



Serie "POESÍAS", n°: 55

"La Vida y La Muerte"

Elaborada por un asistente a las reuniones de Las Palmas

Déjate llevar por lo que sientes,
deja que te guíe el corazón,
permite que el amor llene estos versos,
deja que se exprese el mismo Dios.

La Vida es una hermosa sinfonía,
con la muerte llega un nuevo despertar;
vivo y muero muchas veces en el día,
cada instante me vuelvo a reciclar.

Cuando soy consciente del ahora,
lo disfruto con amor y mucha paz;
si me instalo en el pasado o en el futuro,
me pierdo de mi propia realidad.

Cuantos años divagué en los recuerdos,
y me dejé por la mente dominar,
perdiendo de vivir cada momento,
ahí, estaba muerta de verdad.

Soy el instante que ahora vivo,
los sentidos me ayudan de verdad,
veo la rosa que florece en primavera,
veo la luz que ilumina la humanidad,
escucho el aire que respiramos todos siempre
y veo la sombra que conmigo va.

Luz y sombra, vida o muerte,
cada día decidimos donde estar,
solo sé de verdad que estoy viva
cuando siento que respiro al andar.

Soy consciente al vivir en el presente
y a todos los animo a disfrutar;
es el gozo de escuchar al pajarillo,
que ahora canta en completa libertad.

Ver los árboles como mueven sus hojas,
el verdor de los campos al pasar,
la tierra floreciendo a cada instante,
la alegría de estar viva de verdad.

Disfrutando del aquí y el ahora,
como hacen los niños al jugar,
solo viven el ahora y son dichosos;
es auténtica su propia realidad.

La muerte solo es pura ilusión,
aún cuando se deje el cuerpo atrás,
lo que hace que yo sienta lo que siento,
se transforma en un nuevo despertar.

Es Dios mismo en cada uno de nosotros,
palpitando en cada paso a la verdad,
nos ayuda al despertar de la conciencia,
somos parte de esta bella realidad.

