

SIRDSPRIEKS

Maijas avīzīte



Nr. 13. Mazsalaca, 2018. gada janvāris

VISS, KAM TU ŠOBRĪD EJ CAURI, SAGATAVO TEVI TAM, KO PATS ESI SEV PASŪTĪJIS

Sveicieniņš Jaunajā Gadā!

Ar savu SIRDSPRIEKU nāku pie tiem, kuri meklē, pie tiem, kuri atrod, pie tiem, kuri, tāpat kā es, ir Ceļā... pie Sevis...

Ir tik patīkami atkal pabūt mirklīti kopā, sajūtot neredzamos Gaismas pieskārienus, kas mūs vieno. Šai Ceļā mēs katrs ieraugām, sajūtam un atrodam to, kas tieši mums vajadzīgs. Nenoliedzami, ir vieglāk, ja kāds atstājis Ceļa zīmes, pasniedzis roku vai iet pa priekšu, taču vienmēr jāatceras, ka tikai katrs pats mēs esam Sava Ceļa gājējs, tāpat kā Savas Laimes Lējējs...

Ar mīlestību – Maija



“Daudz laimes Jaunajā gadā!” - mēs tikko vēlējām viens otram. Bet kā tad īsti rodas mūsu sajūta par laimi? Ko darīt, lai LAIMES IR DAUDZ? Kur paliek laimīgie mirklī? Kā ikdienas mazās laimītes saglabāt un vairot?

Izrādās, laimīgos brīžus varam iemācīties vairāk pamanīt un uzkrāt, un tas veicina laimes sajūtu ilgtermiņā.

Viens no ieteikumiem - varam izveidot paši savu Laimes krātuvi. Tā var būt kāds skaisti izrotāts stikla trauks vai groziņš. Katru vakaru tajā iemetam krāsainas lapiņas, uz kurām uzrakstīti dienas laimīgākie mirklī.

SĀKSIM JAU ŠODIEN! CIK SAKRĀSIM?...



Neprāto - kā, pa kuru ceļu tiklīdz līdz mērķim.

Izdari katras dienas darbus līdz galam. Dari mīlot. Un pati dzīve atsies un sasies Tev jaunus pavedienus, par kuriem Tu šobrīd pat nenojaut.

Izdari visu to, kas jau ir nolikts Tavā priekšā ar mīlestību, pateicību un visaugstāko atbildību. Dievs Tev ir blakus arī šobrīd.

"...Un skatoties nākotnē, ir nepārprotama drošības sajūta. Es nezinu, kas notiks, bet sajūta apmēram tāda, ka eju pa biezu miglas mākonī un mākonis pats pavērsies virzienā, kurp man doties. Un es nevaru nogriezt nepareizi tur, kur mākonis nav pavēries, saglabājot "es jūtu sevi" sajūtu..."

Ja es aizžmiedzu acis un ausis un sāku skaļi dziedāt "la-la-la" dziesmu - tad jā, tad varu izskraidīt visu mākonī krustu šķērsu. Līdz brīdim, kad atkal apstāšos, attaisīšu acis un ausis. Uz brīdi būs klusums līdz atkal sāksu dzirdēt un pa trauslu stīgu just pati sevi, līdz savienojums pastiprinās..."

(Dienasgrāmatas ieraksts)

Elina Stone



*** **

Ak, kā zeme smaržo! Mazliet pēc rītdienas, kad sniegs pār zemes brūno garozu baltiem cerību putniem snigs. Un ik sniega pārslā maza gaismas dzirkstelīte būs. Ar ko aizdedzināt savas sirds dzirkstelīti, Dieva doto. Tā mazliet neierasti varbūt, kā tas bieži cilvēkam šķiet. Jā, mājas pavarda uguns maizes klaipam apmīļot doto. Cilvēka sirdij, dvēselei, garam tiek citāda uguns dota. Sniega pārslu apmīļota, sasildīta. Ak, kā sniegs smaržo! Mazliet pēc Tava smaida un mazliet pēc rīta, kad baltajā jūras putu vilnī Tavas pēdas viegli, viegli soļus atstāj..."

Ieva Trimalniece

Izmisumi mums visiem ir vieni un tie paši, pamatā saistīti ar veselību, attiecībām, finansēm un vecumu. Skolotājs nav tikai cilvēks, tā var būt situācija, atziņa, sajūta, grāmata, filma.

Neviens nevar izdzīvot tavu sāpi, tavu prāta domu kombināciju. To vari tikai tu pats. Otrs var atbalstīt, mazinot melno nokrāsu, kuru pats esi radījis. Iedot citu otu, smaržu, garšu tavam skatījumam.

Skolotājs ir kā palīdzība, bet bieži vien tas netiek saprasts.

Es esmu par to, ka nav jāgaida skolotājs, kas atrisinās tavas problēmas, bet JĀSKOLOJAS PAŠAM. Tu ej pa priekšu, un Dievs iet aiz tevis, nevis kāds tevi vada.

Pašizglītošanās ir pāri visam. Spēja apstrādāt ciešanas, ilgas vai izmisumu ir atkarīga no intelekta rezervēm. Ja esi intelligenti pozitīvajā attīstības scenārijā, bet bez zināšanām, tas ir ārkārtīgs izmisums. Jo esam spējīgāki mainīt lēcas fokusu, nedaudz pacelties un paskatīties uz zemi no saules līmeņa, jo labāk saprotam, ka viss, ap ko mēs te ņemamies, ir niecība.

Nepieciešama atkāpšanās dziļākā realitātes izpratnes līmenī. Proporcioniāli tai mainīsies attieksme un samazināsies sāpju nozīmības jēga tavā dzīvē.

Visiem sāp, viss ir pakļauts ciešanām, bet raugies uz to citādi, necenšoties saskatīt izmisumu.

Patiesībā mēs nevaram izvairīties no pašapzināšanās dziļuma, nevaram izvairīties no attīstības. Jautājums tikai, cik ilgs laiks katram no mums tam ir nepieciešams...

Pēteris Kļava



Salacas Eņģeļu ala





Mana patiesā Gaismas būtība.

Tu, mana patiesā Gaismas būtība,
es zinu un jūtu Tevi.
Tu esi man blakus,
lai stāstītu man par mani.
Tu esi man līdzās,
lai vestu mani pie manis.
Tu palīdzi man uzticēties sev arvien vairāk.
Tu dod man iespēju sadzirdēt sevi
stiprāk un spēcīgāk.
Tu atļauj man noslēgt mieru ar sevi
un atbrīvot to, kas radīja manī šaubas un
nemieru.
Tu, mana patiesā Gaismas būtība,
esi tā esības daļa,
uz kuru es tiecos un dodos.
Tu palīdzi man pārvarēt šķēršļus,
ko pati esmu radījusi.
Tu iedvesmo mani
iedegt Dvēseles Gaismas lāpu,
kas izvedīs mani no prāta labirintiem.
Es uzticos Tev,
mana patiesā Gaismas būtība,
jo tā arī esmu es.
ES ESMU.

No Marijas Magdalēnas
pierakstīja **Maija Kadiķe**
25.12.2017.



Reizēm aiz vārdiem: "Es vēlos Tev
palīdzēt!"- slēpjas attieksme: "Šobrīd Tu un
Tava situācija nav gana labi. Tāpēc tam ir
jāmainās tā, lai tas atbilstu manam
priekšstatam par to, kā lietām būtu jābūt."

Ja pamani to sevī, pievērs uzmanību.
Tā nav mīlestība. Tā ir iznīcības attieksme.
Cilvēks no sākuma otru nosoda un, tad
cenšas izmainīt. Tas ir noraidījums un
izvairīšanās.

Pat, ja tas otrs pats sev riebjas tāds,
kāds ir šobrīd, Tu vari viņu pieņemt pilnībā.

Pat, ja otrs katru dienu cenšas sevi
izmainīt, Tu vari palīdzēt viņam apstāties un
nonākt mierā ar sevi.

Tā ir vislabākā dāvana, ko otram vari
sniegt - radīt ap viņu vidi un sajūtu, ka
absolūti viss, kas viņš ir, tiek pieņemts ar
izpratni un mīlestību.

Kamēr cilvēks bēg no sevis, izmaiņas
var notikt tikai ārējā čaulā. Kā kosmētiskais
remonts. Tā būs maska. Un tikai brīdī, kad
cilvēks pieņem to, kas viņš ir, var sākties
patiesas izmaiņas. Izmaiņas cilvēka kodolā.
Tās aug kā stāds no sēklas. Tam vajag
gaismu.

Un šīs izmaiņas kodolā atspoguļosies
visur. Gan šī cilvēka sajūtās, izpratnē,
izskatā, darbos, un pat pasaulē ap viņu.

Andris Ciekurs



*Kad piedzimst Mīlestība,
zvaigžņu smalkie zvani
kā sidraba Gaisma leju plūst
un maigās skaņās virpuļo mums pāri
kā sniegpārslu skāriens
lūpās kust.
Kad piedzimst Mīlestība,
vārdi šķiet par smagu,
vien jūtas dvēseli pret zvaigznēm ceļ.*

Sarma Upesleja



Šī grāmata ir reālas, ļoti personīgas pieredzes apkopojums, sarunas ar Dvēselēm, kuras ir aizgājušas pa tām durvīm, ko mēs dēvējam par nāvi.

Kas ir Dvēseles Mājas, un kur tās atrodas?

No kurienes rodas Dvēsele?

Kā piedzimšanu un nāvi pieredz Dvēsele?

Kā sajūst un nodibināt kontaktus ar savu Dvēseli?...



Lai baudītu tēju, ir pilnībā jāatmostas.

Tikai apzinoties tagadni, tu vari savās rokās sajūst tasītes siltumu. Tikai tagad - šajā brīdī tu vari baudīt tējas aromātu, garšas nianšes un izsmalcinātību.

Ja domāsi par pagātņi vai uztrauksies par nākotni, tu palaidīsi garām šo tējas baudīšanas pieredzi.

Tu skatīsies uz tasi, bet neievērosi tajā tēju.

Dzīve ir tieši tāda pati.

Ja tu neesi pilnībā klātesošs tajā, tā paies garām. Tu palaidīsi garām sajūtas, aromātu, krāsas un dzīves skaistumu. Tev šķitīs, ka tā izslīd no rokām.

Pagātne ir beigusies. Mācies no tās un atlaid.

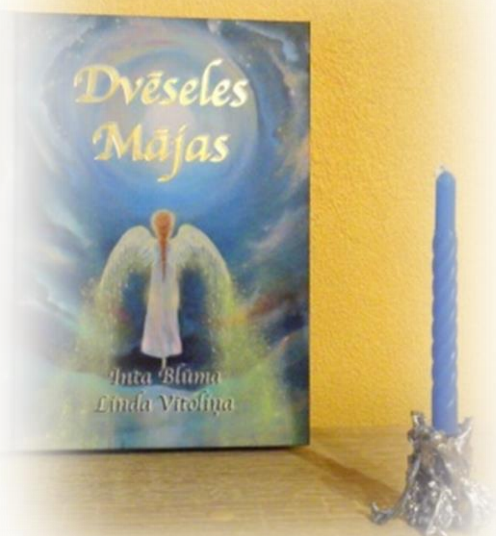
Nākotnes pat vēl nav.

Kal nākotnes plānus, taču netērē savu laiku raizēm par to.

Raizes par nākotni ir bezjēdzīgas.

Kad tu pārstāsi rakņāties tajā, kas jau ir noticis, un raizēties par to, kas vēl nav noticis, tikai tad tu varēsi būt šeit un tagad, Un izbaudīt prieku par dzīvi.

Autors: Tit Nat Han "Tējas tase"
Tulkoja: Ginta FS



Inta Blūma, Linda Vītoliņa
"Dvēseles Mājas"

*"Pirms katras no
pārmaiņām ieklausies klusumā un
neizdari secinājumus priekšlaikus,
pirms vēl nākamie notikumi ir
sākušies!"*

*Es Tevi iedrošinu: sēdies
laivā, kurā nevienu nepazīsti, un
dodies turp, kurp vilņi Tevi nes!"*

Raksti arī savas pārdomas, radošos darbiņus
un ierosmes līdz katra mēneša

25.datumam uz

e-pastu: harmonija53@inbox.lv

mājas lapa: <http://laisma.1w.lv/>

Ar mīlestību, pateicību un prieku fotografēja,
savāca un šo radīja – **Maija Reinvalde**

P.s. Mani var atrast arī:

www.draugiem.lv

www.facebook.com