



# SIRDSPRIEKŠ

*Maijas avīzīte*

*Nr. 39.*

*Mazsalaca, 2020. gada marts*

## DVĒSELI PAGRIEZ PRET SAULES LĒKTU UN VIENKĀRŠI ELPO

**Piezīmes uz papīra lapas, kura nokritusi uz slapjā asfalta.**

Dievs ir Mīlestība. Tik bezgala vienkārša atklāsme, kura var izpausties (un izpaužas arī) miljons veidos un tēlos. Katram cilvēkam tieši viņam visvieglāk saprotamā veidā. Taču ja cilvēks kādā brīdī apjūk pats no sevis uzburtajām dzīves ēnām, tad rodas aplama vēlēšanās nosodīt un vainot. Rodas vēlēšanās sodīt. Par ko gan tas sods tiek paredzēts? Par vārdu, kurš sudrabā rītam austot zāles stiebra galā viz? Vai par to smaidu noskumušajam?

Dvēseli pagriez pret Saules lēktu un vienkārši elpo. Neko vairāk jau rītam mostoties nevajag. Lielie dienas darbi sekos pēc tam, kad azaida galdu nokopsi un rokas priekšautā lēni noslaucīsi. Viss būs pēc tam ...

**Ieva Trimalniece**



Viss aizsteidzas  
tik netverami ātri,  
vien attēls glabā  
elpu gaisušo –  
to lūkojot,  
sev pati pretī nāku  
un kāri tveru  
mirkli zudušo,  
kam nu jau citāds  
mirdzums Laika telpā  
un svaru kausos  
citi mēri krīt.

**Sarma Upesleja**

Dzīve līdzinās braucienam vilcienā. Ar daudzām pieturām, izmaiņām maršrutā un pat avārijām.

Bērnībā mēs kopā ar vecākiem iekāpjam šajā vilcienā un domājam, ka tā būs vienmēr. Taču pienāk brīdis, kad viņi kādā stacijā izkāpj un mēs turpinām ceļu bez viņiem



Laiks iet un vagonā blakus mums apsēžas citi cilvēki. Daži no tiem kļūst mums ļoti svarīgi, iespējams, tie paliks ar mums kopā līdz brauciena pašām beigām. Kāds izkāps uz mūžīgiem laikiem un mums blakus paliks tukšs sēdekļis. Bet kāds pazūd stacijās tik nemanāmi, ka mēs pat nepamanām to, ka viņa vietā jau sēž citi cilvēki.

Šis brauciens būs pilns prieka, gaidu, nodevību, piedošanas, satikšanos un atvadīšanos. Kādā brīdī mēs domāsim, ka ātri jānorauj stopkrāns vai jāpārsēžas kādā citā vagonā, bet brīžiem mēs laimē sēdēsīm un skatīsīmies pa logu, ar prieku gaidot iekāpjam jaunus un jaunus pasažierus.

Galvenais brauciena noslēpums: mēs nezinām, kurā stacijā mums būs jāizkāpj. Tāpēc vislabāk ir baudīt braucienu un pašiem padarīt to komfortablu sev un tiem, kuri sēž mums blakus.

Tas ir ļoti svarīgi. Jo tad, kad mēs sasniegsim savu gala staciju, ir ļoti svarīgi, lai tie cilvēki, kuri turpinās ceļu, sajustu, ka mūsu vieta ir tukša un viņiem būtu saglabājušās pašas labākās un siltākās atmiņas par to, kurš sēdēja blakus...

©Marks Entonijs

Tulkoja: Ginta Filia Solis

## NOKAVĒTĀ DZĪVE.

Dzīve ir viens mirklis, kas paskrien garām nemanot, ja vien neesam klātesoši. Neviens kavējums nav tik sāpīgs kā nokavēta dzīve. Neko vairāk un svarīgāku par pašu dzīvi mēs nevaram palaist garām. Ir skumji apzināties un ieraudzīt īstenību, kad jau redzams ceļa gals, bet atpakaļceļa uz starta līniju vairs nav un neko izmainīt vairs nav iespējams. Mēs nevaram dzīvi patīt atpakaļ kā filmu, un tas nemaz nav arī vajadzīgs, ja apzināties to, kas notiek konkrētā brīdī, jo ārpus tā nekā nav. Šajā apziņas stāvoklī negribas vairs gulēt un sapņot. Nav viegli dzīvot ar acīm ciet un taustīties kā tumsā. Ir nepatīkami uzzināt, ka kāds mūs ilgu laiku mānījis un licis noticēt tam, kas kādu dienu izrādās meli. Un tomēr lielākā daļa cilvēku izvēlas dzīvot ilūzijā un sapņu mutulī, kur nekas nav īsts un patiess. Tā ir šķietamība. Tas ir kā skatīties kino un noticēt filmai,

baidīties un pārdzīvot par galvenajiem varoņiem vai smieties līdzī notiekošajam.

Man ir atbilde uz jautājumu, kas man dzīvē ir pats svarīgākais. Kopš šīs atklāsmes nevienu brīdi neesmu minstinājis, šaubījies vai baidījies. Nedrošība un bailes par dzīves nenoteiktību izzūd. Neziņa izgaist, kad paļaušanās un ticība kļūst par dziļu sirdsmieru un mīlestība - par dzīves vadmotīvu.

**Kaspars Zlidnis**



Nezināšana neatbrīvo no atbildības.

Vai uzņemos atbildību par to, ko domāju?

Vai uzņemos atbildību par savu emociju jūru?

Viss vienmēr ir tā, kā jābūt... jo uzņemos atbildību...

Tik viegla un gaiša tā ir, ja atļaujos būt godīga pati pret sevi...

**Sarmīte Šmite**





Ir tādi brīži, kad spēku sniedz vienkārši apzināšanās, ka uz zemes ir kāda vieta, kuru sajūtam kā savu dzimto. Reizēm tā ir kāda vienkārši sirdij tuva vieta, līdz kurai aizvedis dzīves ceļš. Vai arī... dvēseles izvēlēts pieredzes ceļš. Tāda vieta, kurā gribas atgriezties atkal un atkal...

Mēdz būt arī tā, ka stiprina un dod spēku kādas tālas un tikko nojaušamas atmiņas dvēselē...

**Modra Selga, 20.02.2020.**



**R**adošā būtne ✨ Ja tu šo lasi - neļauj sabiedrībai apslāpēt to dzirksti, kas Tevī mīt. Ja Tu paklausies rutīnas ceļam - Tu nekad neizjutīsi, kā tas ir būt patiesi dzīvam.

Katrs šo dzīvību mēs varam pieredzēt tikai un vienīgi caur savu ceļu. Nav svarīgi, cik Tu pelnīsi un kas Tev piederēs. Agri vai vēl Tu attapsies tukšs un depresīvs, ja virzīsies pa ceļu, kas nav bijis Tavš.

Ja Tu uzdrīkstēsies sekot savai intuitīvai balsij, kādā posmā Tevi sauks par slinku. Par sapņotāju bez nākotnes. Pārmetīs, ka nav stabilitātes. Salīdzinās ar citiem. Tas ir nomācoši, jā. Es zinu. Bet tas ir tikai viens posms. Jā, ļoti garš. Bet vēlāk Tu visu sapratīsi. Šis ceļš un viss, kas tajā pieredzēts - patiesībā būs bijis palīgs, lai Tu atvērtu durvis uz savu patieso potenciālu.

Neviena pieredze. Neviena pārbaudījums nav lieks Tavā ceļā. Sajūti sevi. Notici sev. Tev ir savs ceļš ejams. Tikai retais Tevi sapratīs, tāpēc rūpīgi izvēlies, kura padomos ieklausīties.

Manifestē to noslēpumu, kas tik ļoti vēlas izlauzties caur Tevi. Iespējams, Tu šobrīd nezini, kas tieši tas ir. Bet ja Tu uzdrošināsies sekot savam intuitīvam ceļrādī - Tu to atklāsi.

**Artis Puriņš**



=

**V**arbūt tomēr ir iespējams

radīt ceļu vienīgi no acu skatieniem pa kura aiziet vienam pie otra – un varbūt ka pār šo ceļu šad un tad pārskrien stirnas vai pārlido laimesputni – un varbūt mēs pratīsim būt tik mīlestības skarti ka tos neaizbaidīsim – jo nav dzirdēts ka var sasaukt vai saūjināt atpakaļ sauleszaķus acu plakstiņos vai maigumu ar kādu tu stāvot mūsu ejamā ceļa vidū paskatīties manī vienīgi vienīgi šobrīd

**Maija Laukmane**



## Tu piedzimi kā pilnība.

Iededz gaismu un atrodi pats sevi. ❤️

Ir tik daudz nevajadzīgu ciešanu un sāpju uz šīs Zemes un tikai dēļ tā, ka Tu neapzinies, cik brīnišķīgs Tu esi. Tu aizver savu sirdi gaismai, jo tā reizēm ir par spožu Tev.

Tu baidies būt nesaprasts un nepieņemts. Tu esi gatavs dienu no dienas skriet pa eksistences apli, aizmirst par to, kas ir intuīcija, papildījums un iekšējā bagātība.

Kas esi Tu pats? Bez gaismas ir tumsa un tukšums. Tad kāpēc Tu tik ļoti no tās bēdz? Tu nepiedzimi nepilnīgs un bezspēcīgs. Tieši pretēji. Tu piedzimi kā pilnība. Ar visu Tev nepieciešamo, lai, ne tikai izdzīvotu uz šīs Zemes, bet lai padarītu šo pasauli brīnišķīgāku.

Tu piedzimi kā Visuma dāvana, tomēr kaut kur šajā ceļā Tu nomaldījies un aizmirsi to, atdevi savu spēku un pats sevi. Lai izdzīvotu, Tu nodzēsi gaismu un ieniri prāta ilūzijās, apslāpēji emocijas un sirdsbalsi.

Šis stāsts ir par brīvību, par atbrīvošanos no visām citām pasaulēm. Izņemot to, kurai piederi Tu. Viss, kas tevi nepadara dzīvu, ir par mazu Tev.

**Indu Puri**



*Priecīgu Pavasara gaidīšanas laiku! ☺*

Vakar pabeidzu lasīt romānu, kuru aizsāku pirms pus gada. Toreiz grāmatu iesāku, bet lasīšana nevedās - kaut kā šķita, ka tēma nav interesanta, notikumi gausi virzās, vārdu sakot, grāmata nelasījās.

Pirms neilga laika atkal paņēmu šo grāmatu lasīt, mēģināju atsākt no vietas, kur iepriekš biju pabeigusi, bet sapratu, ka neko no iepriekš lasītā neatceros! Sāku vēlreiz visu lasīt no sākuma - kā pirmo reizi!

Šoreiz grāmatas sižets man šķita ļoti aizraujošs un tēma man pašai aktuāla. Izlasīju grāmatu, tā teikt, vienā elpas vilcienā ☺

Tā pati grāmata - citāda lasītāja. Tā lūk tīri fiziski varam sajust izmaiņas, kas mūsos notiek. Man tāpat ir 2 kājas un divas rokas kā pirms pus gada, kad man šī grāmata nepatika. Kas ir mainījies?! Es esmu mainījies! ☺

Ko tas mums māca?! Pirms pus gada, nebija īstais laiks šai grāmatai ienākt manā dzīvē!! Jāturpina sev piedāvāt visādas lietas, atkal un atkal pēc kāda laika!

Situācijas un lietas mūsu dzīvē var atkārtoties, ja vienmēr uz tām reaģējam vienādi - nekas mūsos nav mainījies. Tomēr pienāks brīdis, kad līdzīgā situācijā reaģēsim citādāk! Un tad ievērosim, ka šādas situācijas notiek retāk.

Tas, savukārt, signalizēs, ka esam kaut ko palaiduši un gatavi iet tālāk.

**FB Ho'oponopono Latvia**

Raksti arī savas pārdomas, radošos darbiņus un ierosmes līdz katra mēneša **25.datumam** uz e-pastu: [reinvalidemaija@gmail.com](mailto:reinvalidemaija@gmail.com)  
[www.draugiem.lv](http://www.draugiem.lv) ; [www.facebook.lv](http://www.facebook.lv)  
Ar mīlestību, pateicību un prieku fotografēja, rakstīto savāca un šo radīja – **Maija Reinvalde**