

SIRDSPRIEKŠ



Nr. 10. Mazsalaca, 2017.gada oktobris

DZĪVEI IR TĀDA KRĀSA, KĀDA TĀ IR TAVAI IZTĒLEI (M. AURĒLIJS)

Esiet sveicināti oktobrī!

Jau 10.reizi veidoju un dalos ar savu SIRDSPRIEKU. Tie lasītāji, kuri sekojuši līdzī no paša pirmā izdevuma, ir lietas kursā par to, kā tas radās un kā ik mēnesi turpina Ceļu pie SAVIEM lasītājiem. Esmu laimīga, ka vismaz šādā veidā vēl varu vairot zināšanas, kas palīdz CEĻĀ PIE SEVIS. Kā jau esat sapratuši, šeit ievietoju tikai to, kas tādā vai citādā veidā rezonē ar manu sirdsbalsi un ir nodērējis man pašai.

Tas jau, protams, nebija nejauši, ka meklējot iedvesmu kādam, nu jau rudens vakara rokdarbam, atradās meitas pirms pāris gadiem dāvāta krāsojamā grāmata pieaugušajiem "Ziedu sapņi" kopā ar daudzu krāsiņu komplektu... Atlika ķerties beidzot pie darba!:) Īpaši nemeklējot, uzšķīrās tieši šī lapa, ko tad arī iekrāsoju savām tā brīža krāsām... Arī citātiņš tik piemērots! Man patīk!:)

Novēlu ikvienam atrast savas krāsiņas, ar kurām iekrāsot SAVU dzīvi!
PALDIES!

Ar mīlestību – **Maija**



"Tālāk? Nekā vairs nav. Priekšā tukšums, kraujas mala un tu stāvi tajā. Ceļš beidzies. Nevienas zīmes, neviena ceļa rādītāja. Mala un tukšums. Pēdas ir nedaudz pāri malai, bet tu vēl esi te. Atpakaļ neiesi, tur viss ir izdzīvots, izjusts un izzināts... Tu stāvi viens pats vējā, bez domām, bez trokšņa sevī. Ir iemīlēts viss, kas tu esi, kas tu iespēji būt šajā robežu pilnajā pasaulē, mazajā, paša radītajā zemē, un tas viss ir atlaists un atstāts tur, atpakaļ. Tu stāvi punktā, kur tev nekā nav un viss tev ir - vienlaikus.

Ko darīsi tālāk? Cik ilgi stāvēsi? Arī šis mirklis jau ir izdzīvots - mirklis pirms... Es lecu. Nezinot neko, kas tālāk. Lēciens tukšumā, klusumā... Uz augšu."

"Klusētājs". **Kristīne Muciniece.**

Ja paveiksies, dzīvē iestāsies tāds brīdis, kad tev nebūs kam prasīt padomu. Nebūs neviena, pavisam neviena.. Un ne jau tāpēc, ka blakus nav neviena vecāka par tevi. Ir. Taču viņi nav gājuši tavu ceļu. Viņi ir gājuši savējo, bet, ne tavējo.

Bet tu esi aizgājis pietiekami tālu, lai neprasītu padomu citiem. Un visi viņu vārdi tagad nav nekas vairāk kā novērotāju viedokļi. Novērotāju, uz kuriem nevarēsi vairs novelt vainu par savām neveiksmēm. Tad nāksies meklēt sevī to punktu, kas palīdzēs pieņemt lēmumu. Un tieši to samērot ar zīmēm, kas nāk no ārpasaules. Būt atbildīgam par ikvienu savu lēmumu un mācīties izturēt savas iekšējās vētras.

Daudzi cenšas izvairīties no šī momenta. Viņi precas ar tiem, kas pateiks, kas jādara. Draudzējas ar tiem, kuri pareizi viņus novērtēs. Strādā pie tiem, kuri atņem viņiem atbildību. Un tā arī nodzīvo līdz savām vecumdienām. Un nav te nekā briesmīga.

Bet tad, kad ej viens, ik pa laikam tev šķiet, ka tu visu dari nepareizi (un šaubīgie nešaubīgi tev to pārmetīs). Ne tāpēc, ka reāli kaut kas nav kārtībā, bet tāpēc, ka citi dara citādāk. Tāpēc, ka izņemot tevi neviens cits TĀ nedara. Tāpēc, ka tas ir tikai tavs ceļš. Pa nepazīstamiem apvidiem ar savu iekšējo kompasu un patstāvīgi izgudrotu jēgu.

Autors: Aglaja Datešidze

Tulkoja: Glna FS



Nav tāda lieta kā Realitāte.
Ir tikai realitāte, kādu tu radi no tā,
KĀ tu skaties uz lietām...



Šis lietaini vējainās dienas rīts, kad nu nemaz negribas doties ārā, lika man ieskatīties sevī... Un tikko atnāca kāda dziļa sapratne un arī vēlme pateikt šo atziņu skaļi. Vēl pirms dažiem gadiem pat nenojautu, ka patiesībā dzīvoju tādā atdalītībā un nošķirtībā no Augstākiem spēkiem, no Avota, no Sākuma, no Dieviņa... tik daudz tam vārdu. Citi to sauc arī par Augstāko Es.

Tagad, atskatoties uz to, kā reiz bija, redzu pamaģas pārmaiņas dzīves redzējumā un uztverē. Līdzīgi tam, kā šorīt vējš purina aiz loga augošos bērzus un ozolus, metot un lidinot pa gaisu lapas, tā no manas dzīves ir aizpūstas savu laiku nokalpojušās uztveres un vieta atbrīvota pavisam citiem redzējumiem un sapratnēm. Vēja Māte atbrīvojusi vietu arī ļaušanās enerģijai.

Nebiju iedomājusies, ka dzīvot ļaušanās sajūtās ir tik labi, ka tā patiesībā ir ļaušanās augstāku spēku vadībai. Tie ļoti jūtami vada, virza un liek katru mīļu brīdi, dodot šo tik visur dzirdēto Klātbūtnes sajūtu.

Un šorīt tā pa īstam attapu, ka jau krietnu laiku esmu, sajūtu un dzīvoju šajā Klātbūtnes sajūtā. Ikdienas skrējienā pat nebiju pamanījusi šo tik klusi-rāmi-mierīgo Klātbūtni, kas sajūtu ziņā līdzinās siltai villainei. Pieļauju, ka tā tas bijis vienmēr... tikai sajūtu to pa īstam tagad, patlaban.

Tāpēc esmu dziļi PATEICĪGA tam izaugsmes ceļam, ko esmu gājusi, kur Dieviņš mani vedis, un no visas sirds varu ieteikt arī Tev to, kas palīdzējis un dziedina mani. Tas ir bezgala skaists sinhronitāšu pilns ceļš!

Nekas nav nejaušība!

Māra Brante

Iedomājies emocijas kā notis. Un sevi kā klavieres. Dzīve vēlas spēlēt pasakainu mūziku caur Tevi un Tavām emocijām. Bet priekš tam vajadzīgas visas notis.

Kas notiks, ja klavieres pateiks - visvairāk es gribu spēlēt pasakaino Do noti, bet Re, Fa un Sol man vienkārši riebjas, tās es nespēlēšu! Par Mi, La un Si man ir vienalga.

Tagad melodija nesanāk. Do ir tikpat nelietojams kā Re, Fa un Sol, jo klavieres to spēlēs vairāk un ilgāk, nekā tas vajadzīgs melodijā.

Dusmas ir tikpat vērtīgas kā prieks. Skaudība ir tikpat vērtīga kā līdzjūtība. Un ir īpašas saiknes starp emocijām. Nav iespējams nogriezt tikai vienu sajūtu neietekmējot pārējās.

Neviena emocija nav nepareiza. Katrai ir sava vieta. Bet būs grūti saskatīt tās lomu, ja centīsies to kontrolēt pats, vēl nesadzirdot ritmu un mūziku. Es aicinu Tevi atbrīvot emocijas, ļauj tām izpausties.

Vēro šīs emocijas brīvā vaļā. Un, ja ieklausīsies, sadzirdēsi, kā Tavu pasauli piepilda vēl nedzirdētas pasakainas melodijas.

Andris Ciekurs



Pnoti ieklausīties. Sadzirdi.

Viss, ko cilvēks, kā viņam liekas, runā par citiem, - viņš patiesībā runā par sevi.

Olga Bedlovskaja



Dzeru rīta tēju... Sajūtot lūpu pieskārienus karstās tasītes malai, ļaujies siltam gaisam un fantastiskam aromātam, kas radies sajaucoties svaigam šīs vasaras medum un tējas ziedu aromātu... Dzirdama Rīgas motoru dūkoņa, mazliet apmācies un šorīt neuzspīd saule uz stāvo priežu galotnēm, mežā, kurā vēlētos pamosties... Un tomēr, maigi smaržo gaiss pa pusatvērtu durvju spraugu, un caur katru sajūtu, kuru esmu notvērusi, katrs mirklis ir piederējis man, jo tā bija mana apzināta izvēle.

Bet to pašu tēju es varēju dzert un mirklīgi dzīvot atmiņās - situācijās, notikumos, dialogos, vērtējumos vai prātā burt mirklīgu nākotni - caur bailēm, kas būs, caur iepriekšējo pieredzi, vēlmēm, gaidām, pieprasīšanu no Visuma utt.

Tev pieder tikai tie mirkļi, kurus Tu izvēlies izdzīvot. Just. Tātad - Tu pats radi! Vai piedzīvo.

Bet Tu vari tos izbaudīt vai izciest... Jā, arī sāpes...

Pārējā tava dzīve pieder tam, ar ko tu tos prātā dali.

Cik tieši tu dzīvo šodienas mirkļus?

Pārdomās...
OmShanti



Rudeni izdzīvot

Nāc, iesim, draugs,
Rudeni izdzīvot -
Ar krāsainām lapām,
Ar zaļo zāli.
Ar gājputnu
Atvadu dziesmām
Pieskandēto tāli.
Ar ziediem,
Salnas skartiem,
Vēl parunāsim,
Ar saules stariem
Dvēseli sasildīsim.
Tikai drūmās dienas
Sirdī nelaidīsim,
Lai nebūtībā
Tās skrien...
Bet priecīgās,
Tās laimīgās,
Lai sirds patur -
Atmiņu kamolā sien...

Brigita Debeļska



Saņemot dāvanu.

Katrs cilvēks, ko satiec savā Ceļā, nes kādu dāvanu tieši Tev.

Tāpēc mēģini apstāties, ieklausīties un sagatavoties dāvanas saņemšanai.

Ja Tu vēlies visu laiku tikai dot un dalīties, tad atņem sev šo iespēju saņemt. Tu taču zini, ka dot un saņemt ir vienlīdz svarīgi un nozīmīgi.

Tā veidojas līdzsvars, kas tuvina vienotībai un veselumam.

Ja tava sirds un rokas ir atvērtas saņemšanai, tad dari to un pasper solīti pretī cilvēkiem un pasaulei.

Tu noteikti saņemsi tieši to, pēc kā ilgojas tava patiesā būtība.

Katrs cilvēks nāk ar vēstījumu. Katrs dzīves mirklis ir kā dāvana tieši Tev! Saņem to! Pateicies! Un sniedz dāvanas citiem!

Maija Kadiķe



*Mīlēt sevi nozīmē dot iespēju
apkārtējiem mīlēt mani.*

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 šo radīja –
Maija Reinvalde