CUANDO LA VIDA SE CANTA A SÍ MISMA

POEMAS MÍSTICOS

Maria Martínez Carné

La mayor parte de estos poemas fueron escritos durante los retiros advaita de silencio con Consuelo Martín a los que asistí durante varios años, y que se realizaban en el Monasterio de Santa Gadea, en Burgos.

En uno de estos retiros tuvo lugar un despertar espiritual, al que algunas poesías hacen referencia.

Existe un libro de relatos y poemas que profundiza en esta experiencia titulado: "Consciencia no dual. Relatos y poemas de un despertar espiritual",

que también se encuentra en forma de blog en internet http://conciencia-no-dual.blogspot.com/

Mi intención al compartir estos poemas es trasmitir un destello de toda esa belleza, verdad y amor que he ido descubriendo, y que nos pertenece a todos.

Un abrazo de corazón

María Martínez Carné

2022

ÍNDICE

1. *Amanecer*
2. *Tu canción*
3. *El Ahora*
4. *Cuando no soy nadie*
5. *Diálogo con el Amor*
6. *El final de la búsqueda*
7. *Equilibrio*
8. *Agradecimiento al Maestro*
9. *Rendición*
10. *Al contemplar la Verdad*
11. *Sonido primordial*
12. *Presencia: El secreto abierto*
13. *Ahora sé*
14. *Emociones y Luz*
15. *Quietud y cambio*
16. *Cuando te doy la bienvenida*
17. *Sueño*
18. *El pensamiento y la Luz*
19. *Piñones en el bolsillo*
20. *La fiesta de las hormigas*
21. *Espacio que vuelve al espacio*
22. *A la luz de la Verdad*
23. *No hay dos*
24. *Te siento sufrir*
25. *Percepciones*
26. *Huellas de dinosaurios*
27. *Despedida*

AMANECER

Me estremecí al mirar el arcoíris
erguido sobre la montaña,
mientras relámpagos y truenos
le cantaban su nana.

Me estremecí al mirar los girasoles
con sus redondas caras
y sus manitas verdes, estrenando
la luz de la mañana.

Me estremecí al mirar a las hormigas
cargando su cebada
una tras otra, en ordenada fila,
por la tierra mojada.

Me estremecí sintiendo la Belleza
tras las cosas que pasan,
y moré en el lugar de donde vienen
la Belleza y la Gracia.

TU CANCIÓN

Cuando este lápiz parece cobrar
vida propia,
y sin que nadie quiera, en el papel,
brotan las letras,
es que te has apropiado el corazón.
Y en esa hoguera,
me consumo en tu fuego abrasador,
sin darme cuenta.

Todo se vuelve entonces la canción
con que te cantas:
El sonido del viento, el sol, la flor,
risas y lágrimas.
Y en medio de ese canto siempre Tú,
Vida Sagrada,
que desbordas y estallas en amor
hecho palabras.

EL AHORA

En los campos segados
de trigo, el viento,
mil semillas dejó
cubriendo el suelo.

Voy pisando los granos
con mis sandalias,
y esa vida perdida
me hiere el alma.

Me preguntas por qué
vivo durmiendo:
El tiempo y el espacio
me sedujeron.

Me preguntas por qué
no me despierto:
Porque perdí la llave
de mi Silencio.

Me preguntas por qué
hay pensamientos:
La casa del presente
vendí a mi sueño.

Semillas del ahora,
Vida sin tiempo,
granos de Luz y Fuerza,
os voy perdiendo!

CUANDO NO SOY NADIE

Cuando no soy nadie
respiro y, de pronto,
los pulmones se expanden
y, entonces, soy el aire,
hasta el infinito,
todo el aire.

Cuando no soy nadie
miro y, de pronto,
los ojos se ensanchan
y soy la hierba, y el azul del mar,
y el reflejo violeta del sol en la malva.

Cuando no soy nadie
escucho y, de pronto,
el oído se abre
y soy el bramido del agua en las rocas,
y el susurro del viento
rozando el ala de la gaviota.

Cuando no soy nadie
siento y, de pronto,
el corazón explota,
y soy la piel del pájaro, y del pez,
del grano de arena y del papel
que contiene estas letras.

Soy la vida del hombre, de la hormiga,
del mar y las estrellas,
de las nubes, las montañas y la hierba.
Soy el agua, la tierra, el fuego y el aire.
Soy la totalidad de este sueño danzante…
…cuando no soy nadie.

DIALOGO CON EL AMOR

¿Quién eres? -te dije yo-
"Soy el AMOR" —me dijiste—

¡No te vayas por favor!
"Nunca me fui" —respondiste—

¿Cómo abrir el corazón
para así poder sentirte?
"Soy tu corazón" —dijiste—

¿Y qué es lo que sin cesar
te tapa y no puedo oírte?

"Me tapa el mismo buscar,
el ansia por descubrirme,
la mentira del pensar,
que dice que me perdiste".

¿Y cómo puedo arrancar
esa mentira y ser libre?

"La ignorancia la formó.
Deja que Yo te la quite".

¿Sólo eso? —pregunté—
¿Tan sencillo como dices?

"Permite que sea el AMOR,
y no "tú", quien lo realice",

Y a cambio ¿qué me darás?
¿La plenitud de vivirte?

"A cambio nada tendrás.
Mi vida tu muerte pide".

Hágase Tu voluntad
—escuché a mi voz decirte—

Y mientras el yo moría
el AMOR fue resurgiendo:
Paz, Belleza, Libertad,
Alegría sin objeto...

¡Nada quedó por amar
porque todo estaba dentro!

EL FINAL
DE LA BÚSQUEDA

Sentada en silencio, cierro los ojos
y te busco, te invoco, te grito,
rogándote que vengas a mí.

Mi corazón anhelante
late, segundo tras segundo,
esperando tu Presencia.

Pero, ¿No eres tú, acaso,
el sonido del viento
que escucho ahora,
y el mismo escuchar?

¿No eres tú la sensación
de mis pies en las sandalias,
y el mismo percibir?

¿No eres tú esta cortina negra
ante mis ojos cerrados
y el mismo ver?

¿No eres tú, incluso,
la impaciencia de encontrarte
tras el negro velo
y mismo anhelo?

¿No eres tú el ver, el oír, el sentir,
y el darse cuenta de todo ello
en este instante?

Te imaginaba vestido de príncipe de Luz,
pero tú quisiste acercarte tanto
que te vestiste de negro
y te pegaste en el centro
de mis ojos cerrados.

Te disfrazaste de viento
y susurraste en mis oídos.
E incluso te pusiste el ropaje
de la impaciencia
para estar dentro de mi corazón.

¡Oh, Ser!
¡Qué cerca estabas, y no podía encontrarte!
Nos separaba el abismo insondable
de buscarte fuera de este instante.

Eres el infinito sin tiempo
que se encuentra a sí mismo
en el aquí y el ahora.
Y todo lo que aparece
es tu sagrado rostro.

Ahora ya, sólo Tú Eres.

EQUILIBRIO

Se escuchan los disparos,
ladran los perros,
y los corzos escapan
hacia los cerros.

En el mundo irreal
de lo pensado,
el miedo y la violencia
van de la mano

Oscilando entre opuestos,
siempre oscilando,
a veces soy un corzo…
… y a veces ladro.

Entre juicios y apegos,
miedo y deseo,
la persona dormida,
sigue sufriendo

Con dulce indiferencia,
una voz sabia,
compasiva y serena,
brota en el alma

Y susurra en silencio
que aquí, en mi centro,
el Eterno Equilibrio
sigue viviendo

AGRADECIMIENTO AL MAESTRO

Había tanto agradecimiento,
que, desde dentro del corazón,
sembré el camino de pétalos de rosa,
cuando sentí tus pasos acercándose en la noche.

Había tanto agradecimiento,
que perfumé el aire con aroma de madreselvas,
cuando te vi llegar entre las sombras.

Había tanto agradecimiento,
que hice sonar una melodía de campanas,
y pedí a los ángeles que te cantasen,
cuando escuché tu suave respirar,
aproximándose, despacio, en la oscuridad.

Había tanto agradecimiento,
que, por fin, me quedé en silencio
Porque comprendí que tú eras Silencio,
y que era el Silencio Sagrado
quien me estaba llamando,
para encontrarnos en él,
siendo, ya, nadie.

RENDICIÓN

Amarillos y verdes
están los campos,
de grandes girasoles
almidonados.
¡Benditos girasoles!
De cara al viento,
entregándose al sol,
giran sus cuerpos.
Girasoles dorados,
recias cabezas,
que se inclinan al fin
hacia la tierra.
Girasoles de Luz
—los pensamientos—
se rinden hacia el Ser
cuando contemplo.

AL CONTEMPLAR LA VERDAD

En espirales de humo,
los pensamientos se alejan,
y en un momento sin tiempo
el Ser que soy se revela.

La Paz que tanto anhelaba
estaba siempre presente.
El Amor que suplicaba,
nunca había estado ausente.

La Belleza que buscaba,
en los mundos aparentes,
era la propia Consciencia
que me permitía verles.

Todo es Luz, todo es Presencia,
Consciencia resplandeciente.
Y al contemplar la Verdad,
ya no hay nadie que contemple.

SONIDO PRIMORDIAL

Algunos años ha, de madrugada,
me desperté escuchando en el silencio
un sonido brotando de la nada.

Inquieta, sin saber su origen,
me levanté despacio de mi cama.
No sólo era yo. En la misma sala,
mi compañero también lo escuchaba.

Desde entonces, en todos los momentos,
ese claro sonido me acompaña.

Lo escucho en el silencio de la noche.
Lo escucho tras los ruidos de la casa.
Lo escucho en las ciudades y en los templos.
Lo escucho en los ocasos y en las albas.

Es para mí la puerta del Silencio.
Es el umbral de la Sagrada Nada.
La vibración primera en el espacio
de la Consciencia-no-manifestada.

Sonido Primordial, tú me recuerdas
que todo es vibración, que todo canta.
Que el universo es música divina
y sus formas, canciones sin palabras.

Eres la madre dulce que me abraza.
El padre poderoso que me alza.
El hermano que siempre está a mi lado.
Y el Maestro constante que me llama.

PRESENCIA:

El secreto abierto

Más cercana que mi piel
o que el respirar,
más luminosa que el sol,
es la presencia de lo real.

Vacío y plenitud,
oscuridad hecha de Luz,
Amor, Verdad,
pura Consciencia, Libertad.

Mil sendas recorrí.
Mendiga en busca del amor
Siempre infeliz
por ignorar quien era yo.

Sin patria y sin hogar.
Sedienta de respuestas
a preguntas que con la mente
nunca encontré.

Busqué la felicidad
en los demás,
pero el espejo me mostró
desilusión y vacuidad.

Me esforcé por hacer
mil y un papeles de bondad,
y un "ego" astuto vi crecer
con su arrogancia.

Busqué la perfección.
Quise cambiar a los demás,
sin aceptar que en "lo que Es"
todo está bien, y en su lugar.

Traté de eliminar
miedo y rencor,
sin admitir que los creó
el espejismo de la separación.

Quise comprar la llave
de la liberación;
Y el secreto es que la puerta
nunca existió.

Creí ser este cuerpo,
ser esta voz,
y ahora se que soy la Vida,
y que ella canta esta canción.

Lo que nunca fue nada
es nada por fin.
Sólo presencia de lo real.
Lo que siempre fue,
es ahora y aquí.

Silencio del pensar.
Quien no era nadie
es nadie por fin.
Pura PRESENCIA de lo REAL.
AHORA Y AQUÍ!

AHORA SÉ

Creí haber hecho algo.
Ahora sé que soy puro Poder creador,
y mi Poder hace y deshace los mundos.

Creí que amaba a alguien.
Ahora sé que soy puro Amor
y mi Amor mueve los mundos.

Creí que sabía cosas
Ahora sé que soy pura Inteligencia
y que mi Inteligencia hace brillar los mundos.

Creí que era alguien
Ahora sé que soy puro Vacío
en el que caben todos los mundos.

EMOCIONES Y LUZ

Si le tiemblan las manos
a esta persona,
si el miedo la estremece
y se siente sola
Si no encuentra su hogar,
si está perdida…
la Luz que siempre fue
sigue encendida.

Si la ira aparece,
cortante y fría,
o viene la arrogancia,
con su mentira,
o acontece la culpa
dura y vacía…
con dulce indiferencia
la Luz la mira.

Si irrumpen los deseos
en este cuerpo,

y transitoriamente
queda durmiendo,
la misma Luz que Es,
vela su sueño,
y sigue iluminando,
desde el No-tiempo.

QUIETUD Y CAMBIO

Ha cambiado el viento.
Hoy sopla del sur.
Ayer del oeste.
Anteayer del norte.
Y antes fue del este.

Las hojas del chopo
no piensan, no piden:
¡Que no cambie el viento!
Y su danza siguen.

Ha cambiado el cielo.
Hoy reluce el sol,
entre blancas nubes.
Ayer eran grises,
con tintes azules.

Las hierbas del campo
no piensan, no piden:
¡Que no cambie el cielo!
Y su danza siguen.

Ha cambiado el alma.
Hoy está serena.
Ayer, alegría.
Antes fue tristeza.
Y antes hubo ira.

La mente en Presencia
contempla, no pide:
¡Que no cambie el alma!
Y en su quietud sigue.

CUANDO TE DOY LA BIENVENIDA

Vienes a escucharte
en este suave canto de los pájaros
que suena ahora,
en el golpe de la puerta,
y en el crujir del boli en el papel,
…a los que doy la bienvenida.

Vienes a mirarte
en la mano que sostiene el cuaderno
en el que escribo ahora,
en los verdes de las encinas
y en este amarillo pardo de las baldosas
…a los que doy la bienvenida.

Vienes a sentirte
en este estremecimiento de amor
que me sacude ahora
y en este nudo denso de temor
que surge ahora
... a los que doy la bienvenida.

Vienes a gozarte
desde el infinito hasta el aquí
desde la eternidad hasta el ahora,
y tu danza resplandeciente
hace estallar este corazón,
que se derrama en estrellas
con forma de lágrimas.

Lágrimas a las que Tú,
porque ya sólo Tú quedas,
… das la bienvenida.

SUEÑO

Soñé con un perro atado
en el jardín de mi casa.
Cuanto más y más tiraba
más aún se estrangulaba.

Sus gemidos, en la noche,
despedazaban el alma
y hasta la luna, en el cielo,
con ese perro lloraba.

Yo, en el sueño, lo veía.
La angustia me atravesaba.
¿Por qué no puedo soltarlo?
¿Qué parte de mí lo ata?

Vi murciélagos de miedo
planeando entre sus patas
y serpientes de deseo
en la hierba donde estaba.

Y vi que yo no era el perro,
ni la correa, ni nada.
Y a la vez, que lo era todo:
Amor, Poder, Confianza.

Yo era el Soñador del sueño
y el sueño en que él se buscaba.
Más que mejorar los sueños,
despertar sólo anhelaba.

La persona, estremecida,
a la Luz ya se entregaba.
En el centro de su pecho
la Libertad despertaba.

Y al despertar, no su perro,
sino mil perros saltaban.
Porque de mil corazones
las cadenas se quebraban!

EL PENSAMIENTO
Y LA LUZ

El cuerpo trae problemas, o duele el alma…
Y ese nudo en el vientre viene y me atrapa.
Entonces, en silencio, quieta, callada,
me pregunto por qué se fue la calma.

Y veo el pensamiento, con su maraña
de mentiras hacerse rey de mi casa.
Al mirarlo, la Luz desenmascara
al impostor, oculto, tras la ventana.

Tiene por compañeras astutas damas
que prometen victoria en toda batalla.
Y por armas dos flores que aromas alzan
de paz y de belleza, poder y fama.

Sólo quiere ayudarme cuando me engaña
y sé que sólo miente por ignorancia.
Si la Luz lo ilumina calla y se marcha.
Pero cuando se queda....no pasa nada.

Si no se identifica nuestra mirada…
su sombra es sólo Luz que a la Luz llama.

PIÑONES EN EL BOLSILLO

Recogí nueve piñones
del jardín del monasterio,
para nuestro aniversario
poder celebrar con ellos.
Primero, sobre tu mesa,
esperaron y esperaron,
y después, en mi bolsillo,
se quedaron olvidados.

Otra fiesta y otro brindis,
que no estaba en lo pensado,
tejidos con el silencio,
el alma había preparado.
¡Los piñones son apegos,
alimento para el "ego",
y los frutos del "ahora"
son alimentos eternos!

La Luz de la Inteligencia
nos acercó en el camino,

y creímos ser dos soles.
¡Estábamos confundidos!
Agarrados de la mano,
ambas alas arrastrando,
apegado el uno al otro,
dos mendigos caminando!.
Luego miramos arriba,
y las manos se soltaron.
Supimos que en el Amor
no hay ataduras ni esclavos.

La luna, redonda y fría
del miedo, se fue rodando.
Y en el horizonte claro
fue amaneciendo despacio.
Vino el viento y la tormenta.
Vino el río y las cascadas,
que lavaron nuestros cuerpos
y limpiaron nuestras almas.
Los huesos de un joven ciervo
estaban en el camino,
recordando que los cuerpos
sólo son porque están vivos.

El sol iluminó el cielo
en lo profundo del bosque,
y dibujó un arco-iris
antes de caer la noche.
Siete colores que ven
unos ojos vagabundos
y sólo Una Luz que mira,
sin tiempo, allí en lo profundo.
"Abrir y cerrar de ojos"
es la vida en este mundo,
pero la Consciencia está
entera, en cada segundo.

Dos cuerpos siguen andando,
piñones en el bolsillo,
y una Libertad sin Nombre,
amanece en el Vacío.

LA FIESTA DE LAS HORMIGAS

En los bosques y valles
del río Iregua,
hoy tienen las hormigas
una gran fiesta.
A la vez han sacado,
grandes y bellas,
con alas nuevecitas,
a sus "princesas".

Bullen los hormigueros,
y las obreras,
junto con los soldados,
fuera las llevan.
Príncipes y princesas
trepan las piedras
y cuando están arriba
saltan y vuelan.

Millones de hormiguitas
al sol se elevan
y como nubes blancas
el aire llenan.

¿Cómo sabías tú,
pequeña obrera,
qué día y a qué hora
era la fiesta?

Qué mensajero halló
todas las puertas
y quién sincronizó
vuestras antenas?
¿Fue la estrella Polar?
¿la luna nueva?
¿O acaso sólo fue
… la Inteligencia?

Eterna Inteligencia,
Luz verdadera.
Mueves todos los hilos
de la existencia.
Y nada es por azar,
todo es Consciencia,
en el mundo fugaz
de la apariencia.

ESPACIO QUE VUELVE AL ESPACIO

En un instante el dolor ha venido
Cosas que el yo no quiere, a veces pasan
Y los cuernos del miedo se han hendido
en este vientre y en esta garganta
La sensación me duele en las entrañas,
y mil tenazas diminutas rompen
en pedazos… la quietud del alma.

Un pájaro se mueve entre las ramas
El estallido de su canto brota
encendiendo la luz en esta noche,
recomponiendo las células rotas
Lo Eterno, lo Sagrado, se revela,
sintiendo la armonía de sus notas.

El fuego abrasador del sentimiento
se levanta de en medio de sus brasas
Asciende por mis venas y se eleva,
quemando los espacios de mi alma,
hasta que sólo quedan las cenizas
alimentando el sol de la mañana.

Espacio que por fin vuelve al Espacio.
Serenidad. Silencio. Calma.

A LA LUZ DE LA VERDAD

Quise encontrar la causa del sufrir
y la Luz reveló los pensamientos
que me dicen que todo va a morir,
que soy sólo esta mente y este cuerpo.

Quise buscar la puerta del Amor
y la Luz reveló los pensamientos
que me dicen que Yo sólo soy yo,
y que existe un afuera y un adentro.

Quise hallar el umbral de la Verdad
y la Luz reveló los pensamientos
que me dicen que tengo que buscar
para llenarme de conocimientos.

Quise alcanzar la Fuerza y el Poder
y la Luz reveló los pensamientos
que me dicen que luche sin cesar,
porque a nada se llega sin esfuerzo.

Quise encontrar mayor Felicidad
y la Luz reveló los pensamientos

que me dicen que el mundo me dará
la plenitud, si logro mis deseos.

Quise que en mí brotara la Alegría
y la Luz reveló los pensamientos
que me dicen que antes he de borrar
los conflictos de mi historia en el tiempo.

Quise ver la expresión de la Belleza
y la Luz reveló los pensamientos
que me dicen que tengo que encontrar
la belleza exterior en los objetos.

Se entregó el pensamiento a la Verdad
y la Luz reveló, desde el Silencio,
que nada soy, que el mundo no está fuera,
que todo es la Consciencia y sus reflejos.

Que no hay dos, sólo Amor
e Inteligencia, en libertad fluyendo.
Que la vida es Poder y nada falta.
Que Alegría es el brillo de lo Eterno.

Y que Belleza es todo lo que ES,
al morar en el UNO, en el no-tiempo.

NO HAY DOS

Mirando a las personas
noto en sus ojos
la luz de un mismo anhelo.
Y es… que no hay "otros".

Observando los cuerpos
veo en los rostros
esa Verdad que somos.
Y es… que no hay "otros".

Oyendo sus palabras
siento que el Todo
se expresa por sus bocas.
Y es… que no hay "otros".

En profundo silencio
El Amor que brota
en Sí mismo deshace
en el UNO, a todos.

TE SIENTO SUFRIR

Te siento sufrir, y duele,
en este pecho tu pena.
Pena de añorar la Luz,
pena de ver tus cadenas.

Quisiera hacer una jaula
para encerrarla en mi alma
y aliviarte de tu carga
dejándola en mí guardada.

Quisiera morder tu mente
para arrancarle el veneno
y a cambio darte dos alas
para que alces el vuelo.

Quisiera arrullar tu sueño
cantándote dulcemente
con la música callada
del amor que en ti me tiene.

Apóyate en mi regazo,
llora si quieres, descansa,
que el alejarse del Ser
ha agotado nuestras almas.

Te siento sufrir, y duele,
en este pecho tu pena,
mas sé que es dolor de parto,
que es el Ser el que despierta.

Y el sonido de tu llanto
es alegría, no es pena,
porque es el ruido que hacen,
al romperse, las cadenas.

PERCEPCIONES

Suenan a la distancia
ruidos de agua.
Un fruto se deshace
en mi garganta.
Y el jilguero se posa
sobre la rama.

¿En qué lugar percibo
el canto del agua?
¿Dónde está ese sabor
de la manzana?
¿Dónde se ven volar
esas dos alas?

Todo está sólo AQUÍ
–fuera no hay nada-,
en la propia Consciencia,
pura y callada.

Transparente a la Luz
la mente queda:
Los objetos no velan.
Sólo RE-VELAN.

HUELLAS DE DINOSAURIOS

Tras los muros de piedra
del monasterio,
al cesar las palabras
del pensamiento,
fui levantando tejas
de este tejado,
que se llama "cerebro"
en lenguaje humano.

Pero bajo las tejas,
agazapados,
huellas de dinosaurios
se destaparon.
Las viejas energías,
alimentadas
por años, horas, vidas,
sacan la cara.

Huellas de dinosaurios,
paso y os miro,

pero no me detengo
en mi camino.
Dinosaurios de ira,
miedo y deseo,
sois huellas que el pasado
grabó en el cuerpo.

Ese cuerpo que es
Templo de Vida
donde en la lucidez
la Luz se mira,
abraza en el silencio
sus energías
y a través del dolor,
mira hacia arriba

Porque sabe que Dios
pintó jugando
huellas de dinosaurios
bajo el tejado.

DESPEDIDA

Se recogen las camas.
La luz se apaga.
Se cierran las maletas.
Los cuerpos marchan.
El monasterio, lento,
cierra sus alas,
y en el manto del tiempo
todo se acaba.

Toca emprender el viaje.
Los miedos vienen.
Pareciera que el mundo
implacable aceche,
con dientes afilados
para morderte
y robarte de nuevo
la luz que tienes.

¿No has comprendido aún?
¿"Quién" va y "quién" viene?
La persona no es nada…
la Luz "la tiene".

El Infinito irrumpe
en el presente,
y el viaje que ha de hacerse
es el más breve:
Al "aquí" y al "ahora"
¿Cómo perderse?