

Poema /Poem

Los hechos de la vida

Escrito por Pádraig Ó Tuama

Escucha
Que naciste
y que morirás.

Que a veces amarás lo suficiente
y a veces no.

Que mentirás
aunque sea a ti mismo.

Que te cansarás.

Que aprenderás más de las situaciones
que no elegiste.

Que habrá algunas cosas que te conmoverán
más de lo que puedes decir.

Que vivirás
que debes ser amado.

Que evitarás las preguntas que más
urgentemente necesitan
tu atención.

Que comenzaste como la fusión de un
espermatozoide y un óvulo
de dos personas que una vez fueron extraños
y bien pueden seguir siéndolo.

Que la vida no es justa.
Que la vida a veces es buena
y a veces incluso mejor que buena.

The Facts of Life

Written by Pádraig Ó Tuama

Listen

That you were born
and you will die.

That you will sometimes love enough
and sometimes not.

That you will lie
if only to yourself.

That you will get tired.

That you will learn most from the situations
you did not choose.

That there will be some things that move you
more than you can say.

That you will live
that you must be loved.

That you will avoid questions most urgently in need
of

Que la vida a menudo no es tan buena.

Que la vida es real
y si puedes sobrevivirla, pues,
sobrevívela bien
con amor
y arte
y significado dado
donde el significado es escaso.

Que aprenderás a vivir con el arrepentimiento.
Que aprenderás a vivir con respeto.

Que las estructuras que te constriñen
pueden no ser permanentemente constrictoras.

Que probablemente estarás bien.

Que debes aceptar el cambio
antes de morir
pero morirás de todos modos.

Así que bien podrías vivir
y bien podrías amar.
Bien podrías amar.
Bien podrías amar.

your attention.

That you began as the fusion of a sperm and an egg
of two people who once were strangers
and may well still be.

That life isn't fair.

That life is sometimes good
and sometimes even better than good.

That life is often not so good.

That life is real
and if you can survive it, well,
survive it well
with love
and art
and meaning given
where meaning's scarce.

That you will learn to live with regret.

That you will learn to live with respect.

That the structures that constrict you
may not be permanently constricting.

That you will probably be okay.

That you must accept change
before you die

but you will die anyway.

So you might as well live
and you might as well love.

You might as well love.

You might as well love.