

Healing Sutras



Songs of Love

By Leticia Huber

SUTRA*

**This word is Sanskrit and root for "suture."
It means "sewing together" for healing; like
in "surgery." Sutras are healing, because being
universal truths, they bring us back to our wholeness.
They bring us back to Unity.*

Copyright, 2005
by Leticia Huber.

This work is protected by copyright. It may not be reproduced or copied in any form or way either entirely or in part without the express written permission of the author and the publishers. This also covers the translation of any or all material into other languages as well as its use in electronic retrieval systems. All rights reserved.

Book lovingly dedicated to Anita and Vicente, who taught me poetry. To Gustavo, who incarnated poetry. To Robert, who every morning attentively heard my poems as I wrote them. To Deepak and Rita Chopra and David Simon, Master Healers of the Sutras, who reminded me of whom I am. To Port Townsend, which with its open arms opened my heart back to poetry; and to you, dear reader, end recipient of this gift of love.

Table of Contents

You are like Me	1
Just a Joy	3
For the Joy of your Company	4
As a Warm Star	6
I Promise Myself Today	7
In My Hour of Doubt	10
No Words	11
Eternally	12
The Least Effort	13
They Walk In and Out	14
Laughter	15

Part Two

A Poem	19
Poet	20
Is Truth a Magnet?	22
I Hear you Singing	23
Hey, Come Back There!	24
From all the Choices	26
How Could One Not Write a Poem	27
Iridescent and Liquid	28
In your Sweet and Mighty Hands	30
Mar Maravilla	32
At Last I Received the Answer	34
Tonight I Wear My Best Clothes	36



*You are like me
I can tell*

*I see rainbows
In your hair*

*I feel the sun
In your arms*

*I hear nature
In your laughter*

*You are like me
I can tell*

*I see you are the fruit
Of your mother's womb*

*I see you sing
When your heart is full*

You are like me

*We are like the ocean
Flowing in tides
Of salty living liquids*

We are like the flowers

When we smile

We reflect the stars

In our own eyes

We sway and dance

Like the winds

Yes

You are like me

I can tell

We are the children

Of the Universe

We are favored miracles

Of life



Just a joy

*A quiet joy
Because there's wind
And sun*

*Just a joy
A quiet joy
Because of silence
And sound*

*Just a joy
A quiet joy
For I got my air
To breathe*

*Just a joy
A quiet joy
Discovering now
And here*

*Just a joy
A grateful joy*



*For the joy of your company
Mom
I come
From the wonderous heart
Of every dawn*

*To enjoy your playful smile
Dad
I come
From the very source
Of light*

*I take form
From your form*

*I take warmth
From your warmth*

*I am the one
Who loves
Your love*

*So much
So unboundedly*

*I will play limits
And matter
And time*



*Just to see your eyes
Just to feel your arms*

*May you find in me
The joy I bring you*

*May you find in me
The joy
You are
For me*

*Let us always
And forever
Celebrate
Our miraculous meeting*

*May our laughter
Warm
Our every day
Our every night
Our every beyond
Forever*



*As a warm star
In the universe of my cheek
Your tiny kiss remained*



*I promise myself today
That I will remember
To bask my soul in joy
When I see you smile*

*Every single time
Every single day
Every single night*

*I promise myself
Today*

*To remember
The generosity
I love in your heart*

*Every single day
Every single night
Every single time*

*I promise myself
Today
To always remember
This happiness
Within me*

*Every single time
Every single day
Every single night*

*I promise myself
Today
To always remember
The vital importance
Of love*

*Every single time
Every single day
Every single night*

*But the love
I will
Remember
Does not
Come from you
Or from others*

*The love
I will
Remember*

*Comes only
From my heart
For you
And for all*

*I'm thankful today
For this moment
Of perfect friendship
And affection*

*I'm thankful today
For the love you inspire in me*

*For the love
You take from me*

*And
In remembering this
Every single day
Every single night
Every single time*

*It can only grow
It can only glow
It can only live
I can only love*

*And love
Is all
The blessings we seek*



*In my hour of
Doubt
May love
Be my guide*

*In my hour
Of doubt
May love
Disconnect me
From fears in my heart*

*In my hour
Of doubt
May love
Take me
To that
And those
Who can receive
Love*

*In my hour
Of doubt
May I
Choose
To be
Love*



*No words
To come shape these feelings*

*No thoughts
Where this light begins*

*And faith
And trust are*

*And I embrace this warmth
Which embraces me*

*And fear
Melts away
In this warmth*



*Eternally
Love eternal
Sings
Its loving song*

*Galaxies
Are the notes*



*The least effort
Is love
For love comes naturally*

*Love comes always
With trust*

*For trust
Comes innocently*

*Innocence
Feeds in Wonder*

*The main wonder
Is
Love*



*They walk in and out
Of laughter
So easily
Young teenagers
Still remember
Their childhood well*



Laughter
Comes tickling
My senses

Laughter
Comes tickling
My thoughts

Laughter
Comes singing in bird songs

Laughter
Comes joking
In jokes

Laughter
Comes within my silence

Laughter
Comes barking in dogs

Laughter
Is always a blessing

Laughter comes
From hearts
With love

Part 2





A poem

An ultimate confession

A poem

*Insights
From beyond*

A poem

*A Hymn
To Nature*

*A poem
A prayer*

A poem

*An open road
Back
To Self*



Poet

You to plunge
Into words
And strip them nude
In all their beauty

You
To stretch the words
Like secret lakes

You
To swim about them

And they love you
And they bathe you
With meanings
And they wash you
With wonder

And well cleaned
And well loved
And
Understanding

You
Step into the secret
Of the Silence
Which conceives

*All there is
And all else
Forever*

*It is
You
Who sits in its bosom*

*And you invite me
In your infinite love*

*Which is my love
For you
Poet
True seeker
Of truth*

*Which is my quest for
Love*

*Which is
The only truth*



*Is
Truth
A magnet?*

When we try to avoid it

*We only swirl
Exhausted
Around it*



*I hear You singing
Your song of water*

Your song of life

Your loving song

*I see You shine
In the oceans*

*Turned into gems
With Your shine*

*I feel You dance
In the droplets*

*Wetting my face
With Your playful
Kiss of rain*

*With Your playful
Blissful
Kiss*



*Hey
Come back
There
To where you
Are*

*And water
Will sing
For you*

*Come back
There
To where you
Are*

*And space
Will become
The Prince of Love*

*Wrapping you
And surrounding you
With the safe softness
You crave*

*Come back
There
To where you
Are*

*See the light
Pirouetting in crystals
For the pleasure
Of your eyes*

*Reminding you
Of miracles
Hidden away
In the obviousness
Of life*

*Hey
Come back
There
Where you
Are*

*And in silence
Feel
Your power*

*Warm
Bright
Infinite
With love*

*Hey
Come back
There
To where you
Are
Love*



From all the choices

I

Chose

The Earth

And so

Its creature

I am

I feed

I weigh

I take a space

Gravity

Cradles my body

The ocean

Brightens my mind

And breath

Keeps me linked

To the universes

Singing fires

Within my blood



*How could one
not write a poem*

*In light
of the light
transmuted
to chlorophyll*

And

*Shining through
Chlorophyll*

All at once

*In light
Of the light*

*Through the green leaves
On the branches of my tree*

Which starts a dance

*How could one
write not a poem?*



*Iridescent and liquid
Your face
Always splendid
Waves
In the ocean's dance*

*Dances
In the graceful
Birch tree*

*Blushes with the joy of beauty
In the camelias
Below*

*And it giggles
In my laughter*

*Ah
Your magic
On the wet wood floor
Reflecting Your cloudy grays*

*As if the wood
Could be a mirror*

*As if You
Are only up*

*To play
To sing
And be joyous*

*As if all I know
Is just
Your game*

*Charmer
Playful
Sweetheart God!*



*In Your sweet
And mighty hands*

Love is the only reality

*In Your hands
We become light
For You are
The light*

*And are our cradle
And our home*

*In Your hands
Eternity
Is real*

*My heart
Lucky heart*

*Is rooted
In Your loving hands*

*And thus
It blooms
With unshakable trust*

*And
Whether*

*Your creative hands
Are holding
Destroying
Or changing*

*Your
Creations
As I know them*

*I'm so grateful
To be
The shade
Of the shade
Of the thought
Of the intention
Of the principle
Of a particle
Of an electron
Of a molecule
Of Its cells
In Your hands*

Your loving hands

Your playful hands

Your creative hands

*Your sweet
Mighty
And loving hands*



Mar maravilla
Mar mar

Mar de luna
Entre tus aguas
Mar de luna
Entre tu espuma

Mar maravilla
Mar mar

Mar del
Om
Y de suspiros

Mar sensual
Sobre la arena
Mar principio de la vida

Mar de la vida y la sal
Mar de canciones secretas

Mar hermoso
Mar hermano

Mariposa
De los cielos

Mar marinero
Υ
Mar Madre

Mar amor
Υ mar mareo

Mar amoroso
Mar armonioso
Marinerito celeste

Mar murmurando
Murmullos
Mar mar mar mar
De mi amor

Mar maravilla
Mar mar



*At last
I received the answer
After wondering
All
My life*

*At last
I received the answer*

*Finally I know
And I'm so thankful*

*Finally I know
Who
A friend
Is*

A friend

A friend

*A friend
Is she
Or he
Or it
Who steers your heart
Back
To love*

*The Source
Of all friendship*



Tonight I wear my best clothes

And

Do myself up

To celebrate

You

The smiler

The sad

The grumpy

The joyous

The fearful

The loving

The talented

The mute

The living

The dying

And

The magnificent Beloved dead

To celebrate

We are together

In time and space

And beyond

And
I celebrate the sun
Shining in your eyes
And skin

Bringing rainbows
To your eyelashes
And hair

Feeding your cells
With
Light

And
I celebrate the water

In your tear
And in your bladder

And in the shine
Of your teeth

And in the tides
Of your blood

I celebrate
Life
In you

*And
I celebrate
Your dreams*

*And I celebrate
Your essence*

*Which is
The essence
Of mine*

*And our essence
Can only bring us*

Oneness

To celebrate!

Published by:

ART AT *Huber's INN*
PORT TOWNSEND

www.loshuber.com

www.leticiahuberlive.com

Sanación con Sutras



*Canciones
del Amor*

Por Leticia Huber

*SUTRA**

En sánscrito significa "sutura"; o sea "zurcir para sanar". Como en cirugía "suturar". Los Sutras nos sanan porque siendo verdades universales, nos devuelven a nuestra propia cabalidad. Nos devuelven a la Unidad.

Copyright, 2005
por, Leticia Huber.

Este trabajo está protegido por derecho de autor. No puede ser reproducido o copiado en ninguna forma o manera ni en su cabalidad ni en parte sin la expresa autorización escrita de los editores. Esto también cubre la traducción de cualquier o todo el material en otros idiomas así como su uso en sistemas de recobro electrónico. Todos los derechos quedan reservados.

Libro amorosamente dedicado a Anita y Vicente, quienes me enseñaron lo que es poesía. A Gustavo, quien encarnó la poesía. A Robert, quien cada mañana atentamente escuchaba mis poemas según yo los iba escribiendo. A Deepak y Rita Chopra y a David Simon, Sanadores Maestros de los Sutras, quienes me recordaron quién yo soy. A Port Townsend, que con sus abiertos brazos, abrió mi espíritu de nuevo a la poesía. A ustedes, amigos adorados, siempre nutriéndome el corazón. Y a tí, querida persona lectora, recipiente última de este regalo del amor.

Índice

Eres Como Yo	1
Qué Embelezo	3
Por la Dicha de tu Compañía	4
Como una Tibia Estrella	6
Me Prometo	7
En mi Momento de Duda	10
No Hay Palabras	11
Eternamente	12
El Menor Esfuerzo	13
Entran y Salen	14
La Risa	15

Segunda Parte

Un Poema	19
Poeta	20
Es la Verdad un Imán?	22
Te Escucho Cantar	23
Hey, Regresa!	24
De Todas Las Opciones	26
Cómo no Ver un Poema?	27
Iridiscente y Líquido	28
En Tus Dulces Manos	30
Mar Maravilla	32
Al Fin Recibí la Respuesta	34
Hoy Visto mis Mejores Galas	36



Tú eres
Como yo
Lo sé

Veo arcoíris
En tu pelo
Siento el sol
Entre tus brazos

Oigo a Natura
En tu risa

Tú
Como yo
Lo sé

Del vientre de tu madre
Fruto

Te oigo cantar
Rebozante el corazón

Tú
Y yo

Somos
Como el océano
Fluyendo

En mareas
De sales líquidas vivas

*Somos
Como las flores
Al sonreír
Las estrellas
Reflejamos
En nuestros propios ojos*

*Nos mecemos
Y danzamos
Como vientos de febrero*

*Tú
Como yo
Bien lo sé*

*Somos
Las amadas criaturas
Del universo*

*Somos
Sagrados
Milagros
De vida*



Qué
Embelezo
Esta íntima alegría

Porque hay viento
Y porque hay sol

Qué
Embelezo
Esta íntima alegría

Pues hay silencio
Y sonido

Qué
Embelezo
Esta íntima alegría

Porque hay aire
Y yo respiro

Qué
Embelezo
Esta íntima alegría
De vivir



*Por la dicha
De tu compañía
Mamá*

Vengo

*Del corazón mismo
De todos los amaneceres*

*Por tu sonrisa
Juguetona
Papá*

Vengo

*Del corazón mismo
De La Luz*

*Tomo forma
De tu forma
Y calor
De tu calor*

*Yo soy
Quien ama tu amor
Tanto
Y tantísimo
Lo ama*

*Que jugaré límites
Y materia
Y jugaré al tiempo también*

Sólo
Para ver tus ojos
Sólo
Por sentir tus brazos
Ah!

Ojalá encuentres en mí
Esta dicha
Que te traigo

Ojalá encuentres en mí
La dicha que
Tú eres
Para mí

Que por siempre
Celebremos
Nuestro encuentro
Milagroso

Y que siempre
Nuestras risas

Calidezcan
Nuestros días
Calidezcan
Nuestras noches

Y aún vayan
Más allá



*Como una tibia estrella
En el universo de mi mejilla*

*Quedó
Tu beso pequeño*



El día
De hoy
Me prometo
Por siempre recordar
Solearme el alma
De dicha
Cuando te veo sonreír

Una y cada vez
Uno y cada día
Una y cada noche

El día
De hoy
Me prometo
Recordar

Tú corazón generoso
Para colmarlo de amor

Uno y cada día
Una y cada noche
Una y cada vez

El día
De hoy
Me prometo
Recordar

Esta dicha
Que en mí siento

Una y cada vez
Uno y cada día
Una y cada noche

*El día
De hoy
Me prometo
Recordar*

*Siempre
Y por siempre
La importancia
Vital
Del amor*

Pero

*El amor
Que yo recuerde
No viene de tí
Ni los otros*

*El amor
Que yo recuerde
Viene
De mi corazón*

*Para tí
Y todo
Y todos*

*Cuánto es mi agradecimiento
Por este momento perfecto
Pleno de amistad y afecto*

*Cuánto es mi agradecimiento
Por el amor
Que me inspiras*

*Cuánto es mi agradecimiento
Por el amor
Que me aceptas*

*Y al recordar todo esto
Uno y cada día
Una y cada noche
Una y cada vez
Sólo
Puede crecer
Sólo va a florecer
Sólo puede existir
Y yo
Sólo puedo vivir
Y amar
Y el amor
Es todas
Y la única bendición
De nuestro
Ser*



*En mi momento de duda
Que sea el amor
Mi guía*

*En mi momento de duda
Que el amor
Me desconecte
Del miedo en mi corazón*

*En mi momento de duda
Escoja yo
Ser
Amor*



*No hay palabras
Que den forma
a este sentir*

*No hay pensamiento que alcance
Para abarcar
Esta luz*

*Donde nace la
Confianza
En donde nace
La fé*

*Y abrazo
El cálido abrazo
Que de amor
Viene abrasado*

*Y en el calor
De este abrazo*

*Todo miedo
Se disuleve*



*Eternamente
El amor eterno
Canta su canto amoroso*

*γ
Las galaxias
Son sus notas*



*El menor esfuerzo
Es el amor*

*Pues el amor
Es natural*

*Natural del amor
es*

La confianza

*La confianza
Llega*

En la inocencia

*La inocencia
Se alimenta de la maravilla*

La máxima maravilla

*Es
El amor*



*Entran y salen
De la risa
Tan ligeros*

*Los corazones sinceros
Bien recuerdan
Su niñez*



*La risa
Me cosquillea
Los sentidos*

*Me cosquillea
El pensamiento*

*La risa
Ríe en los gorgoros*

*La risa
Es chistosa en los cuentos*

*La risa
Llena mi silencio*

*La risa
Ladra en los perros*

*La risa
Es una bendición*

*La risa
Sólo nos besa
Si es ligero
El corazón*

Segunda Parte





*Un poema
Una confesión profunda*

*Un poema
Revelaciones de allende todo*

*Un poema
Un homenaje a Natura*

*Un poema
Una oración*

*Un poema
Un camino abierto
Para regresar
Al
Ser*



Tú poeta
Para ahondarte en las palabras

Y abrirlas por completo
En su hermosa desnudez

Tú
Para extenderlas
Como lagos secretos

Y en ellas nadas
Y te aman

Y te bañan
De significados

Y te lavan
En su maravilla

Y bien limpio
Y bien amado

Y con sapiencia

Entras en el silencio
Del Secreto

Que todo lo concibe
De siempre y

Por siempre más

Éres tú

Quien se sienta

En su regazo

Y me invitas

En tu amor infinito

Que es mi amor

Por tí

Poeta

Verdadero

Buscador de la verdad

Que es mi búsqueda

Del amor

Que es

La única

Verdad



Es
La Verdad
Un imán?

Entre más deseamos eludirla
más giramos
Exhaustos
A su alderredor



*Te oigo cantar
Con tu voz de agua*

Un cantar de vida

Tu canto amoroso

*Te veo brillar
En los océanos*

*Convertidos
En gemas
Por tu brillo*

*Te siento bailar
Juguetón
En las gotas
Que mi rostro mojan
Con Tu travieso beso
De lluvia*

*Beso bendito
Beso travieso
Y juguetón*



Ey!
Vuelve
Allá
A donde
Eres

Y el agua
Para tí
Cantará

Ey!
Vuelve
Allá
A donde
Eres

Y el espacio
Se ha de convertir
En el Príncipe del Amor
Rodeándote
Y envolviéndote
En la segura suavidad
Que anhelas

Ey!
Vuelve
Allá
A donde
Eres

*Mira a la luz jugar
Reventando en rayos
Sobre un prisma
Para el placer
De tus ojos*

*Recordándote
Que hay milagros
Disfrazados
En la vida cotidiana*

*Ey!
Vuelve
Allá
A donde
Eres*

*Y en silencio
Siente tu poder
Cálido
Brillante
Infinito de amor*

*Ey!
Vuelve
Allá
A donde
Eres
Amor*



De todas las opciones

Yo

Escogí

La Tierra

Así

Su criatura soy

Me alimento

Peso

Ocupo espacio

La fuerza de gravedad

Acuna mi cuerpo

El océano

Expande mi mente

Y el aliento

Me conecta

Con los mismos

Universos

Que cantan fuego

En mi sangre



*Como no
Escribir
Un poema?*

*A la luz
De la luz
Transmutada en clorofila
Y brillando a través de la clorofila
A un tiempo mismo*

*A la luz
De la luz
Que atravieza las verdes hojas
En la rama
De mi árbol*

Que afiora inicia una danza

*Como no
Escribir
Un poema?*

*Como no
Escribir
Un poema?*



Iridiscente y líquido
Tu rostro
Siempre resplandeciente
Ondea en la danza del mar

Danza en el grácil sáuce
Se abochorna con la dicha
De posarse en la belleza
De las camellias en flor
Cosquillea entre mi risa

Ah!

Tu magia
En el suelo de tablas mojadas
Reflejando nubes grises
Haciendo del suelo espejo!

Como si sólo Estuvieras
Jugando
Cantando
Riendo
Bailando

Henchido de dicha

Como si la realidad que conozco toda

Fuere sólo

Tu juguete

Encantador

Juguetón

Amado

Precioso

Dios!



*En Tus
Manos de poder
Lo único real
Es
Amor*

*En Tus manos
Somos luz
Pues Tú eres
La Luz*

*En Tus manos
La eternidad
Es
Real*

*Mi corazón
Dichoso corazón mío
Tiene principio y raíz
En Tus manos amorosas*

*Y si
Tus creativas manos
Sostienen
Destruyen
O cambian*

Tu creación

Según yo la conozco

Siempre

Estoy conmovida

De ser

La sombra

De la sombra

Del pensamiento

Del concepto

Que concibe

La intención

De la posibilidad

De una partícula

De un elemento

De un electrón

De una molécula

En Tus manos

Tus manos amorosas

Tus manos juguetonas

Tus creativas manos

Tus dulces manos

De poder

Y amor



Mar maravilla
Mar mar

Mar de luna
Entre tus aguas
Mar de luna
Entre tu espuma

Mar maravilla
Mar mar

Mar del
Om
Y de suspiros

Mar sensual
Sobre la arena
Mar principio de la vida

Mar de la vida y la sal
Mar de canciones secretas

Mar fiermoso
Mar fiermano

Mariposa
De los cielos

Mar marinero
Y
Mar Madre

Mar amor
Y mar mareo

Mar amoroso
Mar armonioso
Marinerito celeste

Mar murmurando
Murmullos
Mar mar mar mar
De mi amor

Mar maravilla
Mar mar



*Al fin
Hallé la respuesta*

*Que busqué
Toda mi vida*

*Al fin
Hallé la respuesta*

*Al fin la hallé
Y al fin
Sé*

*Mi Dios
Cómo lo agradezco!*

*Al fin sé
Quién
Es*

Un amigo

Un amigo

*Un amigo
Es*

Aquel

*Aquello
O aquella*

*Que te vira
El corazón
De vuelta
Al amor*

*Fuente
De toda amistad*



Hoy
Visto mis mejores galas
Y cabalmente me arreglo
Para celebrar-te

A tí
El sonriente

A tí
El triste

El gruñón

A tí

El dichoso

El temeroso

El amoroso

El talentoso

A tí

El mudo

El viviente

El moribundo

Y a tí

Allende la vida y la muerte

Celebro

Que estamos juntos

*En el espacio
Y el tiempo
Y también el más allá*

*Celebro el sol
Que te brilla
En pupilas
Y mejillas*

*Y que te pone arcoíris
En pestañas
Y cabellos*

*Y que alimenta
Tus células
Con
Luz*

*Y celebro el agua-vida
En tu lágrima
Y vejiga
Y en el brillo de tus dientes*

*Y en el flujo
De tu sangre*

*Celebro
La vida
En tí*

Y yo celebro

Tus sueños

Y yo celebro

Tu esencia

Misma esencia

Que hay en mí

Y al celebrar

Nuestra esencia

Solamente celebramos

La sagrada

Unidad

Publicado por:

ART AT *Huber's INN*
PORT TOWNSEND

www.loshuber.com

www.leticiahuberlive.com