



SIRDSPRIEKŠS

Maijas avīzīte

Nr. 44.

Mazsalaca, 2020. gada augusts

ESMU PILNĪBĀ KLĀT ŠAJĀ ŠĪ BRĪŽA MIRKLĪ...

Ar katras dienas sniegtajām visuma pieredzēm ir skaidrs, ka nekas nestāv uz vietas un vēl ir skaidrs, ka mēs neesam aizmirsti. Ja dzīvē veidojas situācija, kur liekas, ka esmu iesprūdis vai nekas nenotiek, tad īstenībā tā ir zīme, ka esmu sevi pazaudējis, esmu aizmirsis, kas es esmu un ko esmu nācis šeit darīt. Visums nestāv uz vietas un viss iet uz priekšu. Lai kāda būtu situācija dzīvē, mēs vienmēr tiksim nodrošināti ar pietiekami daudz enerģijas, lai varētu virzīties uz priekšu.

Vasara ir nesusi daudz krāšņas pieredzes, kuras lielā mērā ir salikušas puzzle kopā un vēl turpina to likt. Ja kādreiz daudz kas notika caur dzeltenajiem toņiem, tad pēdējā laikā viss pāriet vairāk esībā un dzīve maina krāsu uz zeltaini balto gaismu, kas vienlaicīgi nāk ar spēcīgu, dziļu mieru sevī.

Nobeigumā novēlu katram, neatkarīgi no situācijas dzīvē, nepazaudēt sevi, mācīties nepazaudēt sevi un spēt noturēt dziļu mieru sevī, lai katrs mirklis būtu plūsmā caur spēcīgām visuma straumēm.

Kaspars Avokado Kodols

Nem šo nākamo mirkli sev.

Sēdi ērti.

Elpo.

Aizver acis.

Sajūti savu ķermeni.

Sajūti savu būtni.

Sajūti savu sirds telpu.

Sajūti...

" Es esmu pilnībā klāt šajā šī brīža mirklī.

Es esmu koncentrējies un skaidrs savā centrā.

Mans centrs ir mana sirds.

Mana elpa mani tur tagadnē.

Izlīdzināšana notiek tagad manā augstākajā labā.

Es esmu avots. Apzinātība. Mīlestība. Zināšana.

Spēks. Maigums. Mīlu sevi.

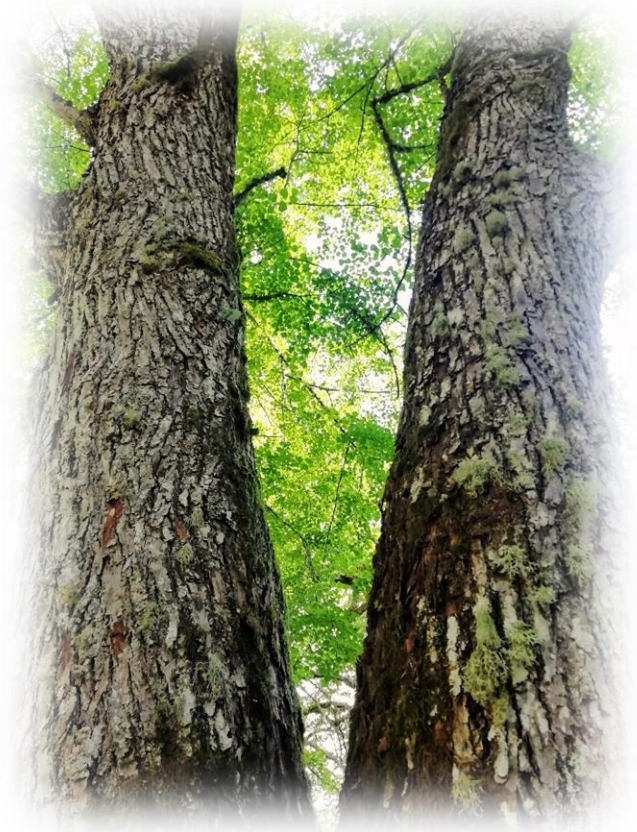
Māte / Tēvs / Kristus - viss, kas ir.

ES ESMU, KAS ESMU.

Tagad esmu pilnībā klāt."

Tik ļoti maigi... Mīlestību pret mums visiem...

Dienas Mikaela





Ir jāapstājas...

Reizēm ir jāapstājas, atļaujot sev būt klusumā.

Ļaujot notikt iekšējiem procesiem.

Sajūtot un pārdomājot.

Kas priekš Tevis ir prieks.

Kas Tev ir pieņemami.

Kas ir Tavs piepildījums.

Jāatļauj izzust visam, kas tam vairs nekalpo.

Tad dziļi, dziļi jāieelpo...

Un atkal vari dziedēt.

Vēl krāšņāk kā pirms tam.

©Modra Tkačova

Ilgī sēžu un skatos kā jūlijvakara saulīte spīd cauri puķītei tepat, uz balkona margas. Un atkal atceros pēdējā laikā visbiežāk dzirdēto atziņu. Ja vēlies radīt jauncitu-savādāku realitāti, tad sāc domāt jaunas-citas-savādākas domas, kuras radīs jaunas-citas-savādākas emocijas, kuras radīs jauncitu-savādāku iekšējo stāvokli, kurš matērijā ļaus rasties jaunajai realitātei. Jūlijvakarā meditēšana, sapņošana un pārradīšana padodas vieglāk, jo ir silti un arī ķermenim ir laiks atslābt un piedalīties jaunā radīšanā. Lai mums visiem izdodas!

Tija Kazāka



Meklējiet īstumu un patiesumu, meklējiet viedumu un gudrību, meklējiet skaistumu, kas izstarojas no iekšienes, nevis no dredainas galvas un spožām spalvām, no uzķūnētas ārpuses un skaļiem plakātiem, iestudētām runām un izrādēm.

Meklējiet autentiskumu, meklējiet tos, kuru sirdis deg vēlmē dalīties un dot to savu unikālo, kas tajās ir, bez pompozitātes un šova. Jo visdārgākās pērles mēdz slēpties visnecilākajā gliemežnīcā. Ja vēlies atrast pērli, tad ir vērts to atcerēties.

Inta Blūma [#parcelajadienasgramata](#)



Es nepiederu pūlim,
Es nepiederu citu pieredzei,
Es nepiederu citu uzliktām patiesībām,
Es nepiederu valodai un kultūrai,
Es nepiederu atklājumiem un mācībām,
Es PIEDERU Pats sev un visam, kas elpo manī - vējam un saulei, zemei un debesīm,
zālei un katram dzīvības pukstam kukainī,
cilvēkā un visā dzīvajā.
Es esmu Dzīve un Dzīve elpo no manis.
PATI ESĪBA ir tikai viena, tā, kas iekš manis pukst...
Lai Tava PATI ESĪBA skauj šodien no visām pusēm...

Linda Vītoliņa

Ir ļoti viegli būt tad, kad esi savā spēkā.

Ir ļoti viegli būt un dalīties, kad esi pārvarējis kādas grūtības, guvis svarīgas atziņas un pagājies solīti tālāk savā Dvēseles ceļā. Ir viegli dot, kad viss ir labi, kad esi skaists, starojošs, ziedošs, super duper garīgs, gudrs, pat vieds. Tomēr tā ir tikai puse no stāsta, tās ir tikai laimīgās beigas kādam nelielam posmam, kādam cēlienam tavas dzīves izrādē. Aiz kadra paliek viss tas emociju un pārdzīvojumu spektrs, ko reti kurš ir gatavs rādīt kādam ārpus sevis paša. Tur mijas puņķi ar asarām, jautājumi un pārmetumi par to, ka atbilžu nav, apjukums un neizpratne. Un ne tikai. Tur paliek viss, viss tas garais kauliņu meklējumu un puzzles likšanas process, kas bieži vien ir trakoti grūts, ellīgi sarežģīts un absolūti ne vienkāršs. Lai kā gribētos, no debesīm nenolaižas eņģeļi ar gatavu situācijas analīzi un izklāstu, Dievs nepieliecas no debesīm un neiečukst ausī sīki izstrādātu rīcības plānu, kas soli pa solim aizvedīs līdz laimīgajai zemei.

Es šobrīd neesmu savā spēkā. Šobrīd, lai kā es censtos, deguns velkas pa zemi un rokas ir bezcerībā nolaidušās. Un lai arī ikdiena rit savu ierasto gaitu, pienākumi secīgi seko cits citam un, no malas raugoties, nekas ārkārtējs nav novērojams, es tomēr jau atkal esmu bedrē. Es esmu bedrē un no tās tagad cenšos kaut ko jums rakstīt un ar kaut ko dalīties. Tupu tur un domāju par to, kam ir un kam nav jēgas. Domāju par to kas ir un kas nav svarīgs. Domāju par to, kas ir īsts un par to, kas nav īsts. Jā, es esmu bedrē un, ja godīgi, par to pat nedaudz priecājos, jo bedre nav ala, kurā var aizklīst bezgalīgi tālu un apmaldīties bezgalīgos labirintos. Bedrē tupot, sēžot, guļot vai stāvēt vismaz var redzēt debesis. Var redzēt sauli, mākoņus, nakts melnumu, kuru rotā zvaigžņu spīguļi. Skats ir skaists, ja ļoti patīk debesis. Es zinu, ka šī bedres sajūta drīz beigsies, ka puzzles kauliņi drīz būs atrasti un tad tie skaisti, harmoniski sagulsies cits citam līdzās atklājot pilnu ainu. Bet pagaidām te, bedrē, esmu tikai es ar saviem jautājumiem un debesīm.

Lai mierpilns vakars.

Mīlestībā un pateicībā,

Madara
Dvēseles piezīmes

BRĪVĪBAS MEKLĒJUMOS.

Pašu prāts ar mums bieži vien izspēlē tos ļaunākos jokus, jo meklējot mīlestību, mēs sākam justies arvien nemīlēti un vientuļi. Skrienot pēc bagātības, iekšēji sākam justies arvien nabagāki. Vēloties sasniegt mieru, galvā skan arvien vairāk trokšņu un sirdi nomāc nemiers. Tiecoties pēc brīvības, nonākam sava ego veidotā sprostā, kur domas un emocijas viena ar otru sapinušās, dvēseliski tiekot sasaistītiem un nebrīviem. Vēloties iemantot personīgo neatkarību, kļūstam atkarīgi no ārējiem apstākļiem, situācijām un cilvēkiem.

Ārējā pasaulē nav atrodams tas, pēc kā ilgojas mūsu iekšējā būtība!

Kaspars Zlidnis



Bieži viens mazs pieņemts lēmums var pagriezt visu dzīvi.

Visums mums piedāvā iespējas, tās gan ir jāpamana. Lai pamanītu, noderēs atvērta būšana šeit un tagad. Ne tikai tad, kad sev dod šo komandu, bet jau ietrenētu, darot, ejot, pat domājot...

Patiesībā jūtot.

Piedāvājums var atnākt vairākas reizes, bet ne vairāk par trim... Pavēro, ja ej un tev tiek atvērtas durvis, tad nākamās, tad nākamās. Bet ir jāiet... Ja tikai domāsi par to, iespēja paies garām nerealizēta.

Mazais pagrieziens var aizvest uz kādu tikšanos, kas paver vēl tālāku ceļu... Bet ir jāuzdrošinās. Jāieklausās, jārikojas. Bez bailēm, jo, ja jau paver, tad Debesis atbalsta un palīdz....

Atver savu sirdi, lai uzzied arī tava LAIME LĪDZI! Tā tu dosi enerģiju savai iespējai!

Sarmīte Šmite



Anda Līce CEĻADOMAS

No mūžības uz
mūžību mēs ejam,
ir tu, kas par to
visu tikai smeļ.

Tai grāmatā, kas augstā plauktā likta,
pirms vēl kas ziedējis un briedis,
ir ierakstījies jau ikviens tavš brīdis,
vien kāda roka lapas tur vēl ciet,
lai tu tik nesapricājies pirms laika
un lai pirms laika arī mazāk ciet.

Par šo piezīmju nosaukumu – “Ceļadomas”-
man jāpateicas nepārejošai ceļa sajūtai, jo es
īstenībā vienmēr esmu ceļā – sarunājoties,
ejot, domājot un rakstot. Uz lauku mājām ar
šādu nosaukumu visos gada un diennakts
laikos esmu ar pilnām rokām neskaitāmas
reizes gājusi kājām pa dubļiem, ledu un
sniegu. Pēdējos gados daudzi dodas
svētceļojumā pa Santjago ceļu Spānijā. Tos
astonsimt kilometrus, ko viņi noiet, pa
daudziem gadiem esmu pieveikusi arī es. Ar
katru gadu gan šis gājiens prasa aizvien vairāk
laika.

Mana Santjago ceļa abās pusēs vienmēr ir ko
redzēt. Daba tik bagātīgi apraksta ceļmalas,
spēj tikai lasīt. Zālē, biškrēsliņos, madarās un
pelaškos pazib kādi tēli, kas pēc laika
atgriežas dzejoļos. Ceļš ved cauri tādai
smaržu un skaņu pasaulei, kādu neizdodas
nekur citur piedzīvot. Smaržo pat ceļa putekļi.
No grāvjiem – kārklu paradīzes – mani apņem
medus dvesma.



Es tagad mācos viegli, viegli dzīvot,
un smagumu, ko gadiem līdzī nesu,
tam novēlu, kam visi laiki pieder,
sev atstāju vien tik, lai mani nenes vēji,
uz to vairs neatskatos, ko reiz nokavēju,
tam pakaļ nedzenos, kas mani priekšā gaida,
un viss sāk notikt bez nekāda spaida,
kā koka lapai, rudens rokās krītot.
Kas atliek man? Vien noliekties un pacelt
vēl vienu dienu, pilnu pierakstītu.



Man vairs nav bail kaut ko palaist garām. Visu,
ko man vajag, laiks pienes klāt, tāpēc gadus
es vērtēju kā ieguvumu. Jauks paradokss –
zaudējot iegūsti. Sev par lielu pārsteigumu,
atklāju – par spīti daudzajiem pienākumiem,
iešanām un skriešanām, esmu iemācījies
baudīt lēnīgo laiku un piedzīvot iekšējo
klusumu. Es cenšos pēc iespējas mazāk
uzturēties vietās, kur nejūtos saskaņā ar sevi.
Staigājot kājām, rušīnoties pa dārzu, lasot un
domājot, un daudz klusējot, atbrīvojas telpa,
kur visam atbalsoties. Kāds gudrais ir teicis, ka
atbalsi nevar izlabot, atbalsi var vienīgi radīt no
jauna. Tas nozīmē, lai kādā veidā mēs
izpaužamies, tam vienmēr būs sava atbalss.

Anda Līce



Jauki tā atsēsties uz koku ieskauda soliņa
un klausīties putnu balsīs... Blakus jautri čalo
strautiņš ietecēdams Salacā, kura apdomīgi
plūst SAVU ceļu uz jūru...

Prieks, ka pabijām mirklīti kopā, lai katrs
atkal dotos SAVĀS gaitās...

Lai izdodas atrast SAVU iedvesmas avotu!

Ar mīlestību - **Maija**

Raksti arī savas pārdomas, radošos darbiņus un
ierosmes līdz katra mēneša **25.datumam**
uz e-pastu: reinaldemaija@gmail.com
www.draugiem.lv ; www.facebook.lv

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