

EL COCINERO Y EL GARBANZO

RUMI (Versión de Fernando de Torrijos)

Se cuenta que muchos años atrás, vivía en algún lugar de Persia un cocinero que tenía un gran sentido de observación y percepción. En otras palabras, no se le escapaba nada de lo que ocurría en su entorno.

Un buen día, mientras estaba preparando sus guisos, notó que algo extraño ocurría en la cocina, y al girar la cabeza se dio cuenta que un garbancito estaba tratando de escapar de una de las ollas.

El cocinero de inmediato al percibir la intención del garbanzo, le dijo con voz asertiva, ¿qué es lo que estás haciendo? A lo que el garbanzo respondió asomándose tímidamente en el borde de la olla, no puedo aguantar más hace mucho calor en este lugar. No se te ocurra saltar, estás ahí por una razón y sin más miramiento y con el cucharón en mano el cocinero empujó el garbanzo al fondo de la olla.

No lo entiendo se le oía decir desde allí abajo. Déjame que te explique, replicó el cocinero, estás ahí por una muy buena razón. Te acuerdas de los años que crecías verde en las huertas del Indostán, recibiendo el rocío de la mañana y viendo pasar a los elefantes por las antiguas sendas. Todo aquello querido amigo era para venir aquí y ser depositado en esa olla.

Me puedes explicar un poco más, pues sigo sin entenderlo.

Ahí, querido amigo, estás recibiendo los efectos de los elementos, el hervor del agua, el aire que revolotea en burbujas, el calor del fuego, en el espacio en el que el contenedor de barro a creado para ti. Ahí, hijo mío, te está mezclado con un sinfín de sabores, unos dulces, otros amargos, otros salados y también picantes. Y según esto va ocurriendo, vas absorbiendo su esencia lentamente, poco a poco, al tiempo que te vas suavizando, haciéndote más tierno, más apetitoso, de forma que un día puedas servir de alimento para otros. ¿Entiendes ahora?

Y la moraleja de esta historia es que todos y cada uno de los seres humanos, somos el garbanzo, somos el cocinero y somos el contenedor la olla. Nos estamos cocinando a nosotros mismos de forma que lo mejor en nosotros, lo que es nuestra esencia sea lo que prevalezca.

www.rebapinternacional.com

atencionplena@aol.com

La casa de huéspedes por RUMI

Ser un ser humano es como una casa de huéspedes.

Cada mañana una nueva llegada.

Una alegría, una depresión, una maldad, una percepción momentánea aparece como un visitante inesperado.

¡Dales la bienvenida y entreténlos a todos!
Incluso si se trata de un conjunto de penas, que con violencia te arrebatan los muebles de tu casa, aun así, trata a cada invitado con honores. Quizás te esté limpiando para dar cabida a un nuevo regocijo.

El pensamiento oscuro, la vergüenza, la malicia, recíbeles en la puerta riendo e invítales a pasar.

Se agradecido quienquiera que sea que venga,
Porque cada uno ha sido enviado como un guía del más allá.

La brisa al amanecer...

La brisa al amanecer quiere contarte un secreto.
No te vuelvas a dormir.

Tienes que pedir lo que en realidad quieres.
No te vuelvas a dormir.

Las gentes van y vienen a través del umbral,
donde ambos mundos se juntan.

La puerta es un círculo abierto.
No te vuelvas a dormir.

de RUMI

Muere lentamente quién se transforma en esclavo del hábito,
repitiendo todos los días el mismo trayecto,
quién no cambia de marca,
no arriesga vestir un color nuevo y
no le habla a quién no conoce.

Muere lentamente quién evita una pasión,
quien prefiere el negro sobre blanco y
los puntos sobre las “íes” a un remolino de emociones,
justamente las que rescatan el brillo de los ojos, sonrisas de los bostezos,
corazones a los tropiezos y sentimientos.

Muere lentamente
quien no viaja,
quien no lee,
quien no oye música,
quien no encuentra gracia en sí mismo.

Muere lentamente
quien destruye su amor propio,
quien no se deja ayudar.

Muere lentamente,
quién pasa los días quejándose de su mala suerte
o de la lluvia incesante.

Muere lentamente,
quien abandona un proyecto antes de iniciarlo,
no preguntando de un asunto que desconoce,
o respondiendo cuando le indagan sobre algo que sabe.

Evitemos la muerte en suaves cuotas,
recordando siempre que estar vivo exige un esfuerzo
mucho mayor que el simple hecho de respirar.

Solamente la ardiente paciencia hará que conquistemos una espléndida felicidad.

MARTHA MEDEIROS (A Morte Devagar)

GANSOS SALVAJES

No tienes porqué ser bueno/a.
No tienes porqué andar de rodillas
cien millas a través del desierto,
arrepintiéndote.
Sólo tienes que dejar que el animal manso
de tu cuerpo ame lo que ama.
Háblame de desesperación, la tuya y te diré
la mía.

Mientras tanto el mundo sigue.
Mientras tanto el sol y las gotas claras de
lluvia se mueven a través de los paisajes,
sobre la praderas y las frondosas arboledas,
las montañas y los ríos.
Mientras tanto los gansos salvajes, altos en
el aire claro y azul,
se dirigen de nuevo a casa.

Quienquiera que seas, sin importar que
asolado/a,
el mundo se ofrece a tu imaginación,
te llama como a los gansos salvajes, a gritos
y con entusiasmo
una y otra vez anunciando tu lugar
en la familia de todas las cosas.

Mary Oliver

Anoche la lluvia me habló
por Mary Oliver

Anoche
la lluvia
me habló
despacio, diciendo,
qué alegría
me da caer
desde la fresca nube,
ser feliz otra vez
de una manera distinta
en la tierra.
Eso es lo que decía
mientras desprendía,
olores de hierro
y desaparecía
como un sueño del océano
entre las ramas
y la hierba debajo.
Entonces todo acabó.
El cielo aclaró.
Yo estaba de pie
bajo un árbol.
El árbol era un árbol
con hojas dichosas,
y yo era yo misma,
y había estrellas en el cielo
que también eran ellas mismas
en el momento
un momento en el que
mi mano derecha
sujetaba mi mano izquierda
que a su vez agarraba el árbol
que estaba lleno de estrellas
y lluvia suave –
¡imagínate! ¡imagínate!
los largos y maravillosos viajes
que nos esperan.

EL VIAJE

por Mary Oliver, Boston, 1992

Por fin un día supiste
lo que tenías que hacer, y empezaste,
aun a pesar de que las voces a tu alrededor
seguían disparando
sus malos consejos –
aun cuando toda la casa
empezó a temblar
y sentiste los viejos grilletes
en tus tobillos.
“Remienda mi vida”
gritaba cada voz
Pero tu no paraste.
Tú sabías lo que tenías que hacer,
aun cuando el viento escarbaba
con sus rígidos dedos
en los mismísimos cimientos, aun cuando su
melancolía
era terrible.

Era ya bastante
tarde, y una noche salvaje,
y el camino lleno de ramas rotas y piedras,
pero poco a poco,
según ibas dejando sus voces atrás,
las estrellas empezaron a quemar
a través de las capas de nubes,
y allí había una voz nueva
que tu despacio
reconociste como la tuya,
que te hizo compañía
mientras dabas zancadas más y más
profundas
hacia el mundo,
determinada a hacer
la única cosa que podías hacer
determinada a salvar
la única vida que tu podías salvar.

UN DIA DE VERANO

Por Mary Oliver

¿Quién hizo el mundo?
¿Quién hizo el cisne y el oso negro?
¿Quién hizo el saltamontes?

Este saltamontes, es decir- este que
se lanzó a sí mismo fuera del pasto
el que mueve las mandíbulas de adelante para
atrás
en lugar de arriba para abajo
el que mira a su alrededor con sus grandes y
complicados ojos.

Ahora levanta su frágil antebrazo y se lava la
cara
Ahora despliega sus alas al máximo y se va.

Yo no sé lo que es rezar,
Lo que se es poner atención, dejarme caer en la
hierba
Arrodillarme en la hierba.

Se como estar ocioso y dichoso.
Como pasear por los campos,
y eso es lo que he estado haciendo todo el día.
Dime, ¿qué otra cosa podía haber hecho?
¿No es verdad que al final todo muere y
demasiado pronto?
Dime, ¿qué es lo que piensas hacer con tu única,
preciosa y loca vida?

PERDIDO

Detente.

Los árboles al frente y los matorrales a tu lado
no están perdidos.

El lugar donde estás se llama aquí.

Y debes tratarlo como un desconocido poderoso,
más debes pedir permiso para conocerlo
y que te conozca.

El bosque respira. Escucha. Este contesta,
he creado este lugar a tu alrededor,
si te vas, quizás vuelvas otra vez, es decir Aquí.

No hay dos árboles iguales para el cuervo.

No hay dos ramas iguales para el gorrión.

Si lo que un árbol o un matorral hacen se pierde
en ti.

De seguro que estás perdido.

Detente. El bosque sabe donde estás.

Déjale que te encuentre.

-David Wagoner

(de las palabras de un anciano indio americano)

Ya en el camino

No debemos dejar de explorar
y al final de toda nuestra exploración
llegaremos al punto de partida
y conoceremos ese lugar por primera vez.

A través de lo desconocido, puerta recordada
cuando lo último de la tierra quede por descubrir
esto que era el principio;

en la fuente del río más largo

la voz de la oculta catarata

y los niños en el manzano

no conocido, porque no fue buscado

pero oído, oído a medias, en la quietud.

Entre dos olas del mar.

Rápido, ahora, aquí, ahora, siempre-

un estado de completa simplicidad

(costando nada menos que todo)

Y todo será bien

y toda forma de vida será bien

cuando las lenguas de fuego sean abrazadas

en el nudo encrestado de fuego

y el fuego y la rosa son uno.

por T.S.Elliot

ANTONIO MACHADO

Anoche cuando dormía
soñé, ¡bendita ilusión!,

que una fontana fluía
dentro de mi corazón.

Dí, ¿por qué acequia escondida,
agua, vienes hasta mi,
manantial de nueva vida
en donde nunca bebí?

Anoche cuando dormía
soñé, ¡bendita ilusión!,
que una colmena tenía
dentro de mi corazón;

y las doradas abejas
iban fabricando en él,
con las amarguras viejas,
blanca cera y dulce miel.

Anoche cuando dormía
soñé, ¡bendita ilusión!,
que un ardiente sol lucía
dentro de mi corazón.

Era ardiente porque daba
calores de rojo hogar,
y era sol porque alumbraba
y porque hacía llorar.

Anoche cuando dormía
soñé, ¡bendita ilusión!,
que era Dios lo que tenía
dentro de mi corazón.

EL POZO DEL DOLOR de David Whyte

Aquellos que no hayan atravesado
la superficie inmóvil del pozo del dolor
descendiendo a través de sus aguas oscuras
al lugar que nos sofoca

nunca conocerán la fuente de la cual
bebemos,

el agua secreta, fría y transparente,
no encontrada en los oscuros destellos
de las redondas moneditas
arrojadas por aquellos que desean algo
diferente.

MARES

¡Siento que el barco mío
ha tropezado, allá en el fondo,
con algo grande!

¡Y nada
sucede! Nada... Quietud... Olas...

-¿Nada sucede; o es que ha sucedido todo,
y estamos ya, tranquilos, en lo nuevo?-

Juan Ramón Jiménez

“YO NO SOY YO”

Yo no soy yo.

Soy este
que va a mi lado sin yo verlo;
que, a veces, voy a ver,
y que, a veces, olvido.
El que calla, sereno, cuando hablo,
el que perdona, dulce, cuando odio,
el que pasea por donde no estoy,
el que quedará en pie cuando yo muera.

Juan Ramón Jiménez

Llamó a mi corazón, un claro día,
con un perfume de jazmín , el viento.

-A cambio de este aroma.
todo el aroma de tus rosas quiero.

-No tengo rosas; flores
en mi jardín no hay ya: todas han muerto.

Me llevaré los llantos de las fuentes,
Las hojas amarillas y los mustios pétalos.
Y el viento huyó... Mi corazón sangraba...
Alma, ¿qué has hecho de tu pobre huerto?

Antonio Machado

COPLAS A LA MUERTE DE SU PADRE

Recuerde el alma dormida
avive el seso y despierte
contemplando
como se pasa la vida,
como se viene la muerte
tan callando.

Cuan presto se va el placer
como después de acordado
da dolor,
como a nuestro parecer
cualquiera tiempo pasado
fue mejor

Más si vemos lo presente
como en un punto se es ido
y acabado
si juzgamos sabiamente
daremos lo non venido
por pasado

No se engañe nadi, no
pensando que ha de durar
lo que espera
más que duró lo que vió
ya que todo a de pasar
por tal manera.

Nuestra vidas son los rios
que van a dar a la mar
que es el morir.
Allí van los señoríos
derechos a se acabar
e consumir.

Allí los rios caudales,
allí los otros medianos
y más chicos,
y allegados son iguales
los que viven por sus manos
y los ricos.

Este mundo es el camino
para el otro que es morada
sin pesar
más cumple tener buen tino
para andar esta jornada
sin errar.

Partimos cuando nascemos
andamos mientras vivimos
y llegamos.
Al tiempo que fenecemos
así que cuando morimos
descansamos.....

Jorge Manrique