

SIRDSPRIEKŠ

Maijas avīzīte

Nr. 58.

2021. gada oktobris

TĪK DAUDZ MĪLESTĪBAS PASAULĒ, CIK TĀ IR MANĪ ...

Manas rīta piezīmes...

Labrīt, LABRĪT! 🌞❤️

Tik daudz saules pasaulē, cik rīta saules staros un dzeltenajās ziedu plāvās un vēl vairāk... 🌻🌻🌻

Tik daudz prieka līdzās, cik 6 maziem stirnu bukiem, cik mazam teliņam pieglausties pie mātes siltā sāna un vēl vairāk... 🐕🐕🐕

Tik daudz krāsu visapkārt, cik mežrozīšu sarkanajos augļos, cik lapu sātumos un zaļumos un vēl vairāk... 🍁🍁



Tik daudz miera manī, cik rīta klusajā mežā un vēl vairāk... 🧘❤️😊

Tik daudz mīlestības pasaulē, cik tā ir manī un man visapkārt... un vēl vairāk ❤️... bezgalīgi skaisti ir būt te uz Zemes šīs! ❤️😊

Es katru rītu un dienu un vakaru radu mīlestībā! ❤️

Lai arī Tava šodiena ir prieka, saules, mīlestības piepildīta! ❤️🌻🌻🌻

Punktiņmandalu Sarmīte

Es pati veidoju savu laika joslu

Kurā nevar ienākt nešpetnie pasaules vēji

Lukturus iededzu arī naktī

Lai laimes taureņi mājupceļu atrod

Rītos, es atkal tos atlaižu pasauli

apskaut...

Sarmīte Šmite ❤️





NEIEROBEŽOTS SPĒKS KATRĀ NO MUMS.

Kur rodams spēks izturēt visas šķietamās dzīves grūtības un pārvarēt jebkurus šķēršļus un problēmas?

Kur rodams spēks mīlēt bez nosacījumiem? Mīlēt pasauli, dzīvi, dabu, cilvēkus, sevi? Pieņemt dzīvi bez pretenzijām un iekšējas pretestības?

Kur rodams spēks turēties pretī materiālās dzīves kārdinājumiem un neiekļūt atkarību gūstā?

Kur rodams spēks izturēt fiziskas sāpes un emocionālas ciešanas?

Kur rodams spēks redzēt cauri meliem un nedzīvot pašapmānā?

Kur rodams spēks dzīvot iekšējā mierā, harmonijā un līdzsvarā arī, kad ārējo dzīvi pārņem haoss un šķiet, ka pasaule jūk prātā?

Kur rodams nebeidzams un neierobežots spēks redzēt visas dzīves kopainu un spēks, kas ļauj pacelties virs ikdienišķās sīkumainības un savas iekšējās pasaules sadrumstalotības?

Atklāj to un viss tas, kas tevi nomāc, liek satraukties un skumt, kļūs par brīnumainu un dažādiem izaicinājumiem un pārsteigumiem bagātu dzīves spēli, kurā tu vairs nebūsi upuris, bet gan līdzautors! Atklāj radītāju sevī!

Kaspars Zlidnis

Jā, tas ir viens no fenomeniem, ar kuriem pēdējā laikā arī es sastopos, — pazūd jautājumi. Es pieņemu savu dzīvi un sāku to apzināti dzīvot, neuzdodot jautājumus, kāpēc ir tā, kā ir. Es esmu pieņēmusi, ka tas, kā es jūtos šodien, ir mans vakardienas iekšējais stāvoklis. Ka tas, kā es jūtos šodien, rada manu rītdienu. Paliek tikai: ko es varu darīt šodien, lai paaugstinātu savas vibrācijas, lai ienestu savā dzīvē vairāk prieka, lai atbrīvotos no vēl atlikušā smaguma?

Inta Blūma



Lūkojos tikko uzlietās kafijas krūzē...

Tā ar sānu skatienu, ieraugot kā kafija kūp... Skatījos ilgi... izbaudīju sajūtu, citādu, nekā citkārt... Nevaru pateikt kādu, tikai mani pārņēma vēl neatpazīta brīnuma sajūta... Tikai par to vien, kā kūpēja mana kafijas krūze... Lēni un nesteidzīgi, kā gleznā, kad apstāties mirklis. Un tam ir kāda īpaša pieskaņa... neatklāta, citāda, mazliet mistiska...

Kafija sen ir izdzerta, bet mirkļa sajūta ir manī palikusi, īsta..., kas man par kaut ko vēsta... Vēl nezinu par ko... varbūt šonakt sapnī uzzināšu atbildi...

Varbūt...

Varbūt tas nemaz nav svarīgi, jo tas var izjaukt mirkļa burvību...

Zaļajā krūzē bija mājas sajūta, kur kūpēja iekurtais kamīns...?...

Varbūt...

Tu jau saprati... ne jau par kafiju ir runa...❤️

Sarmīte Šmite



Man var atņemt lietas, naudu, cilvēkus, darbu, man var atņemt visu, kas ir uz Zemes, bet man nevar atņemt manu Dvēseli un pieredzes, ko esmu piedzīvojusi. Patiesībā, man neko nevar atņemt, jo man nekas šeit nepieder. Viss ir iedots uz laiku. Tāpēc es esmu laimīga par iespēju šeit būt un mācīties nekam nepieķerties. Vienu brīdi man var būt viss, citā var nebūt nekas (ārējā pasaulē). Bet, ja manī ir Dievs, es esmu pati sev un ar sevi un manī ir bezgalīga TICĪBA, tad man ir VISS un es varu visu! ❤️❤️❤️

Vineta Daukša



Ja tu gribi lielu laimi, tad tev jāgrib arī nelaime.

Ja tu šūpojies šūpolēs, tad drīz būsi vienā, drīz otrā pusē.

Ja esi līdzsvarā, tu redzēsi tās abas. Un vienalga, savā vai citu dzīvē - tu paliec neiesaistīts. Tava labsajūta nav atkarīga no tā, kā tās šūpoles šūpojas.

Tava laime ir vērot to visu bez pieķeršanās. Pieņemot gan vienu, gan otru un darot savu darāmo vislabākajā veidā... ❤️

Marika Vishnjevskā

Saņemt 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.

Jo 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



Juris Rubenis **STARP DIVĀM BEZGALĪBĀM**
VAIRĀK NEKĀ SIMTS IEDARBĪGAS PRAKSES
APZIŅAS PAPLAŠINĀŠANAI.



Grāmatā “Starp divām bezgalībām” Juris Rubenis dāsni dalās ar daudzām grūti izcīnītām atziņām, kas gūtas, visu mūžu veltot garīgajām praksēm. Šis ārkārtīgi noderīgais ceļvedis plašajā garīguma laukā kalpos gan tiem, kuri ir garīgā ceļa sākumā, gan arī pieredzējušiem meklētājiem.

Grāmatā aplūkotas septiņas prakšu grupas:

Klusuma prakses
Radošā procesa prakses
Aktīvisma prakses
Kustību jeb fiziskās prakses
Psihofizioloģiskās prakses
Attiecību prakses
Rituāli cikliskās prakses

Fragmenti no grāmatas:

GRĀMATU LASĪŠANA KĀ PRAKSE

Protams, ar grāmatu lasīšanu nevar aizstāt reāli mainošas prakses, taču lasīšana var sniegt ļoti noderīgas ievirzes, mājienu un iedvesmu. Labām grāmatām piemīt transformējošs spēks.

Reizēm sev jautāju: cik daudz grāmatu caurmēra mūsdienu cilvēks savā mūžā spēj izlasīt? Daži, protams, lasa apbrīnojami daudz, un es viņus apskaužu, jo man arvien pietrūkst laika, lai izlasītu visu, kas mani interesē. Manā istabā krājas grāmatas, kuras es ļoti vēlētos izlasīt, taču nezinu, vai un kad tās atvēršu.

Šķiet, neviens nevar izlasīt visu, kas viņu varētu interesēt vai viņam noderēt.

Tāpēc svarīgi izkopt izvēles kritērijus, kas palīdz atrast īstās grāmatas sev. Pie tā ir vērts piestrādāt. Neviens to nevar izdarīt tavā vietā.

Sāc ar grāmatām, kuras tevi uzrunājušas vai savīļņojušas, ar kurām esi sajutis īpašu rezonansi, un pajautā: kāpēc? Kas šīs grāmatas atšķir no citām? Tas ir pirmais solis. Nākamais tu intuitīvi atradīsi pats.

Ja mēs gada laikā izlasītu kaut vai dažas īstās grāmatas, tas ļoti nozīmīgi ietekmētu mūsu izaugsmi.

Labāk lasīt mazāk, bet rūpīgi, nekā daudz, bet pavirši. Atrast laiku izlasītā pārdomāšanai ir ļoti svarīgi.

Juris Rubenis



+
abās plaukstās pasmeļu mirkļus – un plaukstas
krāsu smaržu maiguma sāpju cerību vilšanās un atkal jaunu cerību cerību cerību pilnas
tāda ir dzīve: mazītiņi gaismas pavedieni kā tiltiņi pārāuzas pāri nevarībai un ceļā no manis uz bezgalību – ceļā no sāpēm uz spārnos pacelšanos no jauna viens gaismas daudzumiņš ieplūstot tieši sirdī
sāpēto aizglāsta ciet un (šķiet ļoti vienkārši) gurdumu izlīdzina

Maija Laukmane



Sūti arī savas pārdomas, radošos darbiņus un ierosmes līdz katra mēneša **25.datumam** uz e-pastu: reinaldemaija@gmail.com
www.draugiem.lv ; [www.facebook.lv](https://www.facebook.com)
Ar mīlestību, pateicību un prieku fotografēja, rakstīto savāca un šo radīja – **Maija Reinvalde**