

SIRDSPRIEKŠ

Maijas avīzīte

Nr. 57.

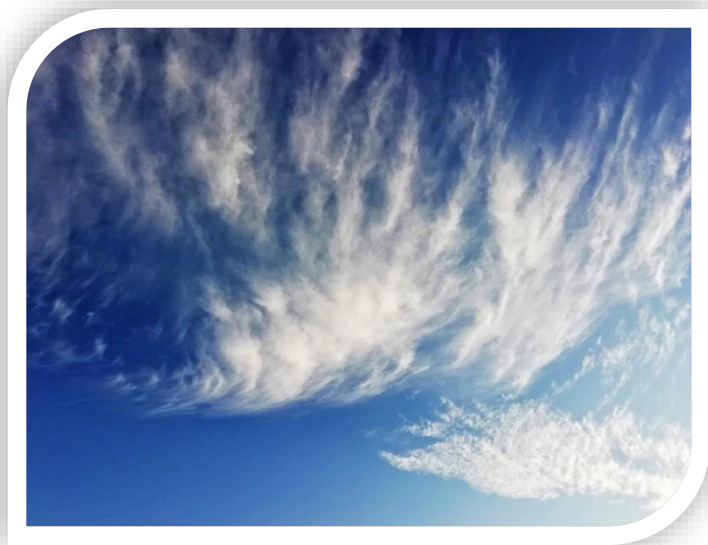
2021. gada septembris

IR MIRKĻI, KUROS ATKLĀJAS VISA MŪŽĪBA

Katra diena, katrs mēnesis, katrs gads ienes mūsu dzīvē ko jaunu - iespējas. Tās var izmantot, var neizmantot, var padomāt vai nepadomāt ... vienalga. Iespējas mums tiek dotas tik un tā. Arī šajā septembrī.

Aurika

[Septembris - YouTube](#)



Katru rītu mostoties diena sākas no jauna. Un katru vakaru laižoties miegā, tā beidzas, lai no rīta sāktos atkal no jauna. Mūžīgs cikls.

Lai kāda es šodien būtu bijusi, lai ko es šodien būtu jutusi, piedzīvojusi, teikusi, darījusi, domājusi, lai kas ar mani šodien būtu noticis, vakarā aizverot acis tikai es pati varu izvēlēties, ko no aizejošās dienas es vēlos ņemt sev līdzī uz nākamo un ko es vēlos atstāt tur, kur tas piedzīvots.

Apzināti izvērtēt savas veiksmes un neveiksmes, savas domas un emocijas, savas rīcības, reakcijas un uzvedības. Izsijāt dienas pieredzi caur vissmalkāko sirds un dvēseles sietu, lai paturētu tikai vērtīgāko un nozīmīgāko. Neviens mani nespiež jaunā dienā doties ar vecās dienas smago bagāžu pilnā ekipāžā, neviens nespiež ņemt līdzī visus niekus un sīkumus. Tā ir mana un tikai mana brīva izvēle, kāda es vēlos būt savā jaunajā dienā, ko es vēlos just un kā es vēlos sevi piedzīvot. Tā ir mana un tikai mana jaunā diena, kuru piepildīt ar tādu saturu, kas vajadzīgs tieši te un tagad un tieši man.

Apzināta izvēle. Es šovakar dodos pie miera ar šo jauniegūto instrumentu, lai no rīta sāktu jaunu dienu un jaunu savas dzīves grāmatas lappusi.

Madara

FB - [Dvēseles piezīmes](#)



MIRKLIS MŪŽĪBAS.

Ir mirkli, kuros atklājas visa mūžība. Mirkli, kuros apzinies, ka esi īstajā laikā, īstajā vietā un ar īsto cilvēku.

Te viss ir pa īstam. Un tā ir pati esības pilnība, kur ne ko pielikt, ne ko atņemt. Te nav, ko uzlabot vai mainīt. Tā ir atvēršanās esošajam un visa pieņemšana pateicībā par to, kā viss ir, jo nav iespējams vairs kaut ko vēlēties. Ko gan te vēl vairāk var vēlēties? Jebkuras vēlmes tikai aizmiglo prātu un novērš uzmanību no patiesības.

Visa dzīves burvība paslēpta šajā vienīgajā mirklī. Dieva pieskārienu iespējams sajust tieši šajā mūžības un bezgalības piepildītajā mirklī.

Pateicībā par šo dzīvi!

Kaspars Zlidnis



Ikvienam mums dzīvē ir nācijas

sastapties ar situācijām/jautājumiem/problēmām, kas nerisinās, nu nekādi... Nonākam strupceļā, kur vai nu atmetam ar roku, vai kaut kā imitējam risinājumu. Šķiet, ka arvien biežāk un biežāk tā notiek. Kāds tam iemesls?

Patiesībā atbilde ir pavisam vienkārša. Mūsu prāts projicē tikai viņam zināmo/atpazīstamo risinājuma veidu, nepieļaujot citādākas iespējas. Bet tas ir tepat blakus, tikai viena soļa attālumā, tikai atmetot vecos priekšstatus, domāšanu un risinājumu veidus, un, re, durvis pašas veras vaļā bez piepūles. Hm, un mums pat patīk, tas ko ieraugām caur plaši atvērtajām durvīm...

FB -Pārmaiņu dizainere



Vienu pienenes ziedu

No tās vasaras pļavas
Ņem un iepin
Atmiņu vainagā
Ziema ir tuvu
Vienu cīruļa trelli
No zilās debess
Ieaud villainē
Lai tevi silda
Ziema ir tuvu
Kādu kastani brūnu
Un zīli kādu
Ieliec kabatā
Lai sauli gaida
Ziema ir tuvu
Īsa ir vasara
Ziema tik gara
Caur puteņiem skaudriem
Mūs allaž lai iznes
Kāda atmiņa mīļa
Par vasaru

Marika Vishnjevska

Kluss pirmdienas rīts! Pārdomas par aizgājušo, sajūtas par to, kas būs.

Vai varbūt zīlēt kafijas biežumos? 😊

Nē nevajag.

Sajūtas. Caur sevi ļaut, būt savā kodolā un sev pajautāt. Kas būs?

Pirms mana dvēsele nāca uz planētas Zeme, es/dvēsele. Es zināju, ka piedzīvošu tieši šo sajūtu. Tieši sajūtu, enerģiju, notikumus un apstākļus. Jo tieši pēc šīs pieredzes es te nācu. Un ja reiz dvēsele caur šo manu fizisko ķermeni var piedzīvot un pieredzēt to, ko ieplānojusi tur augšā, tad es varu vienkārši palūgt savai dvēselei ieskatīties mazliet nākotnē. Manā rītdienā. It kā loģiski, bet cik es esmu pieņemoša, tām sajūtām, ko mana dvēsele man atgādina, ja jau es tā gribu? 😊 Cik ļoti daudz jāapzinās, jāpieņem, kas galīgi neatbilst manai ego programmai, ko esmu uzkrājusi pa dzīvēm? Un pie katra vārda ir "galvā" jautājums -

Tiešām, tiešām, tiešām tu gribi zināt visu?

😊 Jā, gribu!

Zeme šūpojas zem kājām.

Griežas aplā dejā. Straujā straujā. 🍷

Un ir sajūta, ka vienīgais, ko var darīt, ļauties tai līdzi.

Kā pa spirāli iegriezt virpuli no zemes centra līdz pat debesīm.

Kā bērnībā uzvilkt mammas kuplos svārkus un griezties.

Tāda šobrīd ir mana sajūta, ar visām fiziski klātesošām sajūtām.

Melita Januša-Rauba



+
neko lielu nevaru dot –
tikai mazumu mazu:
dažus mirkļus no Mūžības
pirms tie aizzib un pazūd
mirkli aizzib un tērējas
švīkas atstājot sirdī...
neko lielu nevaru dot –
to
kas klusumā dzirdams
un ko zaudējot nezaudē
un kas izgaistot negaist:
mirkļus
kad tie bez apstājas
aizskrien dzīvībā skaisti...

Maija Laukmane



Bet dvēselei gribas
Kaut ko no tīra mazliet
Kādu rasas lāsi
Kādu saules staru
Kādu uguns liesmu
Kaut ko tīru mazliet
Augstu kalnā uzkāpt
Tālu tālu redzēt
Kādu šūpuļdziesmu klusu
Kādu mīļu glāstu 🌿

Marika Vishnjevskā





**AR UZTICĒŠANOS.
SVĒTĪBA (1.daļa)**

Autobiogrāfisks dziednieka Alda Keviņa rakstu krājums. Grāmatā tiek atklāti stāstīti par savu izdziedināšanu, tīkoti ar Latvijas leģendārāko dziednieci Zilākalna Martu,

viņas padomi un receptes.



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, ar vienu gana būtu. Kur gan es 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 pieklaudējot pie Tavas istabas loga rūts ...

Cik skaists rīts debesīs viz.

Ieva Trimalniece



Reizēm uznāk brīži, kad ir jāpasaka paldies dzīvei, par visu ko tā dod, par skaistām un neskaistām pieredzēm, par sliktiem un labiem cilvēkiem, par visu to, ko mēs pieredzam, lietām, kuras patīk un par lietām, kuras nepatīk... Jo tā kaut kā paliek krietni labāk.

Un ja spēj nedusmoties un nevainot nevienu, tad zini... Dzīve kļūst daudz skaistāka un arī saulīte nevien spīd tev saulainās dienās virsū un silda tavus vaidziņus, bet arī viena skaista dvēselītes saulīte tevī iekšā sāk spīdēt...

Pateicies visam, ko dzīve dod, arī tam par ko viss vairāk sacepies, un atlaidies tam skaistajam, kas mēs patiesībā paši esam!

Matīss Barkovskis



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

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