buscador de adoración y gloria

Un ser que infunde miedo
Un ser vengativo

Buscador de obediencia ciega
Amante del dinero
Necesitado de él.

Un ser que se encuentra a mi servicio personal
Alguien a quien le pedimos cosas
Alguien a quien hay que pagarle por favores
o que exige sacrificios
Un ser cruel.

Un juez que se ciñe a la letra de una ley
Un ser con una mente humana,
llena de limitaciones.

Un ser al que yo podría llegar a comprender
El culpable de todo lo bueno o lo malo que la gente hace

ENSEÑANZAS DEL AJEDREZ

Hay solo dos equipos
Y con cualquier color se puede ganar.
Unas partidas son cortas y otras son largas,
Pero casi nunca se sabe cuánto van a durar.

Solo un personaje permanece siempre,
hasta el final.

Cuando el personaje principal se rinde,
se acaba la partida.

Ya que todo ese juego era solo por él.

No hay que obsesionarse por hacerlo perfecto,
Al fin es solo un juego, pero siempre es bueno
tener alguna estrategia.

En medio de una partida, casi siempre hay sorpresas,
Por eso es bueno tratar de adivinar
Qué estará planeando el enemigo.
La figura más insignificante puede darnos la victoria.
tener mejores o más piezas,
no indica que se va a ganar el juego.
Mejor que el valor de una pieza,
es su posición en el tablero.

Las piezas más efectivas
cuentan con otras que las protegen.
Lo que no se protege, se pierde fácil.
Una sola mala jugada
puede arruinar todo el juego.

Para jugar bien es conveniente
usar todas las piezas con las que se cuenta.
No es bueno dejar piezas estancadas.
Por muy buena que parezca una jugada,
puede que haya otra mejor.

Siempre hay que moverse entre el blanco y el negro.
Los dos colores se entrelazan
Y ocupan todo el tablero.
Nadie sabe todas las jugadas.
A no ser que fuésemos
Una inteligencia artificial
Ella sí las sabe todas.

No se puede obtener siempre,
sin sacrificar algo a cambio.
Pero hay que tener cuidado
de que lo que se sacrifica,
no sea más valioso que lo que se obtiene.

Siempre se están tomando decisiones.
Cada decisión por pequeña que parezca,
afectará el resultado final.
Si el oponente toma mejores decisiones,
las nuestras son tuyas, también.

Hay que observar desde todos los ángulos,
una situación.
Hay muy buenas jugadas que nunca vemos.
Es bueno estar bien despierto antes de mover piezas.

Hay que mirar hacia el futuro,
todas las repercusiones que va a causar una movida.

Por eso es mejor pensar primero, luego mover.
Después de que se mueve una pieza,
ya es muy tarde para arrepentirse.

En solo cinco pasos se puede pasar de ser peón a reina.
(Esto aplica solo al ajedrez.)
Un caballo siempre se mueve como caballo,
nunca como dama y el más importante
es el que menos corre.

Las blancas y las negras siempre terminan la partida,
del mismo color que la comenzaron,
Por mucho que dure el juego.

EL GRAN SUEÑO

Pertenecer a una cultura obsesionada
por la violencia, el dinero,
la superficialidad y el placer,
Con vidas de apariencias,
Es el gran sueño que muchos mueren buscando.
La eterna búsqueda de la felicidad
Que no se encuentra,
Porque no es algo que se pueda encontrar.
No es un objeto, una casa, un carro, una posesión.
Una obra de arte, un título o un viaje.

Felicidad es un estado de conciencia,
Y el querer comprarla
revela un estado de inconsciencia.
La felicidad se puede poseer estando muy triste.
Parece paradójico porque relacionamos
Felicidad con risas y algarabía.

Para algunos lo importante no es encontrarla,
Sino estar seguro de que los demás no lo hagan.

COMO TELARAÑAS

Tratando de mantener la cordura y la alegría,
Moviéndonos y tratando de ser,
En la cárcel de las energías de todos aquellos
con quienes interactuamos,
En la cárcel mental de toda la propaganda,
Que nos llega en todas las formas.
En la cárcel espiritual de quienes nos anclaron
con falsas creencias.
En la cárcel física de nuestras propias emociones
y sentimientos.
Tratando de movernos, tratando de pensar
y tratando de ser,
Para sentir que sí valió la pena.

Tratando de vivir en una habitación
llena de telarañas,
Que cuelgan del techo
y se pegan de todas las paredes,
ventanas y puertas
y se quedan impregnadas
en todos los objetos que tocamos.
Sentir esa sustancia pegajosa
y saber que es parte de la piel misma.
Percibir esta interconexión de energías,
sentimientos y pensamientos,
Emanados por otros y por mí,
(Quienes somos lo mismo),
Que se entrelazan, como telarañas,
formando la estructura del mundo.

ORO

No porque brilla, lo tengo que adorar,
No porque se proclame mi amo,
debo convertirme en su esclavo.
No porque sea el símbolo de la riqueza,
debe ser el símbolo de mi valor.
No porque tiene mucho poder,
puede revelar el poder mío.

Miles y millones por él viven,
Muchos otros miles, solo en él creen.
Su búsqueda ha marcado la historia,
Por él, miles han matado y millones han muerto.

Su símbolo está detrás, adentro y encima,
De todo cuanto a él pertenece.
Los libros mejor vendidos, de él hablan.
El buscarlo y poseerlo son las ansias del hombre.

Aunque muchos lo llevan en sus manos,
En sus brazos, en sus orejas o en sus pechos,
Todos mueren sin él,
Ya que su posesión es solo ilusoria.
El día en que el hombre deje de amarlo, recuperará su
alma.

UN GUERRERO

Sabe que esta solo
Sigue sus instintos
No juzga apariencias
Duda de todo y de todos.
No entrega sus sentimientos
No se vende
Cuenta solo consigo mismo
No le tiene miedo a la oscuridad
No le tiene miedo a la muerte
Sabe que la muerte lo acompaña siempre
No tiene apegos a cosas ni a personas
No trata de mostrarle a nadie su valor
Tiene una idea fija: Su meta.

No se rinde
Pelea con su último aliento,
hasta el último segundo.
Un guerrero conoce sus propias batallas
y no pelea las batallas ajenas.
Se conoce a sí mismo y conoce todos sus puntos débiles,
así como sus fortalezas.

Busca el silencio y la soledad
No tiene prisa y sabe cuándo estar quieto y esperar
Pero también sabe cuándo necesita moverse de un lugar,
una persona o una situación.

Huele a sus enemigos a distancia
y sabe que no tiene amigos.

Sabe que a veces la inacción es la mejor de las acciones
Pelea su batalla en todos los planos y dimensiones.

Confía en su poder.
Nunca se decepciona de la gente,
porque su confianza nunca estuvo puesta en ellos.
Sabe que algunos enemigos se camuflarán
entre sus mejores amigos.

No juzga solo los hechos,
sino las motivaciones detrás de ellos.
Sabe que amigos aparecerán
donde menos se espera, cuando se necesiten.
No trata de controlar nada,
porque sabe que todo está bajo control.
Es consciente de la fantasía del mundo,
sabe que todo es ilusión.

MONARCA

Hermoso nombre para una mariposa,
Con memoria heredada de mil generaciones,
Nombre usado otras veces
por distintas razones.
Lucías bella en los campos, volando libre y ágil,
Sabiéndote la dueña de gran inmensidad,
Luciendo la hermosura de todos tus colores
Alegrando la vista de quien te vio pasar.

Los amos de la noche se sintieron celosos,
Planearon para usarte, prodigios de maldad,
Te rompieron las alas, con mensajes sutiles
Olvidaste tu encanto, la luz, la libertad.
Ellos te convencieron de que eras un gusano,
Y en medio del engaño, no quisiste intentar.
Vagas sola sin rumbo, por un triste camino,
Y en esta cruel amnesia, no recuerdas tu hogar.

Recitas de memoria los versos aprendidos,
Pero solo tú sabes a dónde retornar.
En tus genes se encuentra la memoria olvidada,
La ruta de regreso que no quieres tomar,
La fórmula escondida de recobrar tus alas,
Tu derecho a ser libre, tu derecho a vivir.

No mires esa imagen que refleja un gusano,
Olvida a los que dicen que no vale soñar,
Alza la vista al cielo y recuerda tu casa,
Ve renacer tus alas y comienza a volar.

RUIDO

Había mucho ruido y un gran afán,
Cada minuto contaba, Todos corrían.
Los carros se precipitaban
en un tráfico desenfrenado.

Los conductores llevaban la misma angustia.
Parecía que iban tarde.

Los llamé, pero no respondían.
No podían escuchar.

Puse las luces de emergencia, la alarma, el altavoz,
Pero sus ojos estaban cerrados y el ruido de los motores
No daba lugar a ningún otro sonido.

Me desnudé en su presencia para llamar su atención,
Pero yo era invisible para ellos.

Les pedí que se detuvieran,
Pregunté el porqué de tanto alboroto,
A dónde iban con tanta prisa.
Nadie respondió.

Me quedé sin saber por qué corrían.
En las montañas a lo lejos se veía el fuego de un
incendio
Y en el aire se sentía un fuerte olor a gasolina y a carne
quemada.

Poemas de Introspección

LAS IDEAS Y YO

Las ideas parece que salieran de mi cabeza,
Pero ellas entran apenas.
Se mueven nerviosas
como si tuvieran que ir a alguna parte.

Me pellizcan y empujan como peleando conmigo
Y aún entonces, pretenden ser mis amigas.
Yo les pregunto: “¿Y ustedes de donde salieron?”
Ellas responden con complicadas ecuaciones
matemáticas
que yo nunca entiendo.

Ellas vienen a mí, me quitan el tiempo y la energía,
Me dejan exhausta y encima quieren hacerme sentir
culpable por su intrusión en mi vida.

Yo me quedo quieta y las ignoro,
para ver si se aburren y se van.
Me rehúso a prestarles atención,
Pero ellas me seducen con su mucha palabrería.
Siempre están allí, siempre me persiguen,
Como queriendo explicarme algo.

Ideas vienen y van para darme la sensación de que
pienso.
Y también para darme la falsa creencia
de que, por tener ideas,
Soy mejor que los animales.
Ideas tratando de explicar, tratando de definir
Y tratando de juzgar,
envolviéndome en todos los extraños

juegos de la mente.

El juego del cerebro que pesa, calcula y reflexiona.
El juego que se juega en lugar de sentir y ser.

Ideas que limitan mi sensibilidad,
Ya que me obligan a pensar mis sentimientos.

Ideas locas, oscuras, falsas,
Transmitidas de generación en generación,
Para hundirnos en el abismo
De una noche de ignorancia,
Que parece nunca terminar.
Ideas simples y pequeñas, llenas de luz,
Sofocadas por las ideas
de los que manejan el poder.

Ideas malignas, convertidas en armas
Contra nosotros mismos.
Ideas formadas en mentes enfermas,
Llenas de egoísmo, orgullo y prejuicio.
Batallas de ideas,
Las ideas de dominio
apoyadas por las ideas de subyugación.
(Una libélula viene a decirme que le gustan mis ideas.)

Ideas absolutas y otras absolutamente inútiles.
Ideas insensatas e inmaduras,
ideas prácticas e ideas bonitas.

Un baile de gala en el mundo de las ideas sofisticadas.
Ideas antiguas y caducas
y otras antiguas y valiosas.
Ideas nuevas e inservibles y algunas nuevas,

dignas de poner a prueba.
Ideas para sanar y alegrar,
así como para alertar y prevenir.

Ideas para publicar
y aquellas que no se pueden decir.
Ideas que hacen reír y las que hacen llorar.
Ideas para la ocasión.

Y las terribles ideas que le venden a la gente,
Para llevarla cautiva del brazo de la muerte.

LAS IDEAS

Las ideas estaban vivas,
parecían unas manchas
de diferentes colores, formas y tamaños.

Ellas estaban brincando por todas partes.
A veces se quedaban quietas por un tiempo,
para luego comenzar a agitarse y brincar violentamente.

Las ideas tomaron posesión de los hombres
y les hicieron creer
que ellos eran importantes por tenerlas.
La verdad era que ellas necesitaban
vivir en las cabezas de ellos,
pero los hombres se comieron el cuento.

Los hombres empezaron a marchar
tan orgullosos de poseer estas ideas,
las mostraban a todos y parecían más elegantes,
entre más ideas llevaran puestas.
Se crearon academias, colegios y universidades,
para la adquisición de ideas.
Los hombres jugaban con ellas y les gustaban tanto que
pronto se hicieron adictos a ellas.
Las ideas llegaron a dominar todo el planeta.

Ya los hombres no contaban.
La vida misma no importaba.
Las ideas llegaron a ser lo más importante.

Por ideas se odiaba o se mataba
y por sus ideas se aceptaba o rechazaba a una persona.
Tener menos ideas

ya hacía que una persona se considerara inferior.

Con las ideas se crearon grupos,
clubes, asociaciones y religiones.
Las ideas parecían tener una lógica,
un orden y una secuencia.

Sin embargo, en las noches,
mientras los hombres dormían,
después de haber sido chupada su energía por las ideas,
ellas salían a recorrer el mundo,
se embriagaban y enloquecían,
rompían todo el orden
y se desbordaban de fantasía.

Entonces los espíritus de los hombres
viajaban en los mundos nocturnos
y se encontraban con ellas,
retorcidas e incomprensibles
y pensaban que todo era fruto de su imaginación.

Cuando los hombres despertaban,
las ideas se apoderaban nuevamente de ellos,
organizadas y convenientes
y ellos las seguían cargando
como su más preciada posesión.

Las ideas no se pudieron apoderar de los animales.
Ellos las miraban pasar,
pero nunca les prestaron atención.
Tan solo cuando vieron a los humanos
actuando como locos,
se dieron cuenta de que todo era por culpa de las ideas.

SER O PARECER

Si alguien propusiera la idea de comunicarnos
con todas las deidades, ángeles, maestros,
profetas y enviados de lo alto de todas las religiones
creadas

y decirles que estamos muy agradecidos,
que son maravillosos, pero que nadie los va a llamar
por sus nombres conocidos, pero que, sin embargo,
seguiremos sus enseñanzas y principios al pie de la letra,
¿Cuál sería la reacción de nosotros, los seguidores ante
tal proyecto?

Creo que sería algo así como

-No podemos reunir a todos los dioses,
porque el dios mío es el único que existe y el único que
es verdadero.

-No podemos dejar de adorar a mi dios,
porque lo único que él quiere es que lo adoremos.

-Si dejara de adorar a mi dios, mi vida no tendría
ningún sentido

y solo lo puedo adorar repitiendo su nombre, que es ese
que yo conozco.

-Solo el nombre de mi dios se puede adorar
o vamos a estar en serios problemas.

-Si perdiéramos la costumbre de adorar y nombrar a mi
dios,

el mundo se tornaría violento, habría injusticia,
corrupción y los valores morales se acabarían.

Comenzaríamos a odiarnos los unos a los otros,
nos dividiríamos y enfrentaríamos en guerras
sangrientas.

Crearíamos armas de destrucción masiva,
el materialismo triunfaría rampante
y la vida humana perdería todo su valor.

Las familias se dividirían, los hijos no respetarían más a
sus padres

ni a sus maestros, en fin, sería un caos.

- Si no adoramos y nombramos a mi Dios,
viviríamos en una mentira y nada tendría sentido.

-Sin el nombre de Dios a la gente no le importaría
quebrantar la ley

ni hacer el mal, habría mucha descomposición social.

-Si no lo adoramos Dios nos mandaría enfermedades,
terremotos, sequia, tornados, huracanes,
el clima se descompensaría y sería causa de muerte y
destrucción.

-Ya el mundo dejaría de ser este maravilloso paraíso que
siempre ha sido,

donde todos nos amamos tanto, donde no hay injusticia
ni mentiras y siempre reina la paz,

gracias a que adoramos a Dios en los centenares de
religiones

que gobiernan el mundo y gracias a los billones de
seguidores

de ellas a través de toda la historia,

en todos los países, ciudades y rincones del planeta.

-No, definitivamente tenemos que adorar a Dios y solo a
mi Dios.

Toda la humanidad se debe convertir a mi Dios o ellos
serán destruidos.

La reacción de las deidades, muy posiblemente:
La humanidad no nos entiende.

MUCHAS PAGINAS

Páginas blancas, paginas arrugadas
y paginas llenas de garabatos

Muchas páginas de colores, edades y tamaños diferentes.

Páginas con tachones o páginas ininteligibles.

Páginas que no se dejan romper y páginas rotas,

Todas se aglomeran en mis cajones y dentro de mis
libros,

Otras me esperan acurrucadas en libreticas de apuntes,

Mezcladas con las recetas de cocina.

Otras me miran como diciendo: No me destruyas,

Recuerda que soy parte de tus sentimientos.

A veces les tengo compasión y otras veces,
simplemente las rompo en diminutos pedazos

Como para que no me estorben más.

Las páginas con los planes del día, que muchas veces
Se convierten en los planes del año, o del año siguiente.

Cuando era una adolescente, todas las páginas y libros
regados por encima de mi cama

Que pereza recogerlos para dormir.

Se arrugarían de todos modos.

Más tarde páginas con claves,

en caso de que alguien las encontrara

y quisiera descubrir todos mis secretos.

Páginas más importantes que mi ropa y mis zapatos

Páginas tratando de averiguar quién soy

Y páginas tratando de esconderlo.

Páginas que no se pueden organizar,

Ya que desorganizadas es que tienen un encanto.

Páginas que me compran un día más de vida,
Ya que el recuerdo de que las tengo que organizar,
me ayuda a despertar,

Cada día sucesivamente, aunque solo pensar en la tarea,
Me hace dar ganas de quedarme durmiendo.
Y las mejores páginas, aquellas que nunca se escribirán,
Porque el tiempo habrá terminado,
Así como la tinta, la mano y la memoria.

ELLA

Ella viene a veces sonriendo,
Y te toma por sorpresa.
y una vez que te atrapa,
no te suelta y ya le perteneces.
Ella viene sin desearse
y cuando la deseas te esquiva.

Ella pretende ser tu dueña
y ninguno de ella puede escapar.
Es la única que te espera al final del camino
y la única que realmente te conoce.

Ella es el refugio
de los que ya no tienen ninguna esperanza.

Ella es el sueño final
y el último de los sueños posibles.
Todos hacia ella vamos y yo me pregunto:
“Por qué vamos con tanta prisa?”
Deberíamos esperarla calmadamente
sin tanto afán y carreras.

¿Cuánta belleza y poder queremos mostrarle,
cuando ella nos está esperando
desnudos e impotentes?

Cuánta importancia y fama
queremos que ella nos reconozca,
Si a ella nada de eso le importa.

Ella viene muda, ciega y también sorda.

No nos brinda explicaciones,
no mira nuestros harapos
ni nuestros ojos humedecidos por las lágrimas.

No escucha nuestras súplicas,
Ni nuestro vano discurrir.
Solo viene y nos despoja
de lo que creíamos máspreciado.

Ella nos muestra lo que realmente somos
Y abate todos los egos,
con una sola estocada.

LOS DUEÑOS DE DIOS

Es muy interesante ver cómo mucha gente alardea
de estar pensando constantemente en Dios,
pretendiendo que ellos son los únicos que lo tienen,
tienen su favor o tienen una cercanía especial con él,
como si los demás no la tuvieran,
o como si los demás necesitaran
ser recordados de tenerla.

Es así como muchos saludan o/y se despiden
en el nombre de su dios,
envían mensajes de texto y videos
hablando de lo importante que es acercarse a dios,
pero no a un dios cualquiera, sino al dios de ellos
y en general se nombran a sí mismos,
embajadores de la deidad.

Me pregunto si estas personas pudieran comprender
que Dios no les pertenece,
que no es de su exclusividad sentirlo
y que aquellos que no andan
manifestándolo con palabras,
o alardeando acerca de él,
no están de algún modo desconectados de él,
ya que no estarían vivos,
pues la vida misma es un don de Dios.
Tener a Dios es algo tan natural como existir.
No encontramos a la gente y le decimos,
ojalá existas, qué maravilloso que yo existo,
estoy tan feliz de existir, que existas mucho,
en mi familia existimos tanto,
voy todos los lunes a existir con mi grupo,
tú necesitas acompañarnos

para que también existas,
Si alguien hablara así nos haría mirarlo
Como si tuviera al diablo adentro.

EL SABER

El hecho de que sea imposible saberlo todo,
No indica que no debamos tratar de saber algo.
El hecho de que no podamos estar seguros
De que algo sea verdad,
No indica que no exista la posibilidad
De confirmar algunas creencias como falsas.
Una forma muy lógica para acercarse a la verdad,
Es alejarse de lo que ciertamente es mentira.

LA MENTIRA

Vivimos en un mundo que adora la mentira.
La mentira de la división de los países y nacionalidades.
La mentira de que las razas humanas
deban pelear unas contra otras.
La mentira de que los que creen en cierto Dios
sean diferentes a los que creen en otros o en ninguno.

La mentira de que, por seguir a cierto equipo de
deportes,
cuando ellos ganan yo estoy ganando algo.
La mentira de la riqueza, la belleza,
la juventud y el poder.
La mentira de la educación.
Creer que por estudiar algo, ya se sabe todo.

O creer que saber algo importante
es entender lo más importante de todo.
La mentira de las apariencias,
la mentira de mis propios juegos mentales.
La mentira de la propia santidad.
La mentira de que mis errores
fueron por culpa de otra persona.

Dicen que la verdad es solo una
y yo agregaría que las mentiras son muchas
y de muy variadas clases.
Existen las piadosas,
que se le dicen a alguien para no ofenderlo,
desconcertarlo, desanimarlo o desagradarlo.

Las mentiras bonitas que se le dicen a los niños,
cuando pensamos que es bueno para ellos
vivir en un mundo de fantasía.
Las mentiras fáciles de creer
porque las dicen personas
que tienen autoridad sobre nosotros
o porque son muy extendidas
o se han venido diciendo por mucho tiempo.

Las mentiras convenientes,
a menudo nos las decimos a nosotros mismos,
para no tener que tomar decisiones que nos asustan
o que nos sacan de nuestra zona de comodidad.

Las mentiras tristes
son aquellas que por un tiempo corto
nos hacen sentir felices,
pero que sabemos que un día esa alegría
se va a convertir en una tristeza mayor.

Las mentiras graves
son las que comprometen la integridad
de nuestro verdadero ser o del ser de otros.

Las mentiras fáciles de descubrir
son todas aquellas que,
con un pequeño esfuerzo de nuestra parte,
leyendo, investigando, preguntando
y buscando las pruebas históricas,
pueden detectarse.

Las mentiras que más nos gustan,
son todas aquellas
que llegaron a formar parte de nuestra conciencia
y las aceptamos como verdades absolutas.
Las mentiras peligrosas,
son aquellas que se han contado
como parte de la estrategia de fuerzas oscuras
y destructivas que buscan con ellas,
la muerte de nuestro potencial
y de nuestro verdadero ser.
Las mentiras que parecen inofensivas,
son todas las anteriores
y lo que las hace parecer más inofensivas
es que casi todos las creen.

EL TIEMPO

El tiempo mi enemigo va avanzando
Y el reloj en su marcha inminente,
Me recuerda los sueños que expiraron,
Porque el tiempo pasó tan bruscamente.

El tiempo, mi enemigo me ha burlado,
Me ha dejado la tinta en el tintero
y al final del otoño me he quedado
sin terminar por siempre, lo que quiero.

¿Qué estaba haciendo yo mientras pasaron,
las brisas de la hermosa primavera?
Las horas del ayer ya terminaron
Como muere una flor y una quimera.

LA CASA

La casa era grande, con olor a flores.
Flores blancas pequeñas, olorosas,
Flores de las curubas, alargadas,
Las flores rojas, con olor a rosas,
Azules, amarillas y moradas.

La casa tenía pinos y eucaliptus
Con el olor a lluvia en las mañanas
Con el trinar de pájaros cantores
Con el olor a sueños y alboradas.

La casa era la dicha de los niños,
La luz entraba en todas las ventanas
El patio era abrigado y espacioso,
La vida dulce, la ambición callada.

A veces hacia frio en días lluviosos
Otras veces el sol nos calentaba,
Pero siempre reinaba la alegría
Siempre los cantos, siempre la alabanza.

La casa tenía árboles y arbustos,
Piedra y ladrillo veíanse a la entrada,
La puerta de madera, otra de hierro,
Una niña durmiéndose en la almohada.

La casa era la cuna de los sueños,
Sueños grandes, pequeños, sin palabras,
Sueños de ser adultos y ser sabios
Sueños de amores, sueños sin murallas.
La casa era muy grande, sin embargo,

los sueños, lo eran más.

Soñábamos que amor es para siempre
y estar juntos por siempre, en el bien y en el mal.

A veces, en las noches, cuando el frio
Reinaba alrededor, prendíamos troncos de árboles
caídos
Y contábamos cuentos con espantos, para entrar en
calor.

También cantábamos, reíamos y llorábamos
Era dulce el amor.

Entonces todos éramos cual niños,
Solo simples y buenos.
Todo era un juego, simplemente un juego.

Aún para nuestros padres parecía,
que fuera solo un juego.
Pues ellos lo ignoraban, pero acaso,
también eran cual niños.

La casa quedo sola,
Una lluviosa tarde de noviembre.
Las flores de colores no albergaban,
En ellas nunca más, ningún aroma.

Los olores se fueron de los pinos
Del eucalipto y de las rosas rojas.
El frio se coló por las rendijas
y se impregnó en la ropa y en los huesos.
Hasta en los troncos de la chimenea
Quizás por eso, el mismo fuego ardía, mas no daba
calor.

El viento entró en los niños, que se fueron enfriando.

Con sus caras azules y sus manos muy blancas
Se fue enfriando su sangre, luego sus corazones.
Después se convirtieron en un montón de huesos,
sin muchos pensamientos, ni vida, ni emociones.
También la poesía, se murió poco a poco.

La casa era tan grande y quedó muerta un día,
luego vinieron las excavadoras
y derrumbaron puertas y paredes,
apagaron el fuego que aún ardía.
Mataron la esperanza y la alegría,
También los sueños y las ilusiones
(Las florecitas blancas, ya habían muerto,
muchos años atrás).

Pronto alzaron la torre, llena de apartamentos.
Familias con sus niños se mudaron,
Para vivir en ellos.
Felices, entre risas, los niños correteaban,
y en las noches muy frías,
cuando el viento soplaba, los niños observaban otros
niños
correr entre las sombras,
mientras música y sonos de guitarra,
muy lejos se escuchaban.

LOS JUGUETES

Kaleo abrió la caja,
donde guardaba todos sus juguetes.
Allí encontró el tren verde y rojo,
despintado por el uso,
Un soldado de madera sin un brazo,
Con saco abotonado al frente
y pantalones de pijama.

Otro soldado más pequeño
vestido de azul y blanco
Con gorro de marinero.

Una estufa con la puerta del horno despegada
Y una hornilla faltante.
Un oso de felpa de color café,
con un hueco en el ombligo
Por donde se le salía el algodón.

Un perrito color caramelo
con manchas negras
que movía la cabeza.
Kaleo trató de hacerle mover la cola,
pero terminó rompiéndosela.

Había muñecos de todos los colores y tamaños
y todos cobraban vida propia
cuando Kaleo jugaba con ellos.

El niño los organizaba,
según la historia que se estuviera inventando
y los contaba hasta cien.

Así tuviera que contar algunos varias veces
para llegar a este número.
A él le gustaba tener cien muñecos.

Les hablaba y los quería,
sin importar cuán viejos e inservibles
los juguetes fueran.
Cada día imaginaba historia con héroes y monstruos,
Princesas en castillos y tortas de chocolate.

Animales con poderes de toda clase,
seres mutantes con tres ojos y cuatro orejas.
Todos ellos eran reales para Kaleo.

En las noches, cuando el pequeño se iba a dormir,
Los muñecos se quedaban soñando
con los planes de mañana,
Ya que ellos también creían ser reales.

LOS GEMIDOS DEL MUNDO

Los gemidos del mundo se escuchan,
cuando el silencio levanta la voz
y aturde a las multitudes con su no sonido.
Entonces todos creen que reina la paz,
sin embargo, sienten una angustia
y una ofuscación,
como si una desarmonía
de sonidos no audibles los sofocara.

Son los gemidos del mundo,
solo perceptibles en el completo silencio.

La bendición de estar viva,
sin tener que pagar por el aire, las montañas
o la luz del sol, todavía...
Sobrevivir en el mundo de los seres irracionales,
tratando de mantener la poca cordura
de la que seamos capaces,
es suficiente razón para ser feliz.

Si tuviéramos el modelo político perfecto,
Con la misma gente que actualmente habita el planeta,
Tendríamos las mismas injusticias, manipulación,
decepción y esclavitud que tenemos hoy.

Un cambio externo en las condiciones de vida no sirve,
si internamente no nos hemos conquistado
a nosotros mismos.

Poemas de Gratitud

ÁRBOL DE NAVIDAD

Adornado con sonrisas de niños,
de todos los colores,
Entre ramas verdes por la esperanza
de un futuro para el planeta,
Iluminado por la luz del conocimiento,
Con estrellas que se pueden ver desde cualquier ciudad,
Porque el aire está libre de polución.

Cargado con los regalos de techo, comida, ropa y
educación
Para los niños que no conocen estas cosas.
Revestido del amor hacia los seres del planeta
Y regado cada día con las obras del bien,
La justicia y la sabiduría,
Para construir un futuro donde podamos cantar juntos.
Un árbol así no necesitaría ninguna otra razón.

SINCRONICIDAD

Entrelazados, como los fotones de átomos gemelos.
Entrelazados y unidos,
Vibrando en la misma frecuencia,
Entrelazados y unidos,
aunque a veces vibrando en frecuencias diferentes,
como para darnos la sensación de que somos distintos.
Entrelazados en la mágica red de la creación,
Entrelazados con las piedras, los ríos,
los lobos y los pájaros.
Comunicándonos son señas,
con música, con besos.
Algunas veces con violencia,
Cuando la comunicación no funciona.

Moviéndonos, luchando, sufriendo,
Pero, sobre todo, soñando.
Entrelazados entre el amor y el odio,
Entre la vida y la muerte,
Entre el dolor y la felicidad,

Pero especialmente entre nosotros mismos,
Entrelazados desde la creación,
Hasta la aniquilación y hasta una nueva creación,
Entrelazados en la ignorancia de lo que somos.

LA FELICIDAD

En el planeta azul,
todos soñaban el mismo sueño,
Soñaban que querían ser felices.

Era tan fácil. Parecía que, al nacer,
todos gozaban de esa capacidad,
pero habían aprendido
durante cientos de años a ignorarla.

La habilidad de ser feliz se iba perdiendo
poco a poco para algunos
y de una manera drástica y definitiva para otros.
Alguien tuvo una sugerencia y dijo:
“Sufre, para que seas feliz”.
Y muchos siguieron el consejo.
Otro dijo: “Acumula cosas para ser feliz”
Y otros miles lo siguieron.

Más tarde alguien gritó:
“Si tienes placeres físicos vas a ser feliz”
Y ahora sí, millones lo siguieron.
Otro aún más inocente proclamó:
“En la comida está la felicidad”
Y se llenaron y hastiaron y enfermaron
y murieron debido a esto.

Alguien más astuto dijo:
“Haz lo que yo te mande y serás feliz
En la próxima vida.”
Y miles de millones siguieron
a los que vinieron con esta teoría.

Sin embargo, no eran felices.

Yo le pregunté a mi sobrinito
Que tiene síndrome de Down,
Dime Andrew, ¿Cuál es tu secreto para ser feliz?
Él agachó su cabecita con la humildad de un sabio
Y me regaló una sonrisa.

UNA MADRE

Era buena, era dulce.
Su miraba brindaba mucha paz y ternura.
De sus labios brotaba solo amor y dulzura
Con una voz muy suave y siempre una sonrisa.
En sus manos tenía el olor de una madre,
De madre que trabaja,
De madre que cocina,
De madre que recoge,
Las ropas, los juguetes,
De la madre que abraza,
De la madre que ayuda,
De la madre que llora,
De dicha cuando mira,
que su niño sonrío,
De angustia cuando siente que su niño está en pena.

Su cabello brillaba a la luz de la aurora
Alistando loncheras
Y haciendo el desayuno,
Madre como ninguna
Y madre como todas,
La madre que aliviaba
La más pequeña pena.

Con alma de paloma
Era madre que sueña
Y madre que callaba
Para evitar problemas.

Madre que daba ejemplo
Era madre que reza,

Era madre que espera
Era madre abnegada
La que todo lo acepta
La que todo pudiera,
Por el hijo que adora
Y ese hijo eras tu.

HALLAZGO

Su alma se metió en los ojos de su amado, caminó por
sus caminos
y sintió el frío de sus miedos.
Su alma quería meterse en cada rincón y en cada
recuerdo.
En el fondo de su corazón y su conciencia
Quiso conocerlo tanto y tan profundamente
que se olvidó de vivir su vida.
Quiso escarbar en el pasado de él,
como si buscara encontrarse ella misma.
Fue entonces cuando lo supo,
como se saben las cosas que no se pueden explicar.
Con una certeza tan ilógica.

A MI ALREDEDOR

La lluvia afuera dando esos brinquitos
que la hacen tan amistosa y adormecedora.

En mi computador la música de piano
que alguien tomó prestada de las altas esferas.

La lamparita sobre la sencilla mesa de madera,
que quien sabe cuántas manos hicieron posible,
la cual me permite escribir en la noche.

Una silla, una casa abrigada,
la posibilidad de tomar agua purificada,
el trabajo que me permite comprar comida
pagar mis gastos y seguir viviendo,
una cama limpia y confortable,

unos tulipanes sobre la mesa del comedor,
Y dentro de mí, una mente que todavía cuestiona,
un corazón que aún puede amar,
unos ojos de los cuales suelen salir lágrimas,
recuerdos, sueños, ilusiones,
Qué más puedo pedir. Todo es perfecto, gracias vida,
Todo está bien, gracias de nuevo vida.

A MI TÍO MARIO

Hola Mario, mi tío,
ejemplo de buen hombre,
Transparente, sincero, con principios,
Dicen que te moriste, no lo creo.
Cómo muere el cariño, los valores,
Tu ejemplo, tu entereza, tu lealtad,

Esas cosas no mueren,

Mas perduran,

Te quedas en las fibras del recuerdo,

En tus hijos, tus nietos, tus amigos,

Te quedas con nosotros porque hiciste,

De una vida muy simple, una vida decente,

¡Y eso es mucho!

No creo que hayas sido tu cuerpo y sus funciones,

Sería como creer que la música,

es un conjunto de sonidos,

O que un poema, es un conjunto de palabras...

Dicen que te moriste, no lo creo.

A LYLA

Con tu dulce mirada de preciosa chiquilla
feliz entre los brazos que te brindan amor,
despiertas a este mundo y avanza tu barquilla,
por el río de la vida, a mostrar tu valor.

así a crecer comienzas, del saber al encuentro,
aprendiendo las cosas del humano soñar,
afianzando tus pasos del error al acierto,
con risas y con llantos, como suele pasar.

Con tu tierna sonrisa de un ángel sin sus alas,
con tu simple palabra, con tu azul suspirar,
envuelves nuestras almas al ritmo de tu historia
y un amor inefable nos haces despertar.

*Poemas de
Añoranza*

SUEÑO

Fuiste el sueño de mi alma
que te creo soñándote
Para amarte y luego perderte.
Eras un sueño inalcanzable,
fugaz como todos los sueños,
Sin embargo, no eras un sueño más,
Eras el más complicado de todos ellos.

Ahora estas mudo, con tus pálidos labios,
cerrados para siempre,
Sin poder dar una razón una sonrisa o un hasta luego.

Tu corazón que no sentía ahora tampoco palpita.
Tus ojos sin lágrimas ya no podrán lloran,
aunque quisieran,
Así te vas de pronto como un ave de paso,
Como una golondrina de verano.

Como esas rosas que florecen
y mueren, sin haber alegrado el alma
y sin haber esparcido su perfume.
Así de triste es tu muerte
Pero al menos ahora
tienes una excusa para no sentir.

Nada importa,
solo queda una pregunta en mis labios,
que nunca se cansaron de tus besos
y queda un vacío en mi corazón.
Te moriste sin una sonrisa,
sin una lágrima y sin un adiós.

Mi alma aún se pregunta
si solo fuiste un sueño
O el resplandor de una estrella,
en una noche oscura y silenciosa.
¿En qué momento se perdió tu alma
y a donde te llevaste la mía?

HOY

Hoy quiero dormir hasta que despierte.

Hoy no quiero tener afanes,
hoy quiero agradecer
y escuchar a los pájaros.

Hoy quiero tener tiempo para mí,
tiempo para pensar
y tiempo para ser feliz.

Hoy quiero relajarme y descansar,
observar la naturaleza
y tomarme un café, tranquila.

Hoy quiero llamar a mis hijos
y decirles cuanto los amo
y quiero conversar con mis nietos.
Hoy quiero sentir que ya hice mi parte
y que esa parte estuvo bien hecha.
Hoy, mientras aún estoy viva.

SONETO A MI GATO

Mi gato es Tom, de raza Azul de Rusia,
Cuenta a los tigres entre sus parientes
De mirada felina y blancos dientes
Se sacude y se limpia si se ensucia

Muy peludo y gordito así es mi gato
En el patio hay un hueco, si está ausente
Viene corriendo cuando escucha gente
Saluda y los molesta por un rato

Tom despierta temprano con la aurora
A veces maúlla, se entristece y llora
Bajo el sol, que acaricia suavemente.

Es intrépido y listo cuando caza
Es dormilón mientras la lluvia pasa
Y me mira a los ojos fijamente.

GRATITUD

Quiero aprender a tener la gratitud de un perro.
Agradece mi compañía sin mirar cuanto tiempo de ella
le doy.

Agradece su comida sin preocuparse
si habrá mejores sabores o si mañana también la tendrá.

Agradece el clima, el sol, la lluvia, el frío,
la nieve, porque se sabe parte de la naturaleza.
Agradece su vida, sin compararse con los otros
animales.

Quiero aprender a sentir la gratitud profunda que
brinda felicidad,
no la gratitud de la gente educada
que dice gracias cuando se espera,
ni la gratitud egoísta de los que dicen:
gracias por mí, por mí y por mí...
como si la vida fuese su sirviente personal.

Quiero sentir la auténtica gratitud de los árboles,
de las flores o de los ríos.
La gratitud de quien no se atreve a pedir nada,
pues considera que ya tiene mucho
y que ese mucho es totalmente inmerecido.

Sentir gratitud por la vida,
no solo mi vida y la de mis seres cercanos,
sino la vida misma.

Gratitud por la belleza y la fealdad,
la cual es una belleza diferente.

Gratitud por ser capaz de agradecer.

Gratitud por lo que es, lo que fue y lo que será,
lo que viene a ser la misma cosa.

Gratitud por el bien hecho sin buscar recompensa,
El cual es el único bien posible.
Dar las gracias por el mal evitado, con naturalidad
Y no por temor al castigo o remordimiento.

Gracias por el Amor,
es lo que queda cuando perdemos todas las etiquetas
creadas por el ego y le quitamos a los demás las suyas.

Gracias por el cambio, que acepto,
como el mar acepta la calma y la tempestad;
como el campo acepta el verano y el invierno;
las aves aceptan sus migraciones
y los animales aceptan la vida y la muerte.

Solo los seres humanos se aferran a permanecer
y se niegan a aceptar los cambios
que no sean buscados por ellos mismos.
Cuando alguien termina de amarnos,
nos frustramos y deprimimos.
Igual con los trabajos, así nos hagan miserables,
nos aferramos a ellos.
Nos aferramos a nuestros objetos,
amigos y rutinas.
No podemos aceptar
que nuestros seres queridos se marchen.

Gratitud es valorar y apreciar,
Pero también dejar ir y dejarse ir

Dejar de existir para uno mismo
Y su pequeño círculo.

Gratitud es buscar siempre la manera de dar algo
De uno mismo hacia la vida
Y no solamente
Hacia los que considero
Como parte de mis propiedades.

Trinar de Pájaros

Van los pájaros trinando, no cesan de gorjear,
No sé qué estará pasando, hermoso los oigo piar
Me asombra cuantos sonidos con diferente intensidad
Lo agudo de su sentir, los cantos de su hermandad.

Como no pueden hablar tampoco pueden mentir,
Si los hombres cantaran sin parar,
no tantos tuvieran que morir.
Nuestro mundo giraría con un bello y suave trinar.

LO ANORMAL

Lo anormal no es sentirse angustiado, inconforme,
Frustrado, inseguro, molesto o afligido.
Lo anormal no es tener problemas para adaptarse,
Para concentrarse, para disfrutar la vida, para socializar.
Lo anormal no es sufrir por cosas que no podemos
solucionar,
Por no saber más, por no entender.
Lo anormal es vivir como si todo fuera normal.

MI AUDIENCIA

Quiero escribir para aquellos
que jamás leerán mis libros.
Porque nunca pudieron aprender a leer.
Quiero escribir para aquellos
Que jamás leerán libro alguno,
(Aunque sepan leer),
Porque tienen vidas tan difíciles
Donde no hay un minuto de descanso.
Quiero escribir para aquellos,
Que consideran leer poesía,
Como una actividad para los ricos o desocupados
Ya que algunos de ellos con su pragmatismo,
Mantienen en movimiento esa máquina que es la
economía.
Quiero escribir para aquellos que no se atreven
a gastar dinero en un libro.
Quiero escribir para aquellos que piensan
Que la poesía o la filosofía no sirven de nada,
Porque quizás ellos tengan razón.

A MI PERRO TOBY

Pedazo de peluche de ojos bellos
Y un corazón tan grande como el mar,
Ya mueves tu colita de gozo y de emoción
Al verme regresar.

Tu mirada es de amor,
De un amor bueno,
De un amor simple, que todo lo da.
Cuando miro a tus ojos soñar quiero
Y explicarlo mi mente no podrá.
La relación que existe entre las almas,
Amo y perro, ternura y compasión.
La ternura me la inspira el canino,
La compasión se la inspiro a él yo.

DESPUES

La vida seguirá, también los sueños,
Las aves cantarán sus dulces trinos,
Los niños jugarán sus simples juegos,
Los viejos hablarán de tiempos idos

La tierra seguirá gira que gira,
El sol le prestará su luz de nuevo
El amor brotará con alegría
Y un beso se dará tras un “te quiero”

Uno tras otro, seres van naciendo,
Con ilusión, con risas y con llanto,
Uno tras otro, seres van viviendo
Y uno tras otro, seres van pasando.

La muerte se los lleva uno por uno
Y el dolor es enorme, igual la pena,
Sin embargo, amanece cada día
Y anochece también y el tiempo vuela.

Vida y muerte se siguen siempre dando
Y el mundo no detiene su carrera,
Vida y muerte, las sombras van llegando
Unos van, otros vienen nada queda.
La vida del que se ama no termina,
Así ya no esté allí para mirarnos.
El corazón lo guarda en la partida
Y la ilusión se aferra a no olvidarlo.

LA CANDELARIA

Barrio de mis recuerdos,
Barrio de mis amores,
Con calles empinadas y empedradas,
Con balcones.
Con puertas altas de maderas viejas,
Lleno de olores.
Lleno de nostalgias
Por tu calle empedrada, corrí por vez primera.
Barrio de gente simple y gente buena.
Barrio que aun visito en esas noches,
Que cargadas de sueños a él me llevan.
Y allí voy en mis sueños,
Cruzando por las nubes,
Cruzando por los tiempos,
Cruzando las fronteras,
Allí ando por tus calles,
Como buscando mi alma,
Allí llego a tu puerta,
La puerta que, de niña, significaba casa,
Mi hogar, mi madriguera
Y tu puerta no se abre
Porque allí ya no habitan,
Las viejas adoradas y yo quiero encontrarlas,
Mirarlas y decirles: Cuánto las quiero tías,
Mis viejas compañeras,
Las que junto a mi madre me enseñaron,
A qué sabe una changua,
Cómo alegra un bambuco,
Cómo suena un poema.

Qué lindo fue crecer con el cariño
De quien todo lo entrega
Y nada espera.

Esas viejas queridas, esas calles,
Tan llenas de sonidos,
Tan llenitas de ausencia.
Era La Candelaria,
Mi cuna, mi quimera,
Barrio de mis recuerdos,
Cargado de inocencia,
Cargadito de historia,
Que se queda en mis venas.

Plaza de la Concordia,
La marchanta y su nieta,
La tienda de la esquina,
Con aroma de panes que acabaron de hornearse,
Con aromas de ausencia.
Un cachaco que pasa y una anciana que reza.
Iglesias de mi infancia
Que guardan las tristezas
De los fieles que piden, de los fieles que esperan.
Recuerdos de los años, primeros de mi vida,
Cuando el mundo era chico,
Como la calle aquella.

Tiempos en que los niños al entrar saludaban
Y esperaban ansiosos
La invitación a hablar
Y respetuosamente, daban siempre las gracias,
Cuando el dueño de casa
Invitaba a pasar.

Tiempos de la elegancia,
Del libro de Carreño,
Bellos tiempos aquellos
Que jamás volverán,
Hoy parecen distantes, distantes y distintos
En este nuevo mundo, que corre sin parar,
Donde normas no existen y no existen modales
Y los niños gobiernan y los viejos, se van.
La casa de mis viejas, con copitas de vino,
Con muebles muy pesados
Y virgen con altar,
Casa con patio y flores
Y música de antaño,
Donde aprendí de niña,
Lo que vale soñar.
Pasar tiempo en el tiempo,
Pasar tiempo pensando,
Sin juguetes, sin planes,
Sin ese celular,
Que después se inventaron
Para arruinar la calma,
Pero igual lo compramos,
Para lucir normal.
Barrio La Candelaria
Mi Santafé querida,
Barrio de mis ancestros,
Memoria del país.
Barrio de las palomas
Y de las golondrinas,
Con balcones pintados
Y con su cielo gris.
Mercado de domingo
Con calles empedradas

Señoras con canasto, listas a regatear,
Señoras caminando con nieta de la mano,
Otra niña que pasa, me sonrío al pasar.
Era la vida criolla,
La vida de mi patria,
La vida que la vida
Me dio en mi Bogotá,
La vida con mis viejas en esa casa antigua
Que llena de recuerdos en mi memoria está.
Las viejas se marcharon,
Mis viejas ya no existen,
Arriba se ve el cerro
Cuidando la nación.
Cubriendo con su magia
El quehacer bogotano
Y a los pies de ese cerro,
Yo dejo el corazón.

MARIA TERESA BRETTELL

Nació en Bogotá, Colombia. Hija de Jorge Santos Vallejo e Inesita Jaramillo. Estudió once años en el colegio Santa Teresa de Jesús de Fontibón, con monjas católicas.

Sus estudios universitarios incluyen algunos semestres de Optometría, Ciencias Económicas

Estudió ocho semestres de Filosofía y Letras en la Universidad de Santo Tomás de Aquino. VUAD- Cali.

Además de varios cursos y seminarios en Computadores, Confección Infantil, Arte, Pintura y Seguros.

Ha enseñado español en universidades de USA durante varios años, además de otros trabajos y ocupaciones.

Sirvió como Vice Chair de la ciudad de Provo, Utah. Escribió para la revista La Voz Del Desierto de St. George, Utah y sirvió como representante de Docutah.

Sus experiencias personales, estudios y meditación, ayudan a perfilar su manera de ver el mundo y la vida.