



SIRDSPRIEKŠS

Maijas avīzīte

Nr. 40.

Mazsalaca, 2020. gada aprīlis

ESI PATS ATSPULGS TAM, KO VĒLIES SAŅEMT!



Vārdi šodienai. Māras diena.

=

Tumšas ēnas smilkst avotu tuvumā.

uzglūn upju tecei uz jūru.

taču

droši stāsimies ierindā.

plecs pie pleca.

garš cerību mūris.

Tumšas ēnas slīd upju līnijās.

lien zem liepu un ozolu saknēm.

taču

pūrā mums glabātas

gaismas villaines.

gaismas vārdi

un gaismas saktas.

Mirdz no dziļiem dziļumiem virspusē

spēka avotu mūžīgais ūdens.

tikai izslieties. Nostāties ierindā.

TIEŠI TAGAD.

UN TĀPĒC

KA GRŪTI.

Maija Laukmane

Esi pats atspulgs tam, ko vēlies saņemt. Ja Tu vēlies mīlestību, esi mīlošs. Ja vēlies patiesību, esi godīgs. Ja vēlies cieņu, cieni citus. Tas, ko Tu dod, atgriežas pie Tevis, jo pasaule ir spogulis, kurā Tu uz sevi skaties...

Atļauj sev būt spoži dzeltenam staram pelēkajā masu pūlī! Esi tas, kurš pats virza savu dzīvi - ar vēlmi, nodomu un rīcību. Nepakļaujies sajūtām un domām, kuras kavē Tavu virzību uz priekšu. Šis ir iedvesmas, radošuma, iespēju un ideju laiks - izmanto to. 🌻🌻🌻

Indu Puri

SEVĪ.

Nav iespējams pilnībā saplūst ar dzīvi un mirkli, lasot aprakstus un citu cilvēku dotos raksturojumus par to, kā tas ir ļauties dzīves straumei un būt šeit un tagad. Mēs varam censties dzīvi saprast ar prātu, bet tās būs ļoti virspusējas zināšanas, kas vairāk līdzinās minējumiem un rada vēl lielāku apjukumu tajā, ko sauc par esību un savu patieso būtību. Zināt, ka ir tāds jēdziens ticība, nenožīmē ticēt. Zināt, ka ir mīlestība, nenožīmē mīlēt. Zināt, ka ir tāds fenomens kā dzīve, vēl nenožīmē dzīvot pa īstam. Zināšanas neļauj izjust, bet tikai atgādina par snaudošo patiesību par sevi, kas ikdienas dzīvē tiek noslēpta aiz prāta spēlēm, ko katru dienu, baiļu, ambīciju, vēlmju, skaudības, greizsirdības vai dusmu vadīti, spēlējam, aizmirstot, ka nekas šajā dzīvē nav svarīgāks par mīlestību, kas var būt daudz dziļāks pamats visai mūsu kopā būšanai uz šīs pasaules. Ir grūti apzināties savu būtību, cenšoties to izprast tikai ar prātu. Nav iespējams iepazīt dievu, mēģinot to atrast tikai reliģijās un ideoloģijās. Teorija, bez sevis un dzīves apzināšanās, ir tikai intelektuāli minējumi, par ko patērēt ar draugiem kafējnīcā. Te gan ar vienkāršu parunāšanos nebūs līdzēts. Ir jāiegremdējas sevī. Ir jāapklust.

Vairumā gadījumu garīgums ir tikai nosaukums bez dziļākas izjūtas. Vai iespējams sajust pieskārienu, reāli nemaz nepieskaroties? Vai iespējams sajust dzīvi, pa īstam neiedziļinoties un nesaplūstot, bet, tikai virspusēji noskrienot ikdienas maršrutu. Vai iespējams iepazīt sevi, aprobežojoties tikai ar savu atspulgu? Dzīves gudrība nav tas pats, kas erudīcija un atjautība. Tas ir dziļums, ko nevar uztvert ar ierastajām maņām, kas tver tikai fizisko pasauli. Ceļš pie sevis ir netverams, bet, kad esi mājās, to nevar nejst. ♥

Kaspars Zlidnis



Cik esmu uzticīgs Gaismai.

Ja apkārt notikumi risinās harmoniski, arī paši spējam justies mierīgi un sakārtoti. Tikai tad, kad parādās spriedze un izaicinājums, varam novērtēt, cik patiesi gaišā un labā ir mūsos un cilvēkos, kas ir ap mums. Te paveras iespēja pašam notestēt sevi, vai tad, kad Gaisma apkārt mazinās un sabiezē tumsa, spēju būt uzticīgs labajam sevī līdz galam.

Iespējams, ka parādīsies kādi attaisnojošie aizsardzības mehānismi, kuri iemidzinās apziņu un pieklusinās dvēseli. Tāpēc tādā brīdī ir svarīgi apstāties un iedot sev miera laiku, lai ieraudzītu skaidrāk, kur likšu nākamo soli. Jo, ja tas tiks sperts nemiera virzienā, atpakaļceļš pie savas Gaismas būs jau ar apgrūtinājumu.

Un tā, soli pa solim liekot, taka var aizaugt pavisam un radīt ilūziju, ka esmu drošībā. Tā drošā vieta ir paša radītā kastīte, kurā vairs nevar ienākt patiesas un dziļas jūtas, jo ir mazinājusies vai pat pārtrūkusi saikne ar dvēseli – katra cilvēka modinošo un vadošo spēku.

Tikai tad, kad sabiezē tumsa, mums ir dota patiesa iespēja ielūkoties sevī, un ieraudzīt, cik es esmu uzticīgs Gaismai. Ja tiek meklētas atrunas un loģisks pamatojums savām izvēlēm, tad Ceļš ir aizgājis citā virzienā, kas arī protams ir Ceļš. Katra Gaismiņa, kas spīd tumsā, ir tik svarīga šobrīd.

Iedegsim savas Gaismas spožāk. Un būsīm tām uzticīgi!

Maija Kadiķe

"Aizved mūs uz vietu, kur ir labi. Kur esam bez svara un ķermeņa, brīvi un patiesi. Kur vējš ir tik maigs un glāstošs, un ūdens tīrs un kristāldzidrns parāda katra tajā esoša akmens skaistumu neaptveramās krāsās, kur saule mīlīgi satin sevī un silda, kur putni nolaižas blakus un ieskatās acīs un puķes smeļ siltus un dzirkstošus smieklus. Kur zeme runā caur mūsu pēdām un katras saknes stāstu mēs sajūtam sevī, kur strauti skrien lejup un nes mūžvecu mežu sveicienus jūrai, kur kalni savas sirmās galvas apsedz ar baltām un pūkainām mākoņu cepurēm, okeāna viļņi nepaguruši dārdina līdz ceļiem ūdenī iekāpušas piekrastes klintis, un sūnā rasas lāses izkrīt vizuļu dejās.

Un pāri visam miers - tik dziļš un pilns kā mēness, bez apstājas lejošs savu zilgano gaismu siltā un tvanīgā vasaras naktī, kur mirklis ir tagad un mēs tajā, kur cilvēki atceras, kas viņi ir.

Aizved mani... sevi... bez atpakaļ skatīšanās."

"Klusētājs #2". **Kristīne Muciniece**



Nāc, lūko -
manā sapņu pili
ne tikai Sauli atradīsi,
te zvaigznes uzmirz dienas vidū
un palmas Tavā krastā ziemo,
vien mērķaķīša nav neviena -
es - priecīgs āksts pa kāpām klimstu
zem viļņa nirstu,
no jauna dzimstu
un dziedu , dziedu, dziedu
par saullēktu un saules rietu
un par to visu,
kas pa vidam....

Sarma Upesleja



Otram cilvēkam brīvību var dot tikai tad, ja pats to iekšēji izjūti, ne to citiem deklarējot.

Ja dosi otram / it kā / brīvību , bet patiesība izrādīsies cita, neceri, ka otrs to nesapratīs. Būs partneri, kas uz to neuzķersies, pagriezīsies un dosies projām, bet būs arī tā, ka atnāks partneris, kuram pašam ir šī programma. Mocīsiet viens otru ilgi, līdz kāds no abiem, šo mācību izies... Tad arī viss beigsies, vismaz vienam...

Ir vērtīgi iepazīt sevi dziļi, lai nesāpinātu un nelauztu...bet, lai ēnas transformētu un atklātu sevī brīnišķīgo brīvības sajūtu. Beidzot būsi atvēris acis uz pavisam citu pasauli, kas arvien plašumā plešas... un tu esi daļa no tā.. Brīvība atnāk ar sevis apzināšanos, sevis sajušanu, kontaktu ar Dievu sevī, kas dod laimes un viegluma sajūtu, kura neprasa salīdzināšanu. Brīvībā nepastāv bailes būt nesaprastam, citādam, nepieņemtam...

Jo tajā ir klusuma telpa, kurā visa kā ir pietiekoši, kuras mieru neapzināti sajūt arī apkārtējie. Ar savu mieru tu transformē ... Neko, itin neko nedarot. Vien esot...

Sarmīte Šmite



Turēt līdzsvaru nozīmē pat vissarežģītākajās dienās atrast sevī viegluma sajūtu.

Saudzēt savu jūtīgo, godīgo sirdi nozīmē vienā no tās kabatiņām nēsāt sev līdzī to pašu vēstuli, otrajā – jūras šalkoņu, trešajā – saulespuķu sēkliņas, ceturtajā – pašus svarīgākos vārdus, kuriem šobrīd ir pats īstākais laiks.

Bet pēc tam vienā mirklī atbrīvot to visu, vienā mirklī, lai visa vieta paliktu mīlestībai un tikai, un saprast, ka nekas nav mainījies.

Turēt līdzsvaru nozīmē pat vissarežģītākajās dienās atrast sevī viegluma sajūtu. Varbūt šobrīd tas ietērpts vārdos, varbūt – pieskārienos, varbūt tai pašā bedrītē aiz tavas ausiņas, varbūt tajā lēmumā, kuru tu pieņem lūpas sakniebis.

Būt sev pašam – tas nozīmē salīmēt sevi no mūzikas, aizvērtām durvīm, apskāvieniem, atteikumiem, ātrumā pateiktiem asiem vārdiem, vēstulēm, pārdomātām līdz pēdējam. No klusuma, kas pārņem, kad paliec viens ar pirmo izplaukušo ziedu, un brīnumaina skaistuma, ne vienmēr vārdos izsakāma. No apžilbinošiem atspulgiem ledus skulptūrās, no savu sapņu atspulgiem ūdenī.

Pamēģini tagad izlikties, ka viss augstāk teiktais nav par tevi.

Avots: sobiratelzvezd.ru
Tulkoja: **Ginta Filia Solis**



...Neko daudz citu kā par šo laiku, kas ir sācies, padomāt jau īsti nav iespējams.



Vēroju, kā šis laiks mūs katru māca un arī pārbauda par kaut ko citu. Un katram ko citu dāvina. Daudzas dāvanas vēl ir iesaiņojumā un nav atvērtas.



Es šajā laikā jūtu nebijušu, spēcīgu sirdsviļņu apmaiņu ar tiem maniem dvēseles brāļiem un māsām, ar kuriem šobrīd vibrējam uz viena viļņa.



Man šis laiks ļauj dziļi ieiet atpakaļ sevī un sajūst dziedinošu pateicību. Man viņš dod iespēju apstāties un atcerēties par to, kas man jau vienmēr šķitis īsts un vērtīgs, un no kā reizēm biju aizmaldījusies diezgan tālu. Jo ritenis, kuram neapzināti biju padevusies, reizēm rāva uz priekšu tā, ka nebija laika atelpoties. Un vērtības bija sākušas sajukt.



Šis laiks man ļauj atkal pavisam konkrēti atcerēties, cik dziļi laimīga esmu bijusi tajos savas dzīves periodos, kad dzīvoju pilnīgā askēzē un vienkāršībā. Tā to varētu nosaukt, bet es to toreiz tā nesaucu. Tā vienkārši bija un man bija labi. Labi pašai sevī.



Es atkal varu atcerēties, cik dziļi laimi un piepildījumu man dod tas, kad nav visa kā par daudz. Kad ir maz, bet ir īsti, vērtīgi un dziļi. Pat pavisam reāli – mazāk un pavisam vienkāršs ēdiens, vienkārši fiziskie apstākļi un maz, bet ļoti tuvi cilvēki tuvā tuvumā. Un tam visam pāri un iekšā dziļa laime un pateicība. Jo nav viss par ātru, pa virsu un par seklu. Ir daudz laika īstajam un būtiskajam.



Tā es to šodien izjūtu.
Un pateicos.



Tija Kazāka

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