

DEL ROCÍO
TAMBIÉN EL DESIERTO
FLORECE... UNA ROSA

365+1
POR EL AÑO
2000
GOTAS DE
ROCÍO
CONTRA LA
INFELICIDAD

Terenzio Formenti

Terenzio Formenti nace en Bagolino (Brescia) en el 1923 y vive en Brescia. Trabaja durante 25 años como farmacéutico. Luego pasa a la psicología y a la grupoanálisis trabajando en el "Centro Persona Pareja Grupos" constituido por el en el 1972. Sucesivamente descubre el psicodrama, y en el 1986 nace su encuentro con la poesía en una declamación espontánea: "Yo soy el arco iris de la noche". Nacen los libros "Aquiloni-Cometas", en la traducción española de Juan Baladán Gadea, "Amor en poesía" y "Bagolino en poesía", y otros. Su iniciativa como poeta y psicólogo promocional

se está concretando con la intervención, en italiano, español, francés, inglés y alemán, en "Internet" bajo el título "Librarse, liberar liberarse" como "Narración catártica", en la cual él propone, a través del intercambio de poesías, fábulas, cuentos, canciones y sueños, una comunicación que encuentre en lo simbólico una fuente de enriquecimiento, realización y descubrimiento de la armonía, alegría y felicidad posible. En los últimos dos años está experimentando un tratamiento totalizante sobre el cuerpo-persona que se sirve no solo de la palabra, de técnicas psicodramáticas y de la interpretación de los sueños, pero también del lenguaje icónico, masaje personalizado, poesía, música y danza.

Rafael G. Hernández M. nace en Medellín (Colombia) en el 1962. Ha estudiado psicopedagogía y fue docente universitario. Su carrera literaria empezó en el 1978 y ha escrito ya nueve libros de poesía y en los últimos años también novelas con los libros "El Hombre del Cencerro" e "La Mujer de los Silencios". Dedicó su tiempo a crear y a organizar programas para grupos de desarrollo personal y espiritual.

Juan Baladán Gadea: nació en Treinta y Tres del Olimar, Uruguay, en 1942. Finalizados los estudios de música siguió cursos de perfeccionamiento en composición con el maestro José Rosell, ex violinista de la Orquesta de Pablo Casals. Comenzó a escribir poesías cuando era niño. Sus poesías han sido publicadas en revistas literarias de Italia, Holanda, Suecia y Sud América. "Poesías de la cárcel" y "Otras poesías" fueron publicadas en el volumen "Voy soñando calles" - Edizioni Mondo Nuovo, Milano 1989. Su último libro es "De soledad y amor", "Di solitudine e amore", traducción Terenzio Formenti, Edición "La piccola editrice" Celleno (VT) Italia

Juan, guitarrista y compositor vive y trabaja en Brescia, Italia, desde 1985.

Raffaella Formenti nace a Brescia en el año 1955, se enamora del color durante una operación a los ojos. Después de los estudios de liceo se diploma "Maestro de arte" y a la Academia de Brera. Participa en Italia y en otros países del mundo a muchas Colectivas y Personales de Pintura y Gráfica. En este libro su creatividad se expresa en los dibujos presentes.

Se agradece Danilo Curci <quadrant@iol.it>, que garantiza cada día la lluvia de las gotas de rocío en Internet:

<http://www.egroups.com/list/dewdrop>

Edición privada imprimida en diciembre 1999

Colección: "Los senderos del rabdomante"

<http://www.geocities.com/Paris/9341>

(c) by Terenzio Formenti Via Ragazzoni 17, I - 25124 - Brescia

Email Internet: <terenzio@ns.numerica.it> Tel Fax +39.030.3365511

Poemas:<http://www.pegacity.it/utopia/case/newevoghost/>

Terenzio Formenti
poeta y psicodramatista

colección
"Los caminos de un rabdomante"

a Marisa

"tu has emergido de mi sueño como soñar y te volviste intensa
realidad de los días para crear juntos"

DEL ROCÍO
TAMBIÉN EL DESIERTO
FLORECE... UNA ROSA
"365 + 1 GOTAS DE ROCÍO FELICIDAD
PARA EL AÑO 2000"

Aquella mañana el rocío descendió tarde
porque se había quedado a escuchar
la danza del nuestro corazón
Rafael G. Hernández M.

Terenzio Formenti
Gotas de rocío... felicidad N°. 1-2-3

Rafael G. Hernández M.
Gotas del libro "Así te veo Mujer"
Gotas del libro "Sentir en silencio"
Gotas del libro "Quédate"

Terenzio Formenti
Gotas del libro "Fragmentos"
Gotas del libro "Puentes blancos"

Juan Baladán Gadea
Gotas del libro "De soledad y amor"

Terenzio Formenti
Gotas llevadas por el viento

Terenzio Formenti
poeta y psicodramatista

GOTAS DE FELICIDAD... POSIBLE

GOTAS EN EL PARABRISAS

cae
la primera gota
en el parabrisas

atentas...
las otras
le abren camino

ahora
como locas...

corren
se rozan
se acarician
se aman

pequeñas gotas
en el parabrisas

del libro: "HOJAS SUELTAS"
traducción Juan Baladán Gadea

Terenzio Formenti

GOTAS DE FELICIDAD... POSIBLE N°. 1

- 1 jugar al baseball con las gotas de agua que caen sobre el parabrisas
- 2 pintar una sombra de serenidad sobre un rostro triste, donandole una poesía, una sonrisa o las dos cosas
- 3 aceptar la compañía de una gota de agua encontrada en el oceano o bajo la lluvia
- 4 capturar una sombra nacida de la obscuridad... tal vez de la luz
- 5 acariciar una piel y hacer nacer un alma
- 6 acariciar con los ojos una figura que pasa y que suscita armonía
- 7 cruzarse con una mirada y sentir que algo nos nace dentro
- 8 darse cuenta que alguien esta haciendo algo por nosotros, precisamente por nosotros, y que lo hace con amor
- 9 acariciar un cuerpo y darse cuenta que estás dialogando
- 10 encontrar dos ojos y sentir que hablan con los nuestros
- 11 darse cuenta de estar respirando la armonía del universo
- 12 sentir que un niño se abandona a nosotros porque siente que puede fiarse
- 13 encontrar que una persona deja de lado su corteza y su coraza y se confía a nosotros
- 14 recibir una caricia que nos da vida
- 15 acariciar un cuerpo que se deja inventar
- 16 cruzarse con una mirada que nos regala algo
- 17 sentir una gota de sudor que nos baja por la espalda dándonos estremecimientos de placer
- 18 rumorear con las hojas del bosque
- 19 subir en el viento con las hojas de otoño llevadas por un torbellino
- 20 encontrar en una curva de un camino de montaña un remolino de hojas otoñales que alegres se nos echan encima
- 21 ser un grano de arena que juega con la olas
- 22 ser una ola que se estrella y vuelve a estrellarse contra los escollos
- 23 lavarse los ojos a la mañana y sentir que con nosotros, millones de ojos se abren a la vida en ese día
- 24 estar bajo a la lluvia y no sentirse solos

- 25 estar al sol y sentir que millones de personas gozan con nosotros de su tibieza, o sufren el calor que también nosotros estamos sufriendo
- 26 mirar la luna con ojos de enamorado/da - 27 mirar la luna y sentirse la única persona enamorada del universo
- 28 soñar con ojos abiertos y darse cuenta de ello
- 29 encontrar una mano que se confía a la nuestra
- 30 encontrar una mano que nos hace sentir el placer de ese encuentro
- 31 despertarse y sentir que alguien está respirando a nuestro lado
- 32 confiarse a un fuego que hace arder el nuestro esperar
- 33 donar fuego al nuestro esperar
- 34 preguntar a la lluvia como nace
- 35 preguntar al viento donde tiene su nido
- 36 encontrar un sonido y dejarse atrapar por él
- 37 dejarse capturar por la armonía del silencio
- 38 encontrar una persona que no nos conoce y nos saluda
- 39 hacer nacer con una poesía dos lágrimas de alegría
- 40 recibir el regalo de una sonrisa
- 41 caminar entre la niebla acompañados por nosotros mismos sin perdernos
- 42 confiar nuestro cuerpo y nuestra alma desnudos... al menos a las olas del mar
- 43 adormecerse a la orilla de un arroyo acunados por el murmullo de sus pequeñas ondas.
- 44 beber en un manantial de la montaña agua, regalo del universo.
- 45 escalar una montaña y sentir que le pertenecemos
- 46 adormecerse sintiendo de pertenecer al sueño del universo.
- 47 sentir que los poros de nuestra piel respiran y ríen con el universo
- 48 hacer nacer una persona y agradecerla por el regalo que nos ha hecho
- 49 reencontrar de tanto en tanto con estupor el niño que vive en nosotros
- 50 sentir que nos estamos inventando día a día
- 51 estar desnudos al viento y dejarse disolver por el sol
- 52 hacerse un manto de luna que juega entre las matas

- 53 seguir con los ojos una gaviota en el viento y perderse con ella en un vuelo infinito.
- 54 amar sin temer de perderse
- 55 perderse sin temer de amar
- 56 recordar de olvidar y olvidar de recordarse
- 57 escuchar para sentir
- 58 mirar para ver
- 59 hablar sintiendo el sabor de la escucha del otro.
- 60 hacer de modo que el otro, que está hablando con nosotros guste el sabor de nuestra escucha
- 61 darse cuenta que cada gota del mar juega con la vecina aunque no la conoce

GOTAS DE FELICIDAD... POSIBLE N.º 2

- 62 una piedra que nos habla
- 63 un mar que nos narra las leyendas de los pueblos que lo aman y de aquellos que lo odian
- 64 buscar entre las nubes el rostro de la persona amada
- 65 una golondrina que nos cuenta las aventuras del viaje hecho para volver hasta nosotros
- 66 un puercoespín que nos cuenta sus sueños
- 67 una estrella que cayendo nos pide de expresar un deseo
- 68 ver un arco iris en un cielo donde no está o en una noche sin estrellas
- 69 desear una buena jornada a una persona que nos mira como pidiéndonoslo
- 70 mirar las nubes de un cielo que nos deja con la boca abierta
- 71 sentir el sabor de un abrazo que nos hace existir
- 72 sentir que la primavera ha nacido también para nosotros.
- 73 descubrir que el otoño no es solamente la antesala del invierno.
- 74 la sonrisa que ilumina un rostro que no olvidaremos jamás
- 75 recibir un ¡gracias! y darse cuenta que, tal vez hemos regalado un fragmento de nosotros mismos.
- 76 darse cuenta que, tal vez, la felicidad no es solo una variante provisoria de la infelicidad.
- 77 transitar un camino de montaña donde cada uno saluda y es saludado por quien encuentra
- 78 darse cuenta que "hoy" no es solo un día que viene antes que mañana y después de ayer, sino que es el primer día de la vida que tendremos para vivir
- 79 una flor que nos canta una canción de amor
- 80 descubrir que el aire que roza el rostro del otro, roza también el nuestro y viceversa
- 81 darse cuenta que en una piscina, un río, un lago, un mar, el agua que moja nuestro cuerpo, moja también el de los otros, de cualquier color que el sea
- 82 percibir el cuerpo que tenemos bajo nuestros vestidos
- 83 darnos cuenta que estamos respirando y sentirlo como un regalo
- 84 estar entre la niebla y sentirse placenteramente envueltos

GOTAS DE FELICIDAD... POSIBLE N°.3

- 85 acariciar con los ojos las plantas, en compañía del sol, de la lluvia, de la nieve y del rocío.
- 86 reír con el agua del torrente y con la piel del lago encrespada por la brisa
- 87 sentir sobre la propia piel los estremecimientos de placer que siente la montaña hurgada por la guadaña del montañés
- 88 hurgar un bosque como lo hace el sol con sus hilos de luz
- 89 sentir la fragancia del heno al sol y el olor del bosque al primer chubasco
- 90 escuchar los rumores del bosque que se despierta
- 91 aventurarse a dar el paso que distingue contentarse de estar contento
- 92 encontrar dos brazos que te acogen y te dan el abrazo del universo
- 93 preguntarse si la luna que nosotros vemos es la misma que ven los otros, o si alguna vez puede ser también diferente
- 94 preguntarse si la idea que nos vino, aunque no nos parezca "luminosa", pueda ser igualmente "una bella idea"
- 95 conceder algún espacio al sabio loco que vive también en nosotros
- 96 dar algún espacio al hombre o la mujer de las cavernas que vive todavía en cada uno de nosotros
- 97 ejercitarse a descubrir que la felicidad posible, es necesario tal vez, buscarla, pedirla, regalarla, sembrarla, dentro de si mismo y en los otros y esperarla en los recorridos que le son habituales, los cinco sentidos:
vista, al descubrimiento del paisaje visivo;
oído, al descubrimiento del paisaje sonoro;
tacto, al descubrimiento del paisaje perceptivo;
gusto, al descubrimiento del paisaje gustativo;
olfato, al descubrimiento del paisaje olfativo
- 98 se podría agregar el sexto sentido, al descubrimiento de los sueños, del subconsciente, y de los lenguajes desconocidos

- 99 otros recorridos posibles podrían ser: el cuerpo, la mente y el alma; los componentes fundamentales del universo: tierra, aire, agua, fuego; las artes: dibujo, fotografía, pintura, poesía, escultura, música, danza, etc.
- 100 a todo, tal vez, sería oportuno agregar algo de sana disponibilidad a la sonrisa, a la risa, y a la argucia.

Gotas de "felicidad" destiladas y nacidas del libro "ASÍ TE VEO MUJER"

**del poeta colombiano Rafael G. Hernández M.
<pgrupo@epm.net.co>**

- 101 cultivar en las situaciones de amor no solamente el sentido de la precariedad y del instante fugaz, sino también aquel de la permanencia y de lo eterno.
- 102 cultivar el sentido de lo eterno; pero también la autenticidad y la peculiaridad de un ayer, del hoy, de un mañana.
- 103 probar a experimentar que cosa puede significar respirar a si mismo con si mismo, respirar al otro/la otra y/o respirar con él/ella.
- 104 jugar con la cercanía a los otros y la distancia de los otros, recordándose que también ellos tienen necesidad de jugar al escondite con nosotros.
- 105 preguntémosnos, en la pareja, en la amistad y en las situaciones importantes que significado tiene la palabra "nosotros" y sentir que emociones nacen de ella.
- 106 hacer de nuestro gusto o sentido del sabor un "paisaje de sabores", jugando a dar uno a las personas, a las cosas, a las situaciones.
- 107 vivir el encuentro como reencuentro, cada vez nuevo, cada vez mágico.
- 108 descubrir, jugando, el perfume y el olor de la otra/del otro y continuar a jugar en la realidad y en la fantasía con el paisaje olfativo que ha nacido del encuentro.
- 109 preguntémosnos que significado tiene el nombre del otro/ de la otra y que sentimos al pronunciarlo.
- 110 preguntémosnos que sensación específica nos da el sentirnos llamar por los otros con nuestro nombre, por "aquel otro", por "aquella otra".
- 111 el alternarse de la realidad y la magia de cada día generan y regeneran la sorpresa del encuentro, si somos curiosos y atentos al misterio y a los misterios que continuamente se asoman en la vida de cada uno de nosotros.

- 112 prestar atención al regalo que podemos recibir del encuentro con el otro/la otra o que pueden recibir los otros del encuentro con nosotros.
- 113 es necesario tener presente que una comunicación es mucho más significativa cuanto más nos estimula a jugar con las cercanías y las lejanías, de cualquier tipo que ellas sean.
- 114 aprender a acariciar la vida y dejarse acariciar por ella.
- 115 cultivar el sentido del abrazo de las cosas y de las situaciones que nos hablan y que nos hacen hablar de la persona amada.
- 116 experimentar la nuestra capacidad de crear, re-crear y vivir día a día la necesidad de la compañía recíproca.
- 117 velar hasta que la costumbre no vuelva planas las cosas bellas que nos pertenecen.
- 118 tal vez el amor se nutre de magia, sueño, fortuna; pero también de mucha paciencia y tenacidad.
- 119 impregnar la vida de encuentros para vivir en el modo más mágico posible.
- 120 no es solamente importante la magia que hacen los otros, sino también ella que podemos hacer nosotros.
- 121 el otro, la otra son un espejo mágico en el cual mirarnos no sólo con los ojos abiertos, sino también a veces, cerrados y soñadores.
- 122 vivir ardientemente, intensamente y con fantasía también las ilusiones.
- 123 con poca o mucha creatividad las desilusiones pueden ser vividas también como rampa de lanzamiento hacia otras, nuevas y maravillosas ilusiones.
- 124 amar, quizá, es también dejar que el otro/la otra viajen por nuestro cuerpo y en nuestra mente como pilluelos vagabundos en busca de si mismos.
- 125 amar es también sentirse tomado y sorprendido del misterio del otro/de la otra y no buscar demasiado de querer comprender.
- 126 amar es también no tirar una cosa o una persona bella para prevenir el miedo de perderla o ser abandonados.
- 127 amar es también aceptar y tener dentro de nosotros lo que somos y aún, a veces, también aquello que nos provoca algún sufrimiento.

- 128 encontramos el otro/la otra para reflejarnos en él/en ella. Pero que espacio dejamos al otro/a la otra si eventualmente tiene la misma necesidad?
- 129 tal vez no es siempre importante economizar energías y emociones, se puede también vivirlas intensamente. No sabemos todavía como funciona la pareja de fuerzas fugaz-eterno.
- 130 en la pareja cada uno puede ser placentera sombra del otro/de la otra. En el eclipse también la luna sabe obscurecer el sol; pero no hay conveniencia en insistir demasiado.
- 131 amar es cabalgar el tigre de la incerteza sobre los "como" y sobre los "porqué" de la vida.
- 132 amar puede significar también poder sufrir por el vacío que puede derivar de las ausencias y de los abandonos.
- 133 un lindo juego de la vida puede ser el de saber dialogar con las personas a través de las cosas y con las cosas a través de las personas.
- 134 encontrar una persona que siento me vuelve presente en mis espacios.
- 135 la pareja tal vez es también el encuentro de un yo y un tu bien identificados en un nosotros.
- 136 preguntémosnos en los hechos cuanto pueda ser importante que el otro/la otra sean también "otra presencia".
- 137 para que la verdad pueda ser aceptada desnuda debe ser al menos vestida de amor y de magia.
- 138 para que sea la comunicación "a dos", ninguno de los dos debe especializarse en hacer sólo preguntas o dar sólo respuestas.
- 139 pertenece al amor también el sentido de melancolía, de miedo, nostalgia, tristeza, y no solamente de placer, alegría, felicidad.
- 140 ser aire también para el otro/la otra. Respirarlo y dejarse respirar.
- 141 para amar es necesario ser, no basta tener, no basta hacer.
- 142 la esperanza es necesario que sea viva... al menos mientras se vive.
- 143 amar no es sólo espejo y sala de los espejos, es también eco y valle de los ecos.
- 144 a una comunicación de amor puede pertenecer también "la fiesta del eterno"

- 145 en el mundo de los sueños lo cercano y lo lejano, el pasado y el futuro pertenecen a un presente "eterno".
- 146 si escuchamos la naturaleza en su profundidad sentimos que toda ella participa al rito del amor.
- 147 el en-canto y la magia del enamoramiento piden no sólo de no ser olvidados, sino que se busque de renovarlos día a día.
- 148 en el amor encontramos al menos una gota que contiene un misterio siempre para desvelar, velar y revelar.

Gotas de rocío-felicidad destiladas y nacidas del libro "SENTIR EN SILENCIO" del poeta colombiano Rafael G. Hernández M. <pgrupo@epm.net.co>

"Sentir en silencio, sentir el silencio
y caminar los caminos del silencio"

"Sentir en silencio el silencio del universo
es quedarse a hablar con él aceptando
y ri-proponiendo el riesgo del dialogo"

- 149 el silencio es el universo que habla
- 150 el silencio es el universo que escucha
- 151 el silencio es el universo que se queda para escuchar
- 152 el silencio es capacidad de escuchar
- 153 para aprender a escuchar en el profundo necesita saber callar y acallarse
- 154 el silencio es capacidad de callar y acallarse
- 155 si deseas ser comprendido prueba a callarte
- 156 el silencio es una componente muy importante de la armonía del universo
- 157 ir a la búsqueda del amor que es en mi para escuchar el amor que es en el otro / la otra
- 158 ir a la búsqueda del amor que es en el otro / la otra para comprender el amor que es en mi mismo
- 159 quedarse atónitos en frente al universo, al umbral del sentir, sin la urgencia de quebrar el silencio
- 160 gozar el sabor del silencio y de los silencios de la vida
- 161 inventarse de tiempo en tiempo un nuevo norte
- 162 sentir el sabor y el significado de ser sombra, de hacer sombra, de quedarse en la sombra
- 163 puente entre mi y el sol es mi sombra, sombra de luz
- 164 gozar sombra y luz, las dos luces del crepúsculo
- 165 percibir la mágica fuerza de la ternura escondida en "nos-otros" y en "los otros"
- 166 Hacer nuevo el otro / la otra en el cotidiano
- 167 hacer nuevo el espacio de siempre para sentir nuevo el otro / la

otra

- 168 descubrir que también el silencio puede dar sabor a la vida
- 169 descubrir lo que me une y me separa del otro: el aire, el espacio, el suave movimiento de la tierra y el calor del sol y del amor
- 170 el silencio no es solo el contrario del ruido y del rumor, es también contrapunto, eco y cumplimiento de la palabra y de la armonía de los sueños y de los sueños
- 171 encontrarse con el diferente que hay dentro de mi para dejar salir mi auténtico ser y descubrir y re-descubrir el tuyo
- 172 descubrir como puede ser importante conjugar el deseo de soledad con la necesidad de la compañía y el deseo de compañía con la necesidad de soledad
- 173 vivir es también donar soledad a la compañía y compañía a la soledad nuestra y de los otros
- 174 la incertidumbre es buena compañera en el proceso de una vida en búsqueda sin fin, pero no interminable.
- 175 si caminas por entre piedras, podrías pensar que caminas en el camino equivocado, pero tal vez puede ser esta la senda justa
- 176 todos los días ocurre y se repite el milagro de la vida. Lo importarte es percatarse
- 177 la luz es descubrimiento y certeza; lo que falta tal vez en la vida para acercarse al encuentro de las ilusiones es encontrar un espacio a la sombra de la incertidumbre
- 178 estoy aprendiendo a escuchar, en la alegría de los flores y la caricia del viento, la sonrisa del sol y el latido de la naturaleza que me envuelve
- 179 al cabo del tiempo se deja sobre todo el testimonio de haber sido y no simplemente de haber hecho
- 180 hablar contigo es fácil solo si me acerco al susurro que viene desde muy adentro de mi.
- 181 gozar con conciencia las cosas que estaban siempre ahí
- 182 cuando me comunico en la dimensión del amor surge una obra mágica como resultado de este acercamiento
- 183 buscar el sabor del amor ayuda a conocer la vida desde dentro de cada uno
- 184 eternidad significa no solo el tiempo inexistente pero también el presente

- 185 el tiempo es un niño que juega al escondite con su sombra
- 186 el tiempo es un niño que juega con la arena a la orilla del mar
- 187 las ilusiones son el parque juegos de la felicidad posible. Lo importante es ir a jugar y a jugarse
- 188 escuchar el alma acallando la fuerza del pensamiento
- 189 el pensamiento puede devorar el "saber sabido", pero permanece en el tiempo el "saber sabor"
- 190 cuando se calla tu voz tu mirada y tu risa me hablan
- 191 de regreso al mi espacio de siempre encontré el otro / la otra en "la tranquilidad" del cotidiano y en el en-canto de la armonía dis-armonía entre luz y sombra
- 192 sentir en silencio el silencio del universo es quedarse a hablar con el aceptando y proponiendo el riesgo del dialogo

**Gotas de rocío-felicidad destiladas y nacidas del libro "QUÉDATE"
del poeta colombiano Rafael G. Hernández M.
<pgrupo@epm.net.co>**

"quédate... es un pregunta
una súplica, un orden, un deseo, un grito, un rezo"

"detenerse a la orilla del mar diciendolo
estoy aquí, viejo mar
devuelveme como tu solo puedes hacerlo
la palabra escondida
que me falta... hoy"

"que mis palabras
sean un tiempo y un lugar,
al cual los otros puedan...
acercarse y permanecer"

- 193 dejarse llevar en vuelo dulcemente sobre las alas del viento y acompañar en el viaje de la armonía del alma cuando baila su fiesta de amor
- 194 volverse amor es una fiesta única en su género
- 195 sentir que la presencia de un amigo puede extender mi existir más de cuanto yo pueda hacer
- 196 sentir el encanto del sonido de la naturaleza
- 197 reconocer de cuanta alegría y amor somos capaces
- 198 revelar en los ojos del otro/otra la magia del en-canto
- 199 vivir la vida como encuentro con la vida
- 200 hacer de la noche el lugar del nuestro re-nacer al nuestro existir
- 201 preguntarse cuando el otro/otra se aleja, que es lo que yo he dado y que es lo que el/ella me ha dejado
- 202 escuchar los tiempos eternos que estamos viviendo en lo profundo de cada momento
- 203 acercarse al murmullo de los sueños y encender colores para pintar las fantasías de la noche
- 204 no permitir que la noche extinga su luz y la fuerza de su misterio

- 205 acercarse con palpitación al misterio de la descubierta de una nuestra luz
- 206 sentir el latido de tu sonrisa y el ritmo de tu danza
- 207 vivir la noche como un tiempo y un espacio para recuperar fuerzas de nuestros sueños
- 208 amarte y vivir tus sueños en mi sueño y mi sueño en tus sueños
- 209 sentir el brillo de la luz en tus ojos como encuentro con la vida
- 210 sentir como un don la parte del otro que ha decidido de quedarse conmigo
- 211 transformar la incertidumbre-prision en incertidumbre-misterio
- 212 acercarse al misterio como sombra de nuestra luz y de aquella de los otros
- 213 libertad es también vivir como "liberante" la realidad y el misterio de pertenecer al otro/otra
- 214 notar que también las nubes sonríen cuando los árboles bailan
- 215 escuchar las voces del silencio de la noche
- 216 hacer siempre nuevo el hoy que envuelve nosotros y los otros
- 217 si deseas liberarte vive el misterio de la luz que se manifiesta dentro de ti
- 218 inventarme el amor hoy será una fiesta donde yo tal vez será el único invitado
- 219 tu has emergido de mi sueño como soñar y te volviste intensa realidad de los días para crear juntos
- 220 vivir la magia del encuentro... quizá de cada encuentro

**Gotas de rocío-felicidad destiladas y nacidas del libro
"FRAGMENTOS"
del poeta Terenzio Formenti**

- 221 cada partícula del mundo es una lágrima de infinito
- 222 una caricia puede llegar también de una tormenta
- 223 ser sorprendidos y felices por la vida que hemos recibido en don y por aquella que podemos dar como dádiva
- 224 velar en el universo, dormir con el universo - 225 buscar y encontrar la alegría que el nuestro cuerpo-persona quiere
- 226 danzar al ritmo del aliento de la hierba
- 227 convidar los sueños de la noche a danzar con nosotros
- 228 ir a la búsqueda de nuestra alma poética para condensar los fragmentos del mundo en armonía del universo
- 229 cogliere i fantasmi che vagano nello spazio della nostra mente e giocare con essi
- 230 aprisionar alas para producir energía, desaprisionar energía que libere la mariposa que vive en nosotros
- 231 aprender a acoger con amor, pero se ocurre, también a rechazar con "sana" rabiacapturar los fantasmas que vagan nel espacio de nuestra mente y jugar con ellos
- 232 vivir como armonía también un copo de nieve que cae en el fuego de un volcán
- 233 también una libertad puede pasar a través los tormentos de la dependencia
- 234 quizá también con un puerco espin encontrado en la noche se puede dialogar si dejamos caer las defensas de la lógica
- 235 acompañarse al viento que acaricia los hilos de la hierba del pasto
- 236 también las cosas que nos rodean viven, velan, duermen; intentamos gozar con ellas, tal vez nos sentiremos menos solos
- 237 vivir la realidad del día como algo que pueda dar sabor a nuestros sueños
- 238 intentar de inventar en el curso del día la escultura de nosotros que la luna ha construido con sus rayos en el curso de la noche
- 239 escuchar el estremecimiento profundo que con sus caricias la hola del tiempo ha provocado en nosotros

- 240 vivir la ambivalente riqueza que cada uno de nosotros encuentra entre un rostro maquillado y un alma desnuda
- 241 ser alquimista de la vida y reconocer el oro generado por el nuestro toco y por el toco de los otros
- 242 Aceptar que cada uno pueda tender hacia su felicidad y pueda tener su tiempo y su manera de conseguirla
- 243 la felicidad puede llegar también del cielo con una pluma de gaviota. lo importante es reconocerla , acogerla, y si posible, añadir un toco de magia
- 244 existe una soledad que es plenitud y otra que es angustia; compartimos la primera con la gaviota que vuela alta en el cielo y dejamos que sea ella a derramar la segunda sobre el océano; no olvidamos que las dos pueden ser una pareja de fuerzas
- 245 notar que son muchas las cosas, las situaciones, las personas que podemos temprar con los colores del arco iris, si intentamos de inventarlo
- 246 Fascinados de la armonía de los contrarios podemos aceptar que los otros puedan sentir nosotros como extranjeros y también extravagantes
- 247 robar al tiempo instantes de eternidad privilegiando el amor al odio
- 248 no sentirse solos a subir y bajar el rio de la vida porque cada gota juega con vecina, de cualquier lado ella sea, también si no la conoce
- 249 también aquellos de los cuales no vemos los ojos tienes ojos que saben ver
- 250 el aire pertenece a todos, el nos separa y el nos une, dejamos que nos acaricie y confiamos a el nuestras caricias
- 251 si intentamos de vernos a espejo en un gota de agua que cae, tal vez arriesgamos de enamorarnos de nosotros mismos y también de los otros
- 252 si intentamos de acariciar el aire, el mundo nos parecerá mas bello
- 253 el recuerdo de los colores del otoño puede dar calor también a un invierno vestido de hielo
- 254 también el mar como todas las cosas y las personas que nos circundan habla con tus ojos

- 255 si conseguimos ser dádiva para los otros, tal vez nosotros también encontraremos "un gigante bueno" que si necesite, sea capaz de infundirnos la poción de los sueños encantadores
- 256 saber gozar de cada instante que nos recibimos en dádiva "para volar aun en el viento" hacia cuando somos en esta vida

Gotas de rocío-felicidad destiladas y nacidas del libro "PUNTOS BLANCOS" del poeta Terenzio Formenti

- 257 sorprender el negro sobre el blanco y el blanco sobre el negro es facil, pero sorprender el blanco sobre el blanco y el negro sobre el negro es magia
- 258 ser siempre atenti al niño que dentro de nosotros es abierto a descubrir el mundo
- 259 hacer del presente el lugar de la realizacion de los sueños del niño
- 260 no olvidar de hacer compañía a nuestra sombra porque nuestra sombra haga compañía a nosotros
- 261 dialogar con las estrellas no significa vivir con la cabeza entre las nubes
- 262 cada abedul nace a primavera desde la blanca capa de la nieve y de ella tiene los signos sobre su tronco. Y nosotros?
- 263 ser como el viento que jamás se cansa de jugar
- 264 acariciar con los ojos lo bello que nos envuelve
- 265 caminar con los otros un camino de luz
- 266 respirar, cuando apenas se pueda, sol, amor y fuego
- 267 respirar con el universo porque un hombre y una mujer estan a nuestro lado desde antes de nuestro nacimiento
- 268 soy brisa , soy viento. soy agua del arroyo, puedo siempre jugar un juego nuevo
- 269 hay siempre un niño dentro y fuera de nosotros que curioso nos mira
- 270 sacar notas de la armonía del universo
- 271 aceptar de maravillarse y dejarse maravillar
- 272 buscar la cuna y la gondola presentes en cada hoz de luna
- 273 también un cachorro de nube que se ha perdido entre los rascacielos puede ser liberado por una ráfaga de viento
- 274 frente a los condicionamientos, liberar nuestros sueños
- 275 dejar vibrar nuestra alma también si las gaviotas gritan en el viento
- 276 escuchar con asombro cuando "las cosas nos hablan" sin sentirse ni estúpidos ni locos

- 277 ser brisa en nuestros sueños , y alguna vez también en los sueños de los otros
- 278 cada libertad vive de un vinculo, cada vinculo puede ayudarnos a inventar una libertad
- 279 ser una vela encendida que ilumina también la noche más oscura
- 280 sorprender, tal vez solamente con la fantasia, los olores disueltos en el viento

Gotas de rocío-felicidad destiladas y/o nacidas por libre asociación del libro "DE SOLEDAD Y AMOR" escrito en castellano por el poeta uruguayo Juan Baladán Gadea <juan@numerica.it> y traducido en italiano

por Terenzio Formenti Edición "La piccola Editrice".

- 281 saber confiarse en las manos de los otros y saber ofrecer manos en las cuales se pueda confiar.
- 282 vivir intensamente también la realidad de lo irreal.
- 283 intentar de ser para los que viven junto a nosotros y van hacia el mañana, guijarro del camino e isla de pájaros y flores.
- 284 vivir el presente eterno de un mañana que fue ayer
- 285 en las brumas del tiempo y de la lejanía volver a ser niños
- 286 también nosotros como el agua que corre y corre somos viajeros en busca de un mar.
- 287 ser río, llenarme de pájaros y sueños acunar la luna y dormir con las estrellas.
- 288 caminante soñador de horizontes fijo mi rumbo por estrellas que viajan incansables, mientras viaja el mundo por el cual yo viajo.
- 289... y la vida me hará arder hasta que llegue el día cuando desnudo volveré al silencio, a la arcilla, al soplo primigenio.
- 290 amarte es también asomarme sin temores al abismo del mañana.
- 291 atravesar los confines del tiempo... también con desgarrada voz.
- 292 cada sábado de noche es igual a tantas noches de sábado, y sin embargo tan diferente.
- 293 cuando las praderas se pierden en azul y lejanía hay siempre una calle que conduce a ellas.
- 294 jugar con las luces y las sombras que el sol lleva en nuestra casa.
- 295 pedimosnos cuanto espacio damos a los otros que entran sonriendo en nuestra soledad.
- 296 por qué delante a un fuego encendido. en vez de gozar y alimentar el calor, nos preguntamos hasta cuando permanecerá?
- 297 quizás lo que vuelve único el amor es ese morir y revivir en un instante.
- 298 la voz del otro llega a mi oído no cuando el me llama pero solo cuando escucho y entiendo sus palabras.

- 299 caminar por la ribera de la vida en busca de sueños e ilusiones perdidas en la espuma del mar.
- 300 penetrar el horizonte y ver y mirar además de él
- 301 nombrar el otro / la otra es dar a el / ella una luz que ilumina mi conciencia
- 302 para los que saben mirar, oír y sentir; "todo" es juego alrededor de nosotros: el lago, las olas, el viento, la playa, la espuma del mar, la piel de la tarde. Un juego imprevisible, circular, infinito
- 303 dormir puede ser también... acordarse de las estrellas que cansadas duermen entre los árboles lejanos.
- 304 acariciar las cosas, hablar con las cosas y dar a ellas voz. La vida es también eso
- 305 es bello, algunas veces, soñar un mar lejano y aquel puerto extranjero que quizás no conocimos nunca
- 306 el hombre es también una gaviota blanca y misteriosa que como buscándose a sí misma dibuja en el aire inéditos senderos, invisibles, transparentes
- 307 también las estrellas como muchachas enamoradas juegan a inventar constelaciones y a mirarse furtivamente en el grande espejo del universo
- 308 cuantas cosas sabemos más allá de las palabras!
- 309 jugar a perseguir sueños, quitándoles sus coloreados pétalos y inventándoles palabras y dramas y poesías
- 310 creer en la flor, la semilla, en el libro, pero también y sobre todo, en el hombre.
- 311 jugar con los niños y como ellos, inventando el hoy y el porvenir
- 312 el mar me invita a jugar con él y a volver a ser niño e yo me dejo acunar soñando
- 313 la noche juega con sueños y deseos, y despierta estrellas que titilan lejanas y me llaman... me llaman...
- 314 buscar entre las rocas y las ondas alguna tabla o trozo de velamen, o la brújula de la nave perdida en el abismo
- 315 esperar alimentando los sueños , moliendo los días y los años
- 316 alguna vez sólo podemos salvarnos viviendo cada día en el mañana ayudándonos recíprocamente a vencer la angustia y el olvido
- 317 infinitos pueden ser los amigos si es ilimitada la esperanza

- 318 como un guijarro que el río lleva hacia el mar (y con sus manos de agua vegetal redondea, acaricia, protege) te llevo y me acompañas. Te tengo entre mis manos de soñador y artista, te modelo y me transformas, sin prisa, andando... andando...

- 319 a veces mis palabras se vuelven ligeras como el viento, te acarician y juegan a enredarte los cabellos

Gotas de rocío "llegadas con el viento"

Terenzio Formenti <terenzio@ns.numerica.it

- 320 hemos pensado todavía que de la palabra estupor puede nacer sea el estúpido que el estupefacto
- 321 hemos intentado descubrir que hay no solamente el saber sabor pero también el saber estupor ? Y quizás, se podría encontrar un espacio para el saber juego
- 322 quien sueña solamente en la noche arriesga de no ver jamás lo que ven los que sueñan también en el día
- 323 para poder ver una estrella que baila, quizás, se necesita poner dentro de nosotros un poco de caos
- 324 cada día encontramos en la vida cosas y personas que nos parecen obvias; preguntamosnos si sea posible "jugar en serio" también con ellos.
- 325 ayer es historia, mañana es misterio, "el hoy" es un don. Quizás que sea por esto que se llama presente? (Sandra Monroy)
- 326 forse il tempo non è nato per essere ammazzato
- Quizás el tiempo no ha nacido para ser matado
- 327 hay infinitos modos para decir "hola". Tienen todos un significado si sirven para sentirnos vivos
- 328 quizás el infinito fue inventado con la intención de ofrecernos la posibilidad de tener tiempo y espacio para fantasear cada día
- 329 a menudo deseamos que los otros sean perfectos, por lo menos cuanto nos creemos de ser así. Pero sería interesante evaluar nuestros riesgos!
- 330 vivir es también: poner y ponerse, quitar y quitarse el velo , revelar y revelarse, re-velar y re-velarse, a nosotros mismos y al universo entero
- 331 quizás el rocío del amanecer lleva a quien lo sabe coger, las risas y los juegos de los gnomos y de los duendes de la noche
- 332 - con la luz, la obscuridad y los colores se pueden inventar muchos juegos y aun, quizás, un poco de alegría
- 333 quizás la felicidad posible consiste en el saber contestar a los interrogativos de los "si" y de los "pero" de la vida o a no preocuparse que necesita siempre encontrar una explicación que dea seguridad

- 334 aprender a agradecer los otros y quizás también nosotros mismos por lo que somos y lo que hacemos
- 335 no es necesario preocuparse de inventar el mundo, pero es importante no renunciar a hacerlo cuando nos sucede espontáneamente
- 336 inventar el presente, por lo menos cuando es posible, como tiempo y espacio del estupor y de la maravilla
- 337 mirarse en el espejo, en realidad o en la imaginación , y ver nuestro rostro reflejado en nuestras pupilas
- 338 puede ser un hermoso juego preguntarse como el otro ve su rostro reflejado en nuestras pupilas
- 339 ver nuestro rostro reflejado en la mirada del otro/a
- 340 preguntemosnos si un largo suspiro sea un respiro lleno de significado o sea causado por una respiración inadecuada
- 341 abrirse a los otros, por lo menos alguna vez, también cuando nos parece que la cosa interesa simplemente a ellos
- 342 juguemos a preguntarnos si hacer felices a los otros sea altruismo, egoísmo o autodestrucción
- 343 aceptar el riesgo de encontrarse para perderse es realidad, perderse para encontrarse es mágico
- 344 no preocupamosnos demasiado de aprender todo, porque nos quede algo que inventar
- 345 porque hacer notar a los otros solo los errores cuando nosotros esperamos que ellos hagan exactamente lo contrario
- 346 volar no significa necesariamente dejar de estar con los pies puestos en tierra
- 347 para volar, sobre todo en fantasía, no sirve tener el permiso de paracaidista
- 348 si olvidamos cosas y/o personas ya conocidas y encontradas, no hay que preocuparse, haremos así la fortuna de conocer "algo de nuevo"
- 349 si tienes "las baterías descargadas" recuerda que puedes pedir un poco de energía a un otro/otra
- 350 si te parece que todo para ti marche bien intenta de promover un cambio, podría ser un seguro contra los riesgos de aburrirse
- 351 el posible alguna vez pasa también a través de lo imposible. Por ejemplo: "ser sano como un pez"

- 352 asomarse con curiosidad al maravilloso y horroroso abismo que une y separa realidad y sueño, prosa y poesía
- 353 experimentar en la realidad la diferencia que hay entre reír y llorar para no llorar
- 354 averiguar en la realidad que diferencia hay entre cantar y "no llorar"
- 355 el significado de la palabra libertad lo se puede aprender en la vida también del pajarito en su jaulita que "si no canta por amor canta por rabia"
- 356 - muchas veces el reír se confunde con el llorar, pero si prevalece el llorar veremos una mueca, si prevalece el reír haremos un "reír hasta las lagrimas"
- 357 curar y curarse no es desmantelar un malado para repararlo
- 358 afortunadamente placer a nosotros y a los otros no significa necesariamente ser hermosos/as
- 359 para ser felices puede ser importante aceptar de serlo y también- mas simplemente de notar... de serlo
- 360 el amor y la felicidad se alimentan de sol, de estupor y de infinito
- 361 el amor y la felicidad se alimentan de sol, pero también de nubes , lluvia, rocío y algunas veces también de granizadas. En este caso es importante ponerse a refugio
- 362 el amor y la felicidad no son solamente frutos a recoger, pero con los cuales, madurar juntos
- 363 el estupor sirve porque el amor no pueda hacerse costumbre
- 364 se dice -feliz o infeliz a condición que sea amor-, pero cada uno piensa que el suyo será feliz
- 365 asegurar el otro que lo que es y lo que hace es bello, que lo que tiene es hermoso, es hacerle un regalo maravilloso
- 365 + 1 al amanecer de cada nuevo día hilos de luz despiertan luciernagas enamoradas adormecidas en gotas de rocío. Quizâs... que sean las nuestras?

DEL ROCÍO TAMBIÉN EL DESIERTO FLORECE... UNA ROSA

En la noche de los tiempos una gota de rocío llevada por el viento llegó hasta el océano. Al ver tantas gotas, se amedrentó y se avergonzó de su pequeñez. Pero el océano, se enamoró de ella a primera

vista y le ofreció una conchilla que la recogiese en sus valvas en espera que ella, pequeña gota al ser presentada a sus vecinas, pidiera de jugar y fundirse con ellas en la armonía del universo.