Reflejos del alma viva.

Manu cramps

Presentado por

Poemas del Alma

índice

Renacer

TRISTEZA

Ansiedad

Existencia infinita

Transformación

Caos

El Caminante

Soy Emoción

El Brillo

Piel sin Escudo

Necesito

Amistad

TEMPLANZA

LA VIDA

Alma Abierta

Latido fugaz

Anhelos

El motorista

Renacer

Creo que llegó la hora
Creo que llegó el momento

De mirar en lo profundo
de mirar en los adentros

De luchar contra los males
que genera el pensamiento

De atravesar la agonia
que de mi se va nutriendo

De llenar la noche fría
de luz y agradecimiento

De parar la lucha interna
que crea el desasosiego

De encontrar la nota exacta
que de sentido al concierto

De aprender de lo vivido
De conocer algo nuevo

De disfrutar de los seres
que son mi propio reflejo

De romper con las barreras
que frenan mi crecimiento

De florecer de la nada
sintiendo el florecimiento

Ya ha llegado la hora
Ya ha llegado el momento.

TRISTEZA

Quiero escribir los versos más tristes esta noche,
dejar caer rocío en mis mejillas,
desgarrar mi alma en cada estrofa,
abrazar la pena que no olvida.

Quiero esperar con ansia ese momento
donde la muerte confluye con la vida.
Quiero expandirme en cuerpo y alma,
viajar con soles y lunas perdidas.

Quiero volver al punto de partida,
renacer donde el dolor no habita.
Quiero borrar los ecos del tiempo,
emborracharme de nueva alegría.

Quiero ignorar las voces del miedo,
acabar de una vez esta agonía.
Quiero pensar que nunca fue cierto,
dejar fluir mi pena extinguida.

Quiero agotar la sangre en mis venas,
morir para nacer de nuevo.
Quiero alzar la mirada al cielo,
que la vergüenza se vuelva viento.

Quiero que el pulso lata sereno,
que la razón guíe mis días,
que el corazón susurre lento,
y en el alba mi sombra se rinda.

Quiero escribir los versos más tristes esta noche,
y esperar desangrando a que amanezca

Ansiedad

La ansidad ya comienza a ensordecer mis oídos y a oprimir con incalculable fuerza mis sentidos.

Todo se agita, todo se estremece y el sopor en que me hundo me enloquece.

Grita mi muda garganta, seca de la savia de la vida y escucho mi voz que golpea mi herida.

Al borde de la locura camino con paso torpe y el abismo que me absorbe me desarma y me corroe.

Se cierne la noche eterna sobre mi pecho agitado y en medio de la tormenta descubro tus ojos claros.

Ojos llenos de verdad, de risa, de amor, de llanto, que me devuelven la vida, que me acercan a tu lado.

Ahora vuelve la calma, ahora una aurora pálida ilumina mi silencio y lo llena de esperanza

Existencia infinita

Me contemplé la noche de mi eterno viaje, cuando el mármol teñía mis mejillas, y todo era desdicha en torno mío, y ante mi todo amor el mundo entero.

Mas una sutil mueca dibujada, le daba extraña luz a mi semblante, sabiendo que mi ser existiría, y del juego Estelar formarán parte.

Cuando el mármol teñía mis mejillas.

Ante mi todo Luz el Universo.

Transformación

No quiero pensar, mas pienso, que en mi mente desbocada sólo vive el sufrimiento, que ni las palabras calman ni apaciguan mi tormento.

No quiero pensar, mas pienso, que el camino lo hago solo, que me vence el pensamiento, que la frustración me invade y me deja sin aliento.

No quiero pensar, mas pienso, que mi juventud se ha ido sin disfrutar el momento, de sentir la vida plena, sin engaños, sin lamentos.

No quiero pensar, mas pienso, que el egoísmo del cuerpo es todo lo que recuerdo, que hasta el amor sucumbía en manos del vil deseo.

Sí quiero pensar, sí pienso, que la vida es un suspiro que se pierde como el viento, que hay que disfrutar andando, que hay que mirar hacia el cielo y agradecer el instante de sentirme firmamento.

Sí quiero pensar, sí pienso, que mi ser es algo grande, que el secreto está aquí adentro, que encontrarlo es el camino de vencer todos mis miedos.

Sí quiero pensar, sí pienso, en una luz cegadora que trasforme mi tristeza e ilumine mi silencio.

Caos

Implacable su paseo por la vida,
cogido por la parca de la mano,
esperando impaciente que algún día
la ventura la aleje de su lado.

Cruzando mares tempestuosos,
ignorando las voces de sus sueños,
en busca de una tabla salvadora,
al refugio de los malos pensamientos.

Su mente convulsa se retuerce
al igual que la anguila en el salabre,
anhelando la paz que nunca llega,
anhelando el silencio confortable.

El Caminante

Insondables valles,
ríos infinitos,
quebradas cavernas,
bosques de titanes,
y mares que, llenos de calma y olvido,
se elevan furiosos
hacia cielos vivos.

Secretos que el hombre
jamás ha encontrado,
pues de su rostro
resbala el rocío.

Para el corazón,
cargado de heridas,
es esta la tierra
de paz y de calma,
donde los espíritus
hablan en sombras.

Pero el caminante
que cruza sus lares
no osa mirarlos
jamás frente a frente.

Nunca esos secretos
serán revelados
a la triste y frágil
mirada del hombre

Soy Emoción

Nada me puede doler,
soy el dolor que habita.
Nada me puede herir,
soy la herida que palpita.

Nada me puede enamorar,
soy el amor eterno.
Nada me puede alegrar,
mi alegría es todo fuego.

Nada me puede entristecer,
vivo en la eterna tristeza.
Nada me puede iluminar,
pues soy la luz que destella.

Nada me puede oscurecer,
soy la noche en su condena.
Nada me puede destruir,
pues el caos es mi bandera.

Nada me puede asustar,
soy el miedo que impera.
Nada me puede hacer sangrar,
soy la sangre que se entrega.

Nada me puede tocar,
estoy esparcido en lunas.
Nada me hace latir,
soy el latido que dura.

Soy la emoción en el presente,
jugando con mi alma consciente

El Brillo

Un día tuve un mal sueño
y de ese sueño desperté.
En ese sueño mi alma
latía hasta enloquecer.
En ese sueño, fué el brillo
de un ser que me deslumbró.
En ese brillo, en su esencia,
derramé mi corazón.
Seguí soñando despierto,
seguí buscando ese brillo.
seguí mi latido eterno,
seguí mi fuego encendido
Pero buscando y soñando,
ese brillo se apagó.
Era imposible encontrarlo
fuera de mi corazón.
Un día tuve un mal sueño,
y los sueños.....vida son.

Piel sin Escudo

Siento el mundo como filo en la carne,
cada susurro me quema al pasar.
El dolor no huye, se queda y me envuelve,
latido a latido, me vuelve a cortar.
Lloro con furia, amo con hambre,
sangro en palabras que nadie comprende.
Soy un incendio en la piel de la noche,
una herida abierta... que aprende y que crece
Vivo el instante como un vendaval,
cada emoción me sacude y me arrastra.
La risa es un grito, la pena, un puñal,
y el miedo, un desgarro que quiebra mi alma.
Pero sigo en pie, sin coraza ni espinas,
con el pecho desnudo ante cada batalla.
Soy relámpago y sombra, viento y ceniza,
un eco que grita... y al final se abraza.

Necesito

Necesito calma, soltar este peso,
que el alma descanse del frío y exceso.
Necesito el llanto que lave mi herida,
perder esta pena que ahoga mi vida.

Necesito aires que limpien mi mente,
que borren las sombras de un sueño inconsciente.
Necesito fuego que queme esta duda,
que no queden ascuas, cenizas ni bruma.

Necesito armadura de cuero y de acero,
cubrir mi latido con fuerza de hierro.
Necesito el pulso que marque el destino,
abrazar mi vida, seguir mi camino

Amistad

No es la voz que brilla en días dorados,
ni la risa fácil en tiempos livianos.
Es la mano firme en noches calladas,
el faro encendido en aguas nubladas.

No teme el invierno, ni el viento que azota,
es raíz profunda que nunca se agota.
Es puente y refugio, abrigo en la herida,
es pacto sin dudas, sin fecha de vida.

Amigo es quien queda cuando todo calla,
quien carga tus penas, quien nunca te falla.
No es solo presencia, es alma que abraza,
un lazo infinito que el tiempo no arrasa.

TEMPLANZA

Dar sin esperar, como el sol al mar,
sentir sin entender, dejarse llevar.

Fluir sin ansiedad, como el viento al pasar,
caminar sin ver, confiando en el andar.
Sólo sentir, en el latido de la vida,
sólo renacer, en cada herida.
Sólo vivir, sin preguntas ni respuestas,
caminando en paz, con las huellas abiertas.
Sin buscar en el mañana, ni aferrarse al ayer,
sólo el ahora, sólo el ser.
Templanza en el alma, equilibrio en la piel,
un corazón que late, tranquilo y fiel.

LA VIDA

La vida es un río
que arrastra sin pausa,
sin diques que frenen,
sin tregua y sin causa.

La vida es un viaje
que quema los mapas,
que abre mil puertas,
que rompe ventanas

La vida es un pulso,
dolor persistente,
que azota tu alma
y late en tu mente.

La vida es un hilo
que danza en la herida,
que muerde la muerte,
que sangra y respira.

La vida es un sueño
sin forma ni norma,
un grito silente
que abraza su sombra.

La vida es apenas
un soplo fugaz,
un trueno que ruge
bajo un cielo estelar.

Alma Abierta

Con el alma abierta
y miedos cargados,
camino sin mapas,
sin rumbos trazados.

Mis latidos me guían,
la piel es mi testigo,
del caos que me invade
y la luz que persigo.

No niego lo oscuro,
me expongo en la herida,
porque, en lo más hondo
comienza la vida.

Soy fuego y ternura,
tormenta y consuelo,
el sol y la luna
buscando su cielo

Pero escribo mi historia,
con la tinta del llanto,
abrazando palabras
que me van resonando,

y en cada emoción,
sigo caminando,
en cada latido,
me sigo encontrando.

Latido fugaz

Pienso en ti y el pecho me arde,
recuerdo tu estar, mi miedo y mi fiebre.
Aquel bar de siempre, mi pulso cobarde,
mi corazón libre , mi alma en el aire

Tus ojos, dos fuegos clavados en mí,
tu cara, brillando al igual que una estrella
Mi sangre latiendo, queriendo salir,
mi caos gritando, rompiendo la espera.

Puse en tus manos mi herida desnuda,
mi piel sin defensa, mi miedo y mi todo.
Me fui con el eco de aquella locura,
llevando en el pecho su brillo más hondo.

Hoy miro de frente lo que no existió,
la vida siguió sin robarme el aliento.
No fuiste más que un latido fugaz,
pero ardió, y eso es eterno en el tiempo.

Anhelos

Anhelo componer versos mas hermosos,
sin sombras, sin dudas, sin miedos dolosos
Que el alma me llore sin penas ni heridas,
que el fuego me abrace sin darme salidas.
Anhelo otros mundos, sin pesos ni duelos,
Con aires más libres y cielos más nuevos
Que el pulso del alma no tema al abismo,
y el tiempo no mida lo que yo mismo.
Anhelo perderme en tus ojos serenos,
ver en sus reflejos caminos eternos.
Sentir que la vida es un eco vibrante,
que todo se funde en un solo instante.
Anhelo alegrías tranquilas, pausadas,
que alumbren mi mente, que vibren sin causas.
Anhelo emociones serenas, calladas,
que fluyan sin miedos, que no estén atadas.
Que el juicio del mundo no apague la esencia,
que el alma transite su propia conciencia.

El motorista

Es fuego envuelto en niebla sagrada,
aguijón y caricia en la misma jornada.
No tiene una ruta, no busca el camino,
se guía del pulso que marca el destino
Su piel lleva viento cosido en la trama,
y el llanto le brota, mas nunca lo apaga
Donde otros se asustan de tanta verdad,
él bebe en el río de la intensidad.
Su moto es su bestia, su eco rodado,
su alma en dos ruedas, su fuego domado.
El cuero no cubre, revela su esencia,
la vida sin filtro, la herida en presencia.
Transita los márgenes con luz en el centro,
respira deprisa, se entrega por dentro.
Puente entre el sueño, la carne y la voz,
entre lo oscuro y el claro fulgor.
Descubre belleza donde nadie explora,
la alza en silencio, nombra y atesora.
Con ojos de niño, con alma de sabio,
abraza lo frágil, lo simple, lo humano.
No va solitario, tres luces lo guían,
estrellas que arden y nunca se enfrían.
Y en cada latido le empuja el azar
de una utopía que le sabe a mar.