LUNA'T LUNAS

INDIKASYON

Dahil wala tayong oras kumonsulta
Sa doktor, nagtatanong tayo ng mainam

Inumin para sa masamang nadarama.
Kahit hindi mga manggagamot,

Nireresetahan tayo kung aling tatak ang mabisa
Sa iba, kung ilang beses sa isang araw,

At gaano kamahal ang bibilhin. Basta
Malaki ang mamemenos sa gastos

Kaya nasanay tayong pinagagaling ang sarili,
Hinihintay na tuluyang tumalab ang tagubilin

Sa atin ng patalastas sa telebisyon.
Kahit wala na tayong hiyang magtanong

Dahil ibinabawal na ang magkasakit—
Ulo, ngipin, puson, bulsa. Inaalala

Ang silbi ng bawat isa para maunahan ang hindi pa
Dumadapo. Iinom kung bumabalik ang sintomas.

Kung minsan, wala nang bisa sa katawan.
Pakiramdam ko, wala nang pakiramdam

Ang sakit kahit lumaklak ng tableta.

PERIGEE

Nakahagis na tableta ang buwan sa panganorin at humupa
Ang pagwawala. Bumabalik sa pagkakahiga

Ang may sakit. Nananatiling nakasunod
Ang paningin hanggang umabot sa kabilang panig

Ng bintana. Ito, ang natutunaw na gamot tuwing lilipas
Ang mga gabi. Lunas na nakalutang sa magdamag.

Paglaon, muling mabubuo ang hugis.
Ito na ang pinakamalapit ang buwan sa kaniyang

Daigdig gayong laging kinakapos ang pagsalo
At pang-unawa kung bakit pilit isinusubo

Ang naubos nang gamot sa kaniyang bibig
Kapag inaatake ng sumpong at may iba

Nang nakikita. Mas pipiliing niyang lunukin
Ang higit na malaking pagkabaliw at tatawagin

Itong gamot. Ngunit hindi niya ito maaabot
Kahit malapit na malapit ang buwan sa paningin.

PARACETAMOL

Ingat, bilin ng aktor habang kunwari
Isusubo ang hindi nakikitang gamot

Sabay papalatak. Kung ganoon kabilis
Ang bisa laban sa sakit ng ulo

Sa magdamag na pag-aabang
Kung darating sa bahay ang anak.

Kung patutunugin ang dila't ngalangala,
Mababawasan ba ang konsumisyon ng magulang

Tuwing lalabas ang supling?
Ingat pa rin ang tanging ibibilin

Kahit dis-oras ng gabi, kahit araw-
Araw ang panenermong hindi na

Ligtas ang pag-inom sa labas.
At uma-umaga, idinaraing

Na masakit ang kaniyang tuktok o sumusuray
Ang buong paligid.

Iyan ang napapala ng pagsuway
Sa magulang. Kaya kahit wala pang laman

Ang sikmura, hinahayaan siyang uminom agad—
Dapat ulitin, para mawala ang hang over, isinasagot niya

Upang muling makalayas. Walang katiyakan
Kung paano siyang uuwi

Ngayon pang manhid na pagkatapos
Tamaan ng punglo ang ulo.

NAKNAK

Pagdating na pagdating natin
Sa bahay, pinatakbo mo ako

Papunta sa gripo para hugasan
Ang tuhod kong nagkasugat-

Sugat dahil nasubsob sa kalsada pagsampa
Sa dyipning biglang umarangkada.

Hindi ko malinis ang duming bumaon
Gamit ang sabong mahapdi kapag idinadampi

Kahit marahang-marahan. Alam mong ayaw ko
Kahit sa alkohol. Buti dugo lang ang lumalabas

At hindi laman gaya ng panakot mo
Nang minsang nadapa ako sa pakikipaghabulan

Sa kalsada. Sa takot mong makagalitan ni tatay
Pag nakita ang bahaging natuklap,

Dalawang tableta ang pinulbos mo
Saka ibinudbod sa ibabaw ng buong sugat.

Sinigurong matatakpan ang tuhod.
Tanong ko, *mahahalata pa kaya*?

Para hindi magnana, paliwanag mo
Kaya hinintay ko hanggang maghalo at maglaho

Ang hapdi sa balat na talab
Ng namuong bagong balat. *Huwag kakamutin*

Kapag nangati, sabi mo dahil tanda iyon
Ng paghilom. Pero kating-kati na ako

Na tungkabin ang langib. Gusto ko lang makita
Kung totoong may kaning lumabas.

CARBOCISTEINE

Ang akala natin, may pagpipilian
Sa pagitan ng dahon at *the one*.
Mas mabisa ba ang isa kaysa isa?
Hindi ba sanay naman tayo
Sa pagtatapal ng anumang naaabot
Ng ating mga biyas, sabay
Bigkas ng orasyong pinaaabot sa maykapal.
Basta hindi nakalalason, pinakukuluan
Upang ipanglanggas sa malalim na sugat
O lagukin mula sa tasa.
Lilikha ba ng makasasama sa tao ang tao?
Pinagtatalunan natin hanggang ngayon
Kahit nakatakip ang mga bibig
Sa takot na mahawa, makahawa.
Ang mahalaga, mailabas ang bigat
Na nilalaman ng ating dibdib.
Pero sa halip na plema, salita
Ang dinadahak bago idura sa bangketa.
Paano kung nagkamali tayo? Tinataya
Ang dami ng dahong dapat isalang
Gayong timplado ang tableta sa pakete.
Huwag pagtakhan kung maniniwala
Sa bisa ng iisa. Likas sa atin
Na talikuran ang likas sa atin.

SPECIAL TRIP

Upang maiwasang mahilo, kailangan manatili
Sa pinakamalayo ang tingin. Nakapako

Ang mata sa labas ng lulan kong bus.
Kahit anong hindi gumagalaw:

Poste, puno, poste, pundasyon ng bagong
Itinatayong proyekto sa kalsada.

Para lalong bumilis ang pagmamaneho,
Para panatag mula sa pagkatagtag sa mga lubak.

Uunahan ng idlip hanggang humantong
Sa pagtulog na lalong magpapadali sa pagdating

Sa sandali ng pagmulat. Kung may aakyat
Na maglalako, iaalok kong pagbentahan ako,

Baka walang naghihintay sa aking makakain.
Kahit anong magtatawid

Sa gutom: kendi, mani, chicharon, sitsirya—
Basta hindi amoy keso

Na makukulob sa loob. Tanda ko,
Ganoon maduwal-duwal ang buong klase

Sa aming fieldtrip noong elementarya pa.
Sapat na ang inihanda kong supot

Sakaling masusuka kahit uminom na ako
Ng gamot isang oras

Bago sumampa. Pero isinusumpa kong
Hindi uuwi hangga't hindi kailangan,

hindi dahil nagdadahilan lang.
Sadyang hindi nasasanay sa pagsakay

DOSIS

Gigising ka, kahit bukas, ika’y liliban sa klase. Pero di dapat lumampas
Ang sandali ng pag-inom. Ang totoo, tinataya ang lahat ng natitiyak
Ayon sa iyong katawang nanatiling nagbabago. Aakalain mong sukat

Ang isasalin kong gamot sa kutsarang kukulangin bago ito makarating
Sa bibig mo. Buti na lang, di mo ito mapapansin sa antok mo at sa dilim.
Sigurado akong pait ang maiiwang gunita ng aking ipatitikim.

Talagang ganiyan kapag masama ang dinaramdam, may mga ipalulunok
Sa iyong tatanggihan mo. Ito ang tunay na sukat ng pagmamahal na puspos.
Ibabalik ka sa kama nang walang maaalala dahil ang diwa mo’y tulog.

AGWATIYEMPO

Lingid sa kaniya, kanina, iniligpit ng bana sa pinakamataas na mapagtataguan ang banig ng tabletang ginawa niyang kendi, sa hindi maaabot kahit ng paningin kapag nag-aapuhap ng itutugon sa pangangatal ng mga biyas, sa sumpong ng kasukasuan.

Hinalungkat niya ang bawat silid ng gunita, ang lahat ng maaaring pinaglagyan ng pangkontra sa kirot ng kalamnan. Kinalkal kahit naubos na at hindi maalalang isinubo na. Sa isang lalagyan, natagpuan niya ang inhaler sa hika, sunod ang pampahupa sa pangangati, at huli ang panlaban sa hilab ng tiyan. Lahat, paso na. Kaya sapat na sa kaniya na magpahid ng pampamanhid, ang nagsasanib na lamig-init at lagkit sa ikinalat na balat. Sigurado siyang may naitabi pang ilang piraso sa kung saan.

Kinagabihan kinulit niya nang kinulit ang banang piniling mag-abot ng gamot-pampaantok. Aakalain niyang ito ang hinahanap, kung makatulog, malilimot ang kirot. At magkatabi silang hihiga at magpapahinga. Pero gigisingin siya ng labis na panlalalamig, waring may naipit na ugat o baka pamumulikat.

Kahit hindi pa sumisikat ang araw, babangon siya. Sa dilim, lalong nakubli ang lihim ng bana habang kinakapa ang nilalakaran. Hanggang marating niya ang huling baitang ng hagdanan nang hindi naririnig ng asawang tulog ang kalabog ng pagkahulog. Bukas, saka lang siya matatagpuan.

LABIS

labis ang nasa
loob ng labi dahil mas mabilis
ang bisa kahit hindi binasa
ang sinasabi ng babala
walang nabago lalo lamang lumala

dinukot ang lalamunan
at kusang pinasuka
ang sarili inuubos ang isinubo
ang ininom minani
nang hindi muna pinagmunihan
kung bakit nais mauna

tinatakal ang nagkalat
na pagtataka inaakalang
walang tatalak sa balak
na mapabilis ang paglisan
nang labis-labis

KIROT

1.
Gusto kong iparating sa iyo
na gusto kong makarating kaya nagmadali
kaninang madaling-araw, nang matabihan
sana kita sa pagtulog mo. Pero itinakbo ako
sa ospital dahil bigat na bigat na
sa dumaragan sa aking dibdib.
Malamang sa panaginip, nakadantay ka
sa akin. Walang ibang
puwedeng gumising sa iyo.

2.
Alam ko, sa loob pa lang ng ilang
araw magsasawa ako sa pagtitig
sa buwang muli't muling nabubuo.
Pagsasawaan maging ang gamot
na hindi maubos-ubos
kahit ilang ulit nang isinubo.
Sasabihing para sa ikabubuti
kahit hindi ikabubusog.

Bumabalik ang gana sa pagkain
gayong lalong walang kasalo.
Gaano nakagagaan ang ganap
na kawalan ng agam-agam?
Ginhawa ba itong maituturing
gayong ito pa rin ang silid,
iyon pa rin ang sumisilip
na buwan sa siwang ng kortinang
lalong nagpapasikip sa silid.

3.
Gusto kong isiping anumang araw
ika'y dadalaw kahit walang dala.

4.
Panghabambuhay ang gamutan:
para hindi magbara ang mga ugat
hanggang ako'y uugod-ugod na.
Ang dumadaloy, kailangang manatiling
malabnaw. Dahil laging nagtatangkang magtaksil
ang sakit sa puso. Ang malasakit,
hindi na sasapat. Ano ba ang dugo
kundi iyong tanging nagdurugtong sa atin?
Malapot na likidong naglalapit
sa dalawang hindi lubos na magkakilala.
Kahit hindi pinapili
sapagkat parehong pilit na naiipit.

5.
Mas gusto kong isiping ang aking pisi
ay hindi mapapatid.

6.
Kung sakaling dadating ka,
ang dami kong gustong sabihin.
Pero hahayaan kitang dagdagan
ang nakadagan sa dibdib ko.
Hahayaang dumaloy ang tubig
na pumapagitna sa ating dalawa.
Kung gusto mo, hahayaan kitang
hintayin akong pumikit
at tapik-tapikin mo ako
hanggang makatulog nang tuluyan.

MEFENAMIC

Dahil malayo sa bituka, tinatawanan
Ang binunutan ng ngipin.

Dahil hindi makangiti, pinasasayaw
Ang naputulan ng paa.

Dahil inaakalang lahat naidadaan
Sa biro, kahit ang idinaraing ng katawan,

Ang pagtitiis, itinuturing nang lunas.
Kahit magkapili-pilipit, ipipilit

Ang ngisi, ang tawa, huwag lang tatawaging
Mahina sa gitna ng huntahan.

Mabuti at buwan-buwan, hindi
Bumubulwak ang dugo

Sa pagitan ng iyong mga hita
Hanggang sa binting hindi mo inaahit.

Mabuti kung bubuti sa pagbibiro.

KONTRAINDIKASYON

Mula nang magretiro ka,
Napapadalas ang pagbangon mo
Kahit gabi-gabi, wala namang bago:
Inaabandona mo ang pagtabi sa akin
Upang tugunan ang kawalan
Ng antok gayong nakadilat
At pinagmamasdan ko ang iyong pagsisiyasat.
Upang maibsan ang sakit, lalabas ka ng silid,
Tataluntunin ang kusina, ilang hakbang lang,
Makakarating ka sa sala.
Babangon ako kahit bigat na bigat
Ang katawan para tabigin
Ang iyong kamay saka itatabing muli
Ang hawak sa ibang mapaglalagyan.
Nagsawa na ako sa kasasaway
Sa paniniwalang walang bisa
Ang aking mga salita tuwing ipagpupumilit
Na tama ang pinili mong anyo
Ng pagpapagaling, tuwing dadampot ka
Ng hindi dapat para sa daing.
Ngunit sino ako para hayaan kitang
Nagtitiis sa waring tinitistis
Na kalamnan gayong manhid ako
Sa hidwaan nating hindi natatapos?
Ngunit kailangan kong uliting
Dapat mo nang tanggihan ang tangan,
Ang inaakalang tanging paraan ng paggaling.
Ang totoo, natatakot akong ito ang lalagot
Sa iyong liwanag, na ang bawat gamot
Na isusubo ang uubos sa iyo.
Alam ko, magdamag kang hindi
Makakatikim man lang ng idlip sa pangingirot.
Paumanhin, pero dapat na kitang ayaing bumalik
Sa pagtulog dahil ito lang
Ang tanging alam kong paraan ng pagtulong.