



SIRDSPRIEKŠ

Maijas avīzīte

Nr. 32. - Mazsalaca, 2019. gada augusts



DABA MUMS APKĀRT RĀDA KOSMOSA LIKUMUS, KAS VALDA UZ ZEMES...

Autore par savu pirmo grāmatiņu raksta:

... Tā ir kā jauna piedzimšana. Tas ir – kā atskatīties un ieraudzīt daļu no noietā Ceļa un no izdzīvotajām pieredzēm ar Dvēseles acīm... un izjust neizsakāmu pateicību par visu...

Manas pirmās dzejas grāmatas "Ej pretī savam pavasarim" dzejoļi stāsta par vienpadsmit izdzīvotas pieredzes gadiem... par sajūtām un atziņām, ko šī pieredze devusi. Lielākā daļa no grāmatā ievietotajiem

dzejoļiem iepriekš nav bijuši publicēti.



Tas ir bijis ceļš "pretī savam pavasarim".

Tam pavasarim, kurš dzimst sirdī un, kuram ir jāatveras, neatkarīgi

no tā, kāds gadalaiks valda aiz loga. Tam laikam, kurā viss ir pa īsto... kurā izvēlies, ko piedzīvot...



Ja Ceļš iesākts, tad ej! Pat tad, ja reizēm šķiet, ka uz tā vairs nenoturēsies... Pat tad, ja uz mirkli liksies, ka nav pie kā atbalstīties...

Atver savu sirdi un ej! Tas nekas, ja reizēm vēl sāpēs... Tas nekas, ja pārņems šaubas... un neticība.

Turpini iet pie sevis... Tā ir tā virsotne, uz kuru neapzināti tik ļoti tiecamies, un tā nav nekur ārpusē, bet Tevī.

Tu noturēsies. Ar pieņemšanu, ar paļāvību, ar ticību... Ar pateicību. Tu noturēsies, un galu galā uzkāpsi... pats savā virsotnē...

Modra Selga

P.s. Apsveicu Modru ar savas pirmās grāmatiņas "Ej pretī savam pavasarim" iznākšanu! Lai daudz lasītāju! **PALDIES** Modrai un **VISIEM** pārējiem par veiksmīgu sadarbošanos avīzītes tapšanā!

Ar mīlestību - **Maija**



Iztēlojies sev virs galvas piestiprinātu galvas lukturīti. Dzīves sākumā tā spožums ir pavisam mazītiņš. Ejot cauri dažādām dzīves pieredzēm, vērojot sevi un visu apkārt notiekošo - tā spilgtums pastiprinās. Tas piepilda telpu arvien vairāk un vairāk ar gaismu. Tas, ko reiz nespēji saskatīt - pēkšņi kļūst redzams. Tas, ko reiz neizprati - tiek saprasts, jo Tu spēj saskatīt kopējo bildi - nevis tikai maziņu daļiņu no tās.

Artis Puriņš



Mīlestība ir kā vējš. Mēs to tieši neredzam, bet jūtam. Mīlestība sajūtama un redzama ir netiešā veidā: darbos, vārdos, pieskārienos. Vēju mēs sajūtam un netieši redzam koku lapu čaboņā, pamestu ziedlapiņu saujā tieši pa vējam. Mēs to sajūtam kā pieskārienu gar vaigu, rokām, apgērbam.

Mīlestība ir savā izpausmē līdzīga. Tā pieskaras Dvēselei, sirdij, mūsu prātiem, domām, sajūtām.

Lai mīlestības pilna Tev šī diena!

Ar Mīlestību,
Ze Minka



Tie, kas daudz runā, darītāji nebūs! Šobrīd ir arī lielo izvēļu laiks. "Lūdzu!" pateikt no sirds ir jāiemācās pateikt ikvienam. Izmantojiet šo laiku pilnvērtīgi. Ja tūlīt kaut ko varat mainīt – mainiet! Piemēram, varat sākt ar uztveri! Bet to, ko nevar mainīt, ir jāpieņem. Dusmas un burkšķēšana ir cēlonis smagām slimībām. Šajā pārmaiņu laikā vieglāk mainīties ir mazām valstīm. Lielajām būs grūtāk. Mums izdosies, ja gribēsim un darīsim! Meklējiet ceļu, pa kuru varat un gribat iet uz priekšu!

Veiksmi pārmaiņās!

Virsmāte **Anita** (20.07.2019.)

<https://www.youtube.com/watch?v=OI2sC1Odtio>

Reiz es sapratu, ka nevaru rīkoties tā, kā liek man prāts. Un tajā pašā laikā es baidos sekot Dvēseles balsij, jo sagaidu bailes un neveiksmi.

Šī dubultošanās, saprāta un jūtu pretstāvēšana radīja manī vēlmi meklēt pašu būtību, attīrīt to no baiļu sēnalām, svešiem aizspriedumiem, stereotipiem un noteikumiem.

Vienā brīdī kaut kas manī noklikšķēja un es sapratu: kāpēc vispār dzīvot, ja neklausāties savā Dvēselē un ejam svešu ceļu? Tu tikai aizdomājies: iet pa SVEŠU ceļu, kurš novedīs pie SVEŠIEM mērķiem.

Bet kur tad šajā pasaulē esmu es? Vai es palikšu es pati, tāda, kādu mani mīl mani tuvie, ja novērsīšos no Sava ceļa...

Katra dzīva radība ir radīta laimei. Kāpēc mēs tik slikti domājam par Dievu, ka esam nolēmuši, ka par laimi ir jāmaksā un pēc brīnišķīgas rītausmas noteikti sekos pati aukstākā un tumšākā nakts? Būtu muļķīgi nogalināt to, kas radīts tādā mīlestībā.

Tu esi pelnījis laimi. Tu vari palūgt un saņemt to, ko vēlies. Tevi dzird, mīl un sargā. Tad sargā arī tu savu dārgo Dvēseli. Klausies sevī, iepazīsti sevi, mīli sevi. Un tikai tad tava leikšējā Saule sāks sildīt tuvāko.

Un mīlestība izlīs pār pasauli spožās straumēs un ielīs cilvēku sirdīs, izdziedinās ķermeni un radīs harmoniju. Lai notiek tā!

Anna Čulanova

Tulkoja: Ginta Filia Solis



Garīgās drēbes.

Bieži vien it kā tik mierīgajā dzīves plūdumā pēkšņi ienāk vētra un viesulis, sagriežot visu iepriekš radīto pasauli līdz nepazīšanai. Miera vietā ienāk nemiers, prieka vietā – skumjas, mīlestība pārvēršas bailēs. Kāpēc tā? Bija taču jau tik labi. Likās, ka esmu gandrīz vai “Buda”, kas meditē augsta kalna virsotnē.

Svarīgi ir atcerēties vienkāršu patiesību, ka daba mums apkārt rāda Kosmosa likumus, kas valda uz Zemes. Daba vienmēr ir mainīga. Katra diena atnāk kā pārsteigums. Šodien saule, bet rīt jau negaiss ar pārkonu. Tikko uzpūta viegls vējiņš, bet pēc mirkļa tas nomierinājās un sāka krist krusa graudi. Daba mums māca, ka vajag ar to visu harmoniski kopā dzīvot, tad arī pašsajūta ir laba. Kā saka – nav sliktā laika, ir tikai nepiemērotas tam drēbes.

Tāpat notiek ar mūsu emociju un jūtu laika apstākļiem. Viss ir atkarīgs no tā, kur atrodamies, kad pēkšņās vētras un viesuļi nāk.

Vai esi atbilstoši apģērbies? Vienīgās patiesās drēbes, kas mūs spēj glābt jebkurā situācijā, ir mūsu garīgās drēbes, kuras paši esam uzaduši, dziedīnu pa dziedīnam liekot kopā kā zelta stīgas. Savu pazemību, pieņemšanu, pateicību un pacietību ieliekot garīgajā audumā, kurš sniedz drošību un mieru.

Šīs drēbes nenonēsājas, tikai ar katru jaunu zelta dziedīnu kļūst stiprākas un Gaismā spožākas.

Liksim šos dziedīnus vienu pie otra un radīsim mūžību.

Tas patiesi ir tā vērts!

Maija Kadiķe



Pārmaiņas notiek. Cik daudz to sajūtam, ieraugām, pievēršam uzmanību, atkarīgs no mums pašiem, tāpat, vai Vēlamies Mainīties, un virzīties uz priekšu, daudz citādākā veidā, nekā bijām pieraduši. Gatavība mainīties notiek brīdī, kad sākam uzdot jautājumus par savām individuālajām sajūtām fiziskajā ķermenī un savām emocijām, vai situācijām, kas šķietami, norāda uz kaut ko, ko mums vajadzētu saprast, bet, mēs vēl nevaram to "nolasīt".

Dažiem pamudinājums uz pārmaiņām nāk caur krasiem pavērsieniem, zaudējumiem, satricinājumiem, dažiem caur nozīmīgām sinhronitātēm, un tas viss, lai mēs sāktu uzdot "Kāpēc?", un sāktu Atcerēties.

Sarežģītākā "daļa" ir ĻAUT Sev iespējamību, ka tas, ko esi uzskatījis par pašsaprotamu un labi zināmu, patiesībā, var būt, daudz plašāks, Tevi aizvedot lielākā Izpratnē, un rezultātā, Tu ieraugi, cik viss savstarpēji saistīts, un, kā tas ietekmējis Tavu dzīvi.

Bet - tikai un vienīgi Tu esi tas, kurš izdara izvēli, - izprast un sajust vairāk, jeb palikt pie zināmā.

Ar pateicību un beznosacījuma Mīlestību,
Kwana Mikaela



VAI TEV IR IZVĒLES BRĪVĪBA?



Dažreiz mēs jūtamies kā sprostā, apstākļu vai attiecību gūstā... Neredzam izeju... Liekas, ka mums nav izvēles brīvības... Jūtamies, kā putniņš, kas pieķēries zaram un domā: Man nav brīvības!

Taču zars nevar atlaist putnu brīvā lidojumā...

Lai iegūtu brīvību, putnam pašam jāatlaiž zars.



Lai sajustu brīvību un ieraudzītu izvēles iespējas, pašiem jāizmaina sava attieksme un uztvere.

Padomā, pie kā tu turies... un atlaid! Visu novecojošo, nevajadzīgo, kas nokalpojīs, izsmēlīs un apnīcis.

Atlaid zaru, pie kura turies, izplet spārnus un lido augstāk!

Augstāk!

Tur, kur tava dvēsele.

Tur, kur tavi skaistākie sapņi.

Tur, kur tava zvaigzne!

Tev vienmēr ir izvēles brīvība.

Neturies! Lido! 

Ar mīlestību,
Kristīne Čerepenko

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

reinvalidemaija@gmail.com

mājas lapas: <http://laisma.1w.lv/>

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

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