



SIRDSPRIEKŠ

Maijas avīzīte

Nr. 33. - Mazsalaca, 2019. gada septembris



DZĪVA DZĪVE IR TUR, KUR TU PIEDALIES, VĒROJOT CAUR SIRDĪ...



Var jau par aizejošo vasaru skumt un raudāt var. Taču var arī noliekties pie katras nokritušās lapas un izbrīnā to stāstus lasīt. Vienu par otru skaistākus. Kā rudens nāk tā viegli, viegli uz pirkstgaliem. Apsolot visas debesu zvaigznes man uzdāvināt. Ak, man jau nevajadzētu tās visas likšu? Ne kabatās sabērt, ne rokās saturēt. Tik daudz, tik skaistas, tik siltas ļoti, ļoti. Un vai iespējams visu tā gūt sev vienai? Zinu taču jau sen, ka ne. Rītos dzestrais vējš man plecus maigi glāsta un kāju basās pēdas rīta rasa dzelda, mazliet. Nē, nav jāskumst par aizejošo, nevilšus var nepamanīt cik skaisti katrs rīts atnāk uz pirkstgaliem. Klusi, klusi pieklaudevot pie Tavas istabas loga rūts ...

Cik skaists rīts debesīs viz!

Ieva Trimalniece

Ko šis mirklis sagaida no manis? Ko es varu iedot no sevis šai mirklī? Kam Dievs šo mirkli man paredzējis? Kādas mācības ir man sagatavotas? Kam paredzēta un ko nes sevī šī konkrētā tikšanās? Kas man ir jānodod, kuri vārdi jāpasaka? Un kāds vēstījums nāk šobrīd pie manis caur šiem cilvēkiem?...

Tik daudz svarīgu jautājumu. Un piekļust, lai nepalaistu garām. Lai izdarītu un izbaudītu katru mīļu brīdi. Ar Pateicību.

Dzīva dzīve ir tur, kur Tu piedalies, vērojot caur sirdi.

Kristīne OmShanti



Vēstule ceļā gājējam

Durvis ir atvērtas.

Tu stāvi uz sliekšņa.

Nē, tu esi gatavs kāpt sliekšnim pāri – vismaz sirds jau ir ceļā (un sirds vienmēr ceļu sāk ātrāk nekā roka uz durvju roktura vai kāja solim) – jo zina mērķi.

Tātad: durvis ir atvērtas. Un tu esi ceļā (šeit „aiz kadra” paliek tie cilvēki un apstākļu sakritības, kas (un kuri) tev virzienu norādījuši un atklājuši, ka durvis vispār ir. Tie, kuri vēl pavisam nesen stāstījuši, kāda skaista, plaša un atbildīga pasaule pavērsies, ja...).

Taču šobrīd tas notiek. Tu stāvi uz sliekšņa.

Un viss, kas no pavērtajām durvīm redzams (un jūtams), tagad pieder tev. Līdz apvārsnim viss.

Dīvaini, bet aizvien biežāk tu sapratīsi, ka tev pieder *ne tikai* acīm saredzamais, bet arī tas, ko var *vienīgi sajūst*. Vējš, nemiers, atrastprieķa satraukums, zaudētmaņa – jā, tieši šis viss acīm neredzamais nu pierēs tev visbiežāk.

Tu stāvi, un – Sveiks, kā klājas? – tevi uzrunā pasaule. – Labi, – tu atbildi, – nevaru sūdzēties, labi. – Nē, – uzmirkšķina zvaigznes un garām skrienot īsu zilbi pamet nemiera vējš (jau teicu, ka viss acīm neredzamais tagad tev pieder visdrošāk!), – Nē! – dzied nepostošs, spirts vējiņš. – Tagad uz visiem sveiks, *kā klājas* tavai atbildei jābūt: – Paldies, *man klājas dzejiski, man klājas radoši un man klājas apliecinoši!*

Tu stāvi uz sliekšņa. Un durvis ir atvērtas. Bet atceries: ceļā dodas ne tikai kājas; bet arī sirds.

Ej! Apliecinies! Ceļamaizei līdzī nē ilgošanos pēc tāluma. Ilgošanos pēc tā, ko sauc par horizontu. Jo horizonts vienmēr ir vilinoši tuvu un reizē tik neaizsniedzami tālu, ka no tā nemaz nav iespējams novirzīties.

Ja iet. Ja vispār *tajā virzienā* iešana notiek.

Cik ilgi un cik tālu jāiet? Tik ilgi un tik tālu, cik tevī kā skaista bāka mirdz ilgošanās.

Un ejot atceries, ka kājas tikai izpilda to, ko sirds paredzējusi.

Maija Laukmane



Dienu lāses gadu kausā krājas,
ja gadās skumjas tur un asaras,
kad kauss ir pilns, tas pāri malām brāžas,
rauj sev līdzī to, kas neturas
vairs ikdienības noliktajos rāmjos -
kā nolemtības ūdenskritums laužas
un meklē jaunu gultni jaunam ceļam.

Sarma Upesleja



Visskaistākie un sajūtīgākie mirkļi atrod Tevi niekos un sīkumos: klusā lapu čaboņā, kuras Visums klusiem vēja pieskārieniem knibina vakara norietā.

Gaismēnās, kas vīzuļo uz lēnas pastaigas taciņas vai mājokļa sienas, priekšā kūpot svaigu piparmētru tējai.

Tie ir tie klusuma brīži, kas ir tik pilni Tevis (Sevis), ka šķiet: esi pilns esošā Mirkļa apzinātības, kā vasaras mākonis ar Visuma baltumu....

Un, ja vēl kāds mīļš cilvēks Tev tuvumā... Pasaulē ir...

Esi laimīgs šobrīd.

Tieši tagad.

Ļauj sev tādām būt. Lai viss izdodas!

Ar mīļumu, Ze Minka



GLIEMEZĪT, LIDO!

Ja viss, ko cēli, kopī un veidoji, sabrūk, tā nav nelaime. Drīzāk otrādi. Jo tur sabruka tavas ilūzijas, gaidas, stereotipi, kļūdas un citas lietas, kam ar tev patiesi vajadzīgo, izrādās, ir bijis maz sakara. Tomēr sāp? Nav vērts sāpēm ļauties. Jo īstenībā nesabruka nekas vērtīgs. Sabruka nepareizā izvēle.

Mēs visi izdarām nepareizas izvēles. Turklāt vairākkārt. Tas ir normāli. Tieši tas mums atļauj pilnveidoties, atrast un noturēties uz sava ceļa. Neizdošanās nav iemesls aizvērties vai ieslēgt gliemeža ātrumu vai ierauties alā un nekustēties nemaz. Neveiksme, faktiski, ir veiksmē.

Pēc sabrukuma mums ir balta lapa, jauna sākuma iespēja. Tu taču elpo un domā! Tu spēj sajūst sāpes! Tātad tu esi dzīvs un nekas tev nav beidzies. Kamēr tu sēdēsi uz savu veco ilūziju drupu kaudzes, tu joprojām esi kaudzes un baiļu varā. Bet tu taču nenomiri! Tātad nav tik traki. Tātad ir iespēja un vajag kustēties uz priekšu. Jebkurā virzienā. Kaut nedaudz, bet prom no drupām.

Cilvēks, kurš nekļūdās, ir šausmīgs. Viņš zina, kā ir pareizi un kā nepareizi, kā vajag un kā nevajag darīt. Tas nozīmē, ka viņš nemācās. Ka viņš neredz niansas un pasaules krāsainību. Tāds cilvēks ir īgns un neciešams. Tādu cilvēku ir neiespējami mīlēt. Jo arī viņš nevienu nemīl. Un, visticamāk, tāds cilvēks jau sen nav nokāpis no savu nepareizo izvēļu drupu kaudzes.

Mums nav garantiju. Neeksistē absolūtā drošība. Bet mums ir izvēle – sēdēt drupu kaudzes ērtajā alā, rāpot kā gliemežim vai pārvērsties taurenī.

Izplešam spārnus!

Didzis Jonovs

Vēlreiz par atlaišanu

Atlaist – nenozīmē pārstāt rūpēties, taču tas nozīmē nedarīt jebko kāda cita vietā.

Atlaist – nenozīmē norobežoties no sava tuvā ar sienu, taču tas nozīmē atzīt otra cilvēka tiesības uz patstāvīgiem lēmumiem (lai arī kļūdainiem).

Atlaist – nozīmē nepiedalīties slikto ieradumu veidošanā. Taču tas nozīmē ļaut otram ieraudzīt un sajūst savas nepareizās rīcības un lēmumu sekas.

Atlaist – nozīmē atzīt "Es neesmu visu varens", un ļoti bieži rezultāts nav atkarīgs no manis.

Atlaist – nozīmē pārtraukt savus centienus mainīt otru cilvēku, pārstāt viņu bikstīt. Visu enerģiju veltīt savu ieradumu un atbildes reakciju pilnveidošanai.

Atlaist – nozīmē rūpēties par otru ne tāpēc, lai..., bet vienkārši rūpēties.

Atlaist – nozīmē pārstāt veidot, mācīt, likt, piespiest..., bet sākt atbalstīt.

Atlaist – nozīmē nebūt soģim, bet atļaut otram būt tādām, kāds viņš ir.

Atlaist – nozīmē necensties būt visu tuvā cilvēka dzīves notikumu centrā, atstāt viņam pašam vietu, kur strādāt ar savu paša dzīvi.

Atlaist – nozīmē neaizsargāt otru cilvēku no dzīves realitātes, lai viņš neaizmirstu, ko nozīmē grūtības.

Atlaist – nenozīmē atstumt, bet būt atvērtam.

Atlaist – nozīmē pārstāt strīdēties, piekasīties, dominēt, bet sākt pašam izzināt savus trūkumus un stiprās īpašības.

Atlaist – nozīmē necensties, lai viss atbilstu tavām vēlmēm, bet pieņemt katru dzīves dienu tādu, kāda tā ir, izrādot patiesu interesi un rūpes par savu personību.

Atlaist – nozīmē nebūt pagātnes notikumu un atmiņu gūstā, bet pielikt šodien pūles, lai uzlabotu rītdienu.

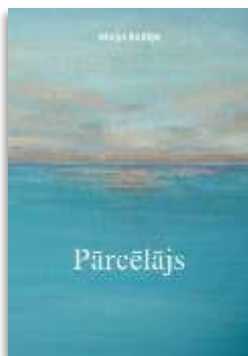
Atlaist – nozīmē mazāk baidīties, vairāk uzticēties saviem patiesajiem principiem un mīlēt...



Avots:vk_EzoNews
Tulkoja:

Ginta Filia Solis

Maija Kadiķe "Pārcēlājs"



Katrs jauns posms ir kā būsana uz pārceltuves. Ko nesīs nākamā diena? Vai spēšu saglabāt savu sapni? Lai izdodas gan maziem, gan lieliem uzticēties savam iekšējam Pārcēlājam - sirds Gaismai.

Par to arī stāsts no grāmatas "Pārcēlājs".

~~~~~

17.  
*Rīta saules pielietās sarkanās debesis,  
pieskardamās plakstiem, atmodināja mani.  
Straume spoguļojās mākoņos.  
Un mākoņi straumē.  
Tie bija kā vārti,  
kas kaut ko savienoja.  
Mēs devāmies.  
Patiesībā traucāmies.  
Viss Pārcēlāja stāvs  
liecināja par virzību.  
Arī es piecēlos kājās  
un vienkārši biju.  
Sarkano atspulgu ieskauts.  
Mana būtība bija kustībā.  
Tu izšāvi mani kā bultu.  
Tagad es lidoju.  
Mērķi zini tikai Tu.  
Es paļaujos.  
Šis ir mirklis, kurā esmu pilnīgi.  
Kā gaisma, kas traucas uz priekšu.  
Es izpletu rokas kā spārnus.  
Sajutu laivas lidojumu.  
Cauri laikiem un mūžībām.  
Pārcēlājs nolika airu.  
Viņa rokās izauga bura.  
Mēs dodamies.  
Straumes nestie.*

**Maija Kadiķe**



**M**an tuvie Ceļabiedri! Paldies, ka Jūs esat! Paldies, ka atkal pabijām kopā kādu mirklīti! Tuvojas Rudens Saulgriežu laiks... Kāds tas būs, tas atkarīgs no mums pašiem. Lai izdodas tas, kas iecerēts! Es ļaujos plūsmam... Ja nu atkal satiekamies tādā vai citādā veidā... Lai top!:)

Ar mīlestību - **Maija**



---

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](https://www.facebook.com)

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