

SIRDSPRIEKŠ



Nr. 6. Mazsalaca, 2017.gada jūnijs

ĻAUJ IET, ĻAUJ VISAM RITĒT SAVU GAITU. ATLAID!



Lūgšana - meditācija Zemei

No mājas uz māju, no sirds uz sirdi.
Pa zelta ceļu, pa meža taku.
Pār laipām, pār jūrām, pār okeāniem.
Caur birzīm, caur ciemiem, caur visām dzīvēm.
Caur atmiņām un caur šo dienu
gaisma ienāk mūsos.
Kā liega plūsma kopā ar vēju,
kā upe strauja ar savām krācēm,
kā avotiņš ar dzidru skaņu,
tā ienāk katrā.
Tā ieskauj visus un ieplūst visos ķermeņos
mūsos.
Piepildām sevi ar baltu gaismu,
kas plūst no mūsu Vienotās Saules.
Saule, lai silda un sadedzina visu,
kam sadegušam ir jābūt.
Ļaujām, lai Saule sasilda rētas, sasilda sirdi,
rokas un kājas.
Kājas tik drošas, kājas tik stipras
ar savām saknēm uz planētas Zeme.
Visuma Saule ieplūst nu saknēs, piepilda tās un
visu Zemi.
Zemē tik daudz tagad Saules gaismas!
Ieejam Zemes dvēselē pašā!
Labdienu sniedzam un uzrunājam.
Kā tai ir gājis? Kā viņa jūtas?
Un mūsu dvēseles savienojas.
Caur savas dvēseles liesmu pašu gaišāko plūsmu
Zemes dvēselei sūtam.
Elpojam vienā elpā ar Zemi!
Sajūtam sirds pukstu vienoto ritmu!
Mēs tavi bērni!
Tu - mūsu Māte!
Piedod mums par neziņu mūsu!
Par nedrošību un neizpratni.
Ļauj paņemt tevi rokās kā bērnu.
Samīļojam un noglāstām maigi.
Ieliekam savā sirds vissiltākā vietā.
Tur Tu esi, Zeme, un tur Tev ir jābūt!
Ar katru savu elpu dievišķu gaismu tevī ieelpojam.
Vienā elpā, vienā gaismā, māte Zeme!
Kopā ar tevi Vienotībā!
Vienotā gaismā un mīlestībā!



Esiet sveicināti, mani
mīļie! Prieks atkal ar
jums satikties Vasaras
Saulgriežu gaidās!
Varbūt tieši tāpēc
atcerējos šo lūgšanu-
meditāciju, ko ievietoju, jo pašai man tā tuva.
Es gan pati to neesmu sacerējusi, taču autors
man nav pierakstīts. Ceru, ka noderēs vēl
kādam!

Prieks, ka lasāt šo izdevumu, iesakāt
citiem, uzrakstāt arī man kādu rindiņu.
PALDIES!

Vasarā jau vairāk laika pavadām
laukā, kontaktējamies ar dabu kā nu kuram
mums tas sanāk, tādēļ mazāk laika palasīt,
bet gan jau Tu atradīsi un ko vērtīgu, sev
noderīgu izlasīsi!:) Šoreiz gribu mazliet
iepazīstināt ar kādu pirms dažām dienām
lasītu grāmatu, kas mani uzrunāja un ļāva
dziļāk padomāt par savu dzīvi. Neatstāstīšu
saturu, katrs pats izlasīs, ja būs interese, bet
dažus citākus gan šeit ieviešu, kā arī to, kas
mēneša laikā sakrājies un man šķitis
interesants.

Patīkamu lasīšanu!

Ar mīlestību – **Maija**

Es sakūru uguntiņu
No deviņi žagarīni.
Sildās Dievs, sildās Laima,
Mana mūža licējiņi,
Sildās mans augumiņš,
Sildās mana dvēselīte.

**PRIECĪGUS
VASARAS
SAULGRIEZUS!**

MAIJA



Gints
Barkovskis
“Okeāna
savilņotie.
Atklāt sevi
no jauna”

Citāti no
grāmatas:

“Ikviens ceļš sākas ar pašu pirmo soli, ikviens stāsts sākas ar baltu lapu un izaicinājumu. Stāsts var sākties, ja izaicinājums tiek pieņemts, ja Sprīdītim ir dūša doties pasaulē, ja Sarkangalvītei nav bail iet cauri mežam, ja Alisei ir drosme sekot trusītim alā. Kādu tu raksti pats savas dzīves stāstu? Kādas izvēles tu veic katru mīļu mirkli? Vai tu to saredzi? Vai tu to sajūti?”

“Ja pirms ceļojuma vārdu salikums “tas nav iespējams” man šķita dīvains, tagad es teiktu, ka ir tieši tā, kā tu vēlies. Visu savu dzīvi tu to vien tik dari, kā spēlēties ar varbūtībām, tāpēc jautājums ir vien par to, ko tieši tu dari (vai nedari), lai dotu iespēju notikt tam, ko tu vēlies. Turklāt izvēles nav ne pareizas, ne nepareizas, ir tikai atšķirīgas pieredzes.”

“Ne jau katram ir jāsaprot tavs ceļš, tas ir tavs, nevis kāda cita, un tas ir okey, bet, ejot pirmatklājēja ceļu, tu nevienam nezināmā teritorijā uzzīmē pats savu karti, un tas ir radīšanas akts visā savā krāšņumā. Un, kad tu radi un esi iedvesmas pārņemts, tev pazūd laiks, tev pazūd robežas, tev kļūst iespējams pilnīgi viss, tādā brīdī tu un pasaule beidzot atkal esiet viens vesels, viens un tas pats. Un KAS var būt vēl skaistāks par šo?!”

“Ja tu jau apzinies, ka var dzīvot arī savādāk, tad dari to, šī ir tava dzīve, šī ir tava planēta. Ar savu rīcību, ar saviem darbiem pārvietojies uz to realitāti, kas atbilst tevī jau notikušajām pārmaiņām, dodies uz to realitāti, kas daudz lielākā mērā ietver sevī tās idejas, ko tu vēlies pieredzēt.

Beidz domāt par to, kas ir vai būtu jādara citiem. Fokusējies uz sevi, maini sevi!

Esi tāds, kāds tu vēlies būt. Ļauj, lai katrs parūpējas par sevi pats. Tie, kuri gribēs domāt, kā tu, pievienosies tev. Tie, kuri to negribēs, būs kaut kur citur, un tev tur tāpat nekas nav darāms, lai mainītu viņu domas. Ļauj, lai viņiem ir viņu realitāte, nekur nav teikts, ka tai ir jābūt arī tavējai.

Jūs esat sev te radījuši visvisādas izdomas, kuru dēļ savas dzīves vadības grožus jūs tiecaties atdot kādam citam. Jums ir bail pašiem no sevis! Jūs esat norobežojušies no sava spēka tik ļoti, ka esat pat noticējuši, ka pār savu dzīvi jums pašiem nav nekādas teikšanas.

Un, ja reiz noteikšanu par savu dzīvi jūs esat atdevuši citiem, sakot, lai tie valda pār jums jūsu vietā, tad kāpēc gan jūs dusmojaties par to, kā viņi dara šo darbiņu. Lieciet viņiem darīt lietas citādāk, lieciet viņiem darīt to, ko jūs patiesi vēlaties.

Atšķirīgām kultūrām ir atšķirīgi veidi, kā tās izvēlas pieredzēt attiecības ar sevi un savu dvēseli. Jums te notiek visdažādākie eksperimenti, kā var pieredzēt atšķirīgas realitātes. Un, protams, ka tās ir ļoti atšķirīgas pieredzes.

Tas ir tikai tevis paša lēmums, vai tu gribi turpināt gūt līdzīgu pieredzi, kā līdz šim, vai arī vēlies mainīt sevi un būt kā piemērs pārmaiņām, kas var notikt. Apzinoties, ka var būt savādāk, arī ikdienā dzīvo savu dzīvi savādāk. Tā tu radīsi jaunu realitātes stāvokli, tādu, kas arī apkārtējiem ļaus saredzēt jaunas iespējas.

Un, ja viņus šāda iespēja uzrunās, tad soli pa solim, pamazām un aizvien vairāk savas dzīves grožus jūs pārņemsiet atpakaļ savās rokās, un tādējādi ieviesīsiet visas tās pārmaiņas, ko paši vēlaties. Jo pretējā gadījumā tā ir tikai pļāpāšana.

Iedrošini cilvēkus! Jūsu sabiedrība tiek strukturēta un ir balstīta uz bailēm. Tad par ko gan jūs brīnāties?! Veido jaunu kultūru, tādu, kas dzīvo priekā! Veido sevis un sava spēka apzināšanās kultūru. Un tā jūs atklāsiet, ka īstenībā jums nav nepieciešams neviens, kas norādītu, ko jums darīt.

Un patiesībā nav jau tā, ka izmaiņas notiek apkārtējā realitātē. Patiesībā visas iespējamās realitātes jau ir, tās visas notiek vienlaikus. Tāpēc mēs iesakām jums mainīt nevis realitāti kā tādu, bet tieši veidu, kā jūs to pieredzat. Un, ja jūs tik tiešām vēlaties pārmaiņas, tad tikai ar to vien jau būs pietiekami!”

Dzīvības stīga

Sajust dzīvības stīgu,
Sadzirdēt to skanam
Un saprast, cik trausla
Tā reizēm var būt.
Ikkatru jaunu rītu
Saudzīgi to uzskanot,
Lai dienā ar mīlestību
Tā varētu izskanēt
Un dvēsele - prieku gūt.
Bet vakara klusumā
Atvēlēt brīdi,
Par skanējumu
Paldies pasacīt,
Ja gadījies kļūdīties -
Piedošanu paprasīt,
Un atkal jaunu dienu
Likteņlēmējam lūgt.



Brigita Debeļska



TU NEESI NEJAUŠĪBA.

Esamībai tu esi vajadzīgs.
Ja Tevis nebūtu, pasaulei
pietrūktu kaut kā būtiska un
neviens cits šo vietu
nespētu aizpildīt. Tādēļ tev
piemīt īpaša vērtība. Ja

tevis nebūtu, saule, mēness, zvaigznes, koki,
putni un visa zeme sajustu, ka tukšo vietu
nevar aizpildīt neviens cits, kā vienīgi tu pats.
Šī apjēgsme sniedz neizmērojamu prieku un
piepildījumu: tu esi Visuma daļa un Visums
rūpējas par tevi. Kā tīru un skaidru būtni tevi
apņem milzīga mīlestība, kas nāk no visām
dimensijām.

OSHO

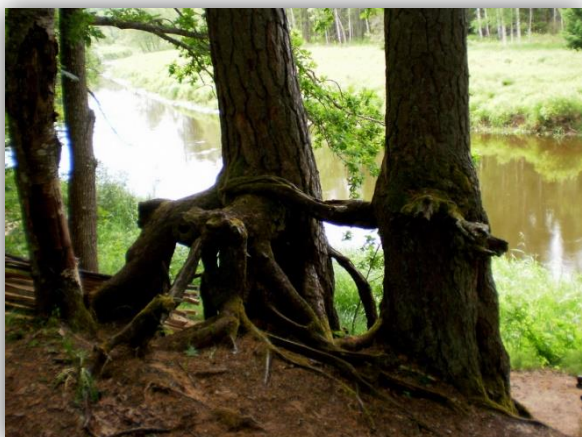


Un tev ir tikai viens: piedāvāt
pasaulei to, ko tu piedāvā, elpot tā, kā tu
elpo, pieļaut kļūdas un izgāzties, iemācīties
mīlēt, kļūpt un, runājot nepareizas lietas,
pārstāt briesmīgi uztraukties par to, kā atstāt
iespaidu uz kādu.

Tā, kā prieks var būt krišanās, prieks
var būt kļūdu pieļaušanā un arī tad, kad
izliecies par muļķi.

Prieks var būt tad, kad aizmirsti prieku.
Varbūt tajā, ka tu reiz atradīsi sevi brīdī, kad
pakritis pie zemes apraudāsi savus zudušos
sapņus.

Kristine Om Shanti



Mazu mirkli – tikai mazu mirklīti atļaut
savai pasaulei nostāties

citādās pareizībās:

*iekaisīt matos vēju
domās magones un atļaut lai
divas dārza galā augošās liepas
nostājas uz galotnēm – varu derēt
ka šalkojums nepazudīs putni neaizlidos
un debesis tāpat būs redzamas
lapotnei
cauri*

*mazu mirkli – tikai mazu mirklīti
atļaut savai pasaulei nostāties citās
pareizībās
un apmulst no tā
cik daudz svaiga gaisa un cik caurredzami
kļūst
pašas pirkstgali
saulē*

Maija Laukmane

Skaistums un burvība, it visā, kur paskaties, it visā, kam tici. Tas dzīvs, tas krāšņs, tas patiens, tas top. Nav kļūdu, nav bēdu, nav sāpju, tas viens. Tas pieskāriens. Katrā gaismā, katrā vietā, jo savādāk nav iespējams, jo savādāk nevar būt. Kustībā, skaņā, krāsā. Kā bezgalīgā kinoteātrī tumši dzeltenās gaismās, kā pilsēta naktī, lietū, tās zaigo, tās sajūtas. Viss saliekas plauktu plauktos, viss skaidrs nu beidzot. Jo nav beidzot, tas vienmēr. Kur vien dodies, tur radi, jo tikai tā Tu esi. Un vienmēr Tu esi, kur radi. Tā cita saule, tas cits visums, kurš daļa no Tevis, kurš viss esi Tu. Tā katra krāsu attiecība, tā katra smaržu, mirkļa izjūta. Tu esi viss. Viss un nekas. Vienlaicīgi.

www.balturaksti.com



Iemīlēt nozīmē atrast to punktu, kur Tu un otrs, vienalga vai cilvēks, vai koks, vai vējš, vai audekls ar otu, esat viens vesels. Iemīlēt nozīmē saplūst, iemīlēt nozīmē pieņemt, iemīlēt nozīmē iemirdzēties. Kad esi iemīlējis, kad esi viens vesels, Tu sāc radīt, radīt visumu, ar kuru esi saplūdis. Tad Tavs visums ievēl elpu. Izelpo un atlaiž. Tad tam vairs nav nozīmes un vienlaicīgi tam ir vislielākā nozīme. Kad šis sudraba zelta aplis iemirdzas, tas atkal izgaist bezgalībā, kā cigarešu dūmi, un kaut kur citur atkal veidojas jauns sidrabzelta aplis. Un tā visu laiku, tā bezgalīgi, kā bruņurupucim peldot bezgalīgajā okeānā, rodas un pazūd viss, kas reiz bijis un nekad nav eksistējis. Viss ir viens. Viss esi tikai Tu pats. Viss un nekas...

www.balturaksti.com

Kā bezvēja klusums smilgās,
kā zelta putekļi virmo,
kā gulbja dūna pie vaiga,
kā lāse no zieda raisās
skar Gaisma dvēseli dzidri,
kur iemājo Mīlestība.

Sarma Upesleja



“*Paldies par "Sirdsprieku"! Prieks lasīt un prieks, par to, ka esi izlolojusi un palaidusi pasaulē savu izdevumu. Lai skaists un viegls ceļš pie lasītājiem! Tu proti brīvi radīt savu dzīvi, rīkoties pēc sirds aicinājuma.*

Ikvienam ir pieejami 7 pasaules brīnumi: redzēt, dzirdēt, just, runāt, domāt, priecāties, mīlēt. Tev piemīt spēja tos uzskatīt par vērtību un ar jēgu likt lietā. Un tas ir vēl viens pasaules brīnums. Lai veicas, izdodas un piepildās visi sapņi un ieceres! Ar laba vēlējumiem – Harita”

PALDIES!



Raksti arī savas pārdomas un ierosmes uz e-pastu: harmonija53@inbox.lv
mājas lapa: <http://laisma.1w.lv/>
Ar mīlestību, pateicību un prieku šo radīja –
Maija Reinvalde