

# SIRDSPRIEKŠ



## Maijas avīzīte

**Nr. 24.** Mazsalaca, 2018. gada decembris

**UZTICIES DZĪVEI, PROTI ATLAIST TO, KAS IET PROM. TEV PRIEKŠĀ JAUNS CEĻŠ!**



**L**abdien, Maija!

Skaistām pārslām zemi aplāj sniegs, un šodien, krītošajā sniegā veroties, izvēlos piepildīt šo dienu ar Jums veltītiem vārdiem.

Iespējams, to varēju paveikt jau mēneša sākumā, tomēr, sajūtām un noskaņām ļaujoties vairāk kā stingriem lēmumiem, rakstu tieši šodien..)

Paldies par novembra "Sirdsprieks" izdevumu! Nevēlos visā sajūtajā "iejaukties" ar vērtējumu, vēlos vienkārši pateikt, ka šī avīzīte ir savādāka; ar spēcīgu starojumu, ļoti piepildīta ar īstumu.

Lai Jums izdodas arī turpmāk!  
Ar sirsnību!

**Modra**

**P**aldies Modrai! Paldies VISIEM, kuri lasījuši, izteikušies, rakstījuši, klusībā padomājuši, sajutuši, ieteikuši citiem, gaidījuši katru nākamo izdevumu!

Klāt decembris un mēs atkal tiekamies! Ir pagājis atkal viens gads, kad atskatāmies, pavērtējam, pateicamies, atvadāmies un - dodamies uz priekšu - vēl nezināmā...

Jā, mēs varam vairāk vai mazāk plānot savu dzīvi, lasīt prognozes un gaidīt to, ko tik ļoti vēlamies. Taču mēs varam vienkārši ļauties Dzīvei, ar prieku un pateicību izbaudot katru piedāvāto mirkli. Vai tiešām tas ir tik svarīgi - zināt, kas mani sagaida, ja rīkošos tā vai citādi?...

Es nezināju, kas mani sagaida, uzsākot veidot šo avīzīti, man vienkārši radās doma to darīt, jo tas man sagādā prieku. Jā, mēs maināmies, jo mainās enerģijas, kur dominē sajūtas. Un sajūtam mēs to, kam esam gatavi...

Es priecājos, ka avīzītes lasītāju skaits arvien pieaug. Tātad līdzīgi Modrai arī citi sajūt to, ko varu caur sevi nodot tālāk...

Paldies visiem!

Ar mīlestību - **Maija**



*Šodien dvēsele zied  
Un zeme joprojām griežas.  
Šodien dvēsele zied,  
Lai dzīvojam tagad un šeit.  
Dvēsele zied,  
Kad atveram brīnumiem durvis.  
Dvēsele zied, ja pats esi Labais Burvis.  
Vita Upeniece*



*Šonakt esot jāpagriež laiks -  
Paņem laiku ciešā satvērienā  
Un pagriez kā valsī:  
1, 2, 3, 1...2...3?  
Nē, tikai viens.  
Bez taksmēra un sirds.  
Bet man gribas to sagriezt  
Neprātīgā tango  
Un dejot,  
Un noreibt,  
Un dejot,  
Un noreibt,  
Un skaitīt daudz tālāk par divpadsmit  
stundām.  
Daudz tālāk par rītu,  
Daudz tālāk par dienu,  
Par gaismu, par mieru,  
Par tumsu, par laiku,  
Par telpu...  
To laiku es sev līdzī velku.  
Lai sajustu Tavu elpu.*

*Gita Neverita Kārklīņa*

Tas ir tik vienkārši – pagriezienā piebremzēt, lai gājējs pāriet ielu: tad viņa mētēlis un tava sirdsapziņa paliks tīri.

Tas ir tik vienkārši – pateikt bērnam, kurš saplēsis eglītes mantiņu: "Nekas, mazulīt, – tas ir uz laimi!", nevis pusstundu kliegt tā, it kā viņš būtu saplēsis, nevis mantiņu, bet tavu sirdi.

Tas ir tik vienkārši – piezvanīt mammai šodien, nevis pēc tam.

Tas ir tik vienkārši – pēc izrādes piecelties un aplaudēt, kājās stāvot: tavas kājas izturēs, nebaidies, bet māksliniekiem būs patīkami, aplausi ir viņu balva, citas nav.

Tas ir tik vienkārši – paturēt savu viedokli pie sevis, ja tu kaut kam nepiekrīti, bet enerģiju, kura aiziet indīgām piezīmēm un komentāriem, iztērēt kaut ko radot.

Tas ir tik vienkārši – būt pateicīgam un teikt "paldies" par to, ka tevi palaida apsēsties, ātri atbildēja uz tavu vēstuli, piekrita ar tevi pusdienot; tāpēc, ka, ja godīgi, tev neviens neko nav parādā: ne vecāki, ne kolēģi, ne draugi.

Tas ir tik vienkārši – pateikt "nē" visam, kas nav tev tuvs: cilvēkiem, kuri nodara sāpes un ar kuriem tev nav līdzīgas vērtības, rupekļiem un meliem, sliktai mūzikai, garlaicīgām grāmatām...

Cieni sevi: "nē" - visam, kas tevi grauž, "jā" - visam, kas padara tevi laimīgu.

Jo tas taču ir tik vienkārši: aizsūtīt SMS ar vārdiem "es Tevi mīlu!" – vienkārši tā, bez iemesla, tāpēc, ka tev ir paveicies, un tev ir kam to uzrakstīt.

Tas ir tik vienkārši – pārkāpt noteikumus, izskatīties smieklīgam, nogulēt vai uzvilkt pašu krāšņāko kleitu pašā pelēcīgākajā dienā un ēst omleti un griķu putru no svētku servīzes.

Brīnumaini, bet no tādām mazām lietām – no visiem mūsu "paldies!", "nekā briesmīga!", "es esmu ar tevi!", "es tevi mīlu!", "es tā priecājos par tevi!" – izveidojas mūsu "vienkāršā", bet ikviena cilvēka kārotā cilvēciskā laime.

@arhisomatika facebook  
Tulkoja: Ginta FS



*Kad pasaules atvērsies tevī,  
viss tik pierastais zudīs.  
Viss, ko tu devi, kas ārpus tevis -  
pārtaps par pelavām sīkām.*

*Uguns ūdenī pārdzims,  
gaiss pierims klusajā vējā.  
Caur asarām un smiekliem,  
patiesība uzvirpuļos dejā.*

*Neprasīs, vai tu gatavs,  
nejautās - gribi vai nē.  
To deju, uz kuru mēs ejam...  
nav iespējams nokavēt.*

**Modra Selga "Vārdu pieskāriens"**



**T**icība aizved pie mīlestības spēka.  
Tikai caur ticību varam satikties ar mīlestību.  
Ticību labajam, taisnībai, Gaismai,  
dziedināšanai.

Ja ir ticības iztrūkums, tad tas ir kā šķērslis, kas atrodas priekšā tam, pēc kā it k'/a tik ļoti ilgojamies un vēlamies, lai tas notiktu. Šaubas var būt spēcīgākas par ticību.

Cik bieži ir dzirdēts – Es it kā ticu, bet tomēr baidos, tātad nespēju ienest nodomu dzīvē.

Bailes ir kā durvis, kuras ir jāatver, uzticoties tam, ka notiks pats labākais. Cik daudz ir staigāts gar šīm durvīm uz priekšu un atpakaļ, ieminot bedri, kurā pats vari iekrist.

Tāpēc, lai nenonāktu savās pašā radītās lamatās, šis solis ir jāspēr, durvis jāatver un jādodas uz tikšanos ar nezināmo. Tas ir apzināts solis pretī mīlestībai.

Mīlestībā ir liels spēks. Ar ticību varam pie tā piekļūt. Būt un dzīvot saskaņā ar sevi un savu patieso būtību.

**Maija Kadiķe**



**M**eklēsim skaistumu sīkumos, pateiksimies par visu to, kas mums jau ir un par katru nodzīvotu mirkli, novērtēsim to, ko saņemam no citiem, pat ja tas liekas kaut kas ļoti maziņš un nenozīmīgs. Tā ir mūsu vērtība šodien.

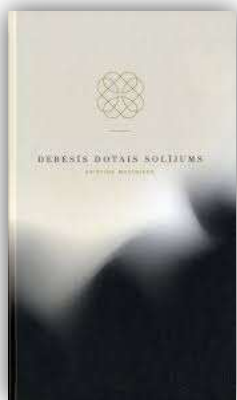
Jo tikai novērtējot to, kas mums jau ir un kas tiek dots, mēs parādam Visumam, ka protam būt pateicīgi, un tikai tad mums tiek dots vēl vairāk.

Ja nespējam novērtēt to, kas mums tiek dots, esam neapmierināti ar visu, kas notiek ar mums un ap mums, sūdzamies un cīnāmies, un viss mums ir par maz un slikti, Visums saprot, ka mēs neesam pateicīgi par to, kas mums tika dots, mēs nesaprotam mācības, un mums netiks dots vairāk, kamēr neiemācīsimies būt pateicīgi.

Lai spējam piešķirt vērtību ikvienai dienai!

Ar mīlestību,  
**Kristīne Čerepenko**





**Kristīne Muciniece**  
**“Debesis dotais solījums”**

Citāti no grāmatas:

*“Viss ir dzīvs un elpo, staro un dalās savā esībā ar pilnīgi visu, neprasot un negaidot neko pretī. Vienkāršs esības*

*daiļums. Pašam augot un paplašinoties sirdī, pasaule kļūst skaidra un apzināta. Neskaitāms atmiņu, cilvēku un nodzīvoto dzīvju daudzums ir ikvienā, un tas ir pašsaprotams. Katrs brīdis un izdzīvotā pieredze nostājas vienā tagadnes mirklī, kura vidū tu atrodi, un kā pasakains brīnums atveras visā krāšņumā, piepildīts ar rimtu mieru un spēku, virmojot bezgalīgs un neticami viegls, absolūtas brīvības caurvīts. Koki, krūmi, ziedi un tauriņi tajos - visa dzīvība viļņojas savā pirmatnībā un runā bez vārdiem, stāstot par sevi un pasauli, kurā tā eksistē un kāpēc vispār ir. Un tas pats bez sākuma un beigām pastāvīgi šajā stāstā vienotā ieelpā un izelpā. Vietā, kur debesis pieskaras zemei.”*

----

*“Visi mēs esam ceļinieki laikā un telpā. Ceļā sastaptie katreiz viens otram pasniedz dāvanas. Tikai ne vienmēr mēs spējam tās pieņemt, jo visbiežāk tās nemaz nenovērtējam kā dāvanas. Visu nosaka attieksme. Vai nu tu noraidi, tāpēc ka tā liekas šobrīd nekam nederīga, jo nepatīk, un tu pat neiedomājies, ka tā var kaut ko dot nākotnē, vai arī, neskatoties uz to, ka tā ir pašreiz netīkama, tu to tīrā bērna nevainībā pieņem, lai kāda tā būtu, un pacietīgi gaidi brīdi, kad tā tev atvērs savu patieso vērtību.”*

**Kristīne Muciniece**

**K**ā es gribētu, lai visi mēs būtu mīlēti. Kādreiz es uzskatīju, ka labākais, ko cilvēkam var vēlēt ir veselība. Bet reiz man draugs teica - "Es novēlu tev mīlestību!" Es izbrīnījos par tādu novēlējumu, bet tagad es saprotu - kad mums ir mīlestība, tad automātiski mums parādās viss - vēlme dzīvot, veselība, miers, prieks un mērķis. Vēlu visiem mīlestību! Viss pārējais atnāks pats, ja jums būs mīlestība. Mīlestību jums!

**Uģis Kuģis**



**P**atiesība ir nosacīta, taisnība - subjektīva. Tas, kas bija pareizs vakar, rīt var likties muļķība. Tomēr bez šādas apzināšanās un izpratnes nav izaugsmes. Katra apzināšanās pakāpe atceļ iepriekšējo, bet beigās tu vienalga saproti - visam bija nozīme, un visā bija vērtība.

**Inta Blūma**



Raksti arī savas pārdomas, radošos darbiņus un ierosmes līdz katra mēneša **25.datumam** uz e-pastu:

[reinvalidemaija@gmail.com](mailto:reinvalidemaija@gmail.com)

mājas lapas: <http://laisma.1w.lv/>

<http://laisma-1.mozello.lv/sirdsprieks-1/maijas-avizite->

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