

SIRDSPRIEKŠ

Maijas avīzīte

Nr. 62.

2022. gada februāris

BŪVĒSIM TILTUS KATRS NO SAVIEM LAIMES MIRKĻIEM!...



Jaunā gada pirmais mēnesis aizvadīts un klāt februāris, ko mēdz dēvēt arī par Sveču mēnesi. Sens nosaukums, tikpat senas ir tradīcijas, kas saistītas ar tumsas laika aizvadīšanu, atmodas dabā gaidīšanu un cilvēku dvēseliskajām noskaņām. Ar svecēm saistītas neparastas lietas, tās arī mūsdienās tiek izmantotas rituālos, meditācijās... Ar to maģiskajām īpašībām iespējams attīrīt no negatīvajām enerģijām telpu ap sevi. Ceļojums caur siltuma strāvojumu un gaismas vilinājumu... Uguns ir vissmalkākā garīgā enerģija, jo katrai svecei ir sava aura. Priecāsimies par šādiem mirkļiem! Lai izzūd nomāktība, nogurums! Domāsim gaišas domas! Iededz savu sveci un pabūsim mirklīti kopā! Ar mīlestību un pateicību - **Maija**

DALĪŠANĀS

Tu paņem krūzi ar karstu tēju un apsēdies savā mīļākajā krēslā pie loga. Tēja kūp un smaržo. Tik nomierinoši... Domas kļūst tīras kā spirts ziemas rīts. Nevilšus un jau atkal tu aizdomājies par dzīves jēgu. Par skaisto. Par prieku. Par tiem mazajiem sīkumiem, kad tu varēji ko dot kādam citam. Un, ne jau aiz pienākuma. Vienkārši tāpat. No tā, ka tev pašam ir un paliek pāri, lai dalītos. Gan prieks, gan gudrība, gan laiks. Tu jau zini, ka šī pasaule turas kopā uz ziedojuma principa. Viss, pilnīgi viss, ko tu vari lietot un novērot, ir tev iedots. Ķermenis. Telpa. Dekorācijas. Personāži. Laiks. Laiks, lai piedalītos. Pie - Dalītos Laiks... Pie - Spēlēt Pie - Dot Pie - Vienot

Marika Višņevska

Laika upe tek un dubļi šķīst,
 Kas no dubļiem taisīts, tas pazudīs...
 Atlaid dubļus, neskrien tiem līdz,
 Kas skries, tas pats pazudīs...
 Tie pavasara pali, drīz vasara būs,
 Ziedēs pļavas un putni priecēs mūs...
 Tikai jāļauj sev elpot, jāļauj sev būt,
 Jāļauj sirdij jaunu iedvesmu gūt...
 Dziedi lai tava dvēsele skan,
 Dziedi sev, dziedī visumam...
 Dziesma mierinās, dziesma dziedinās,
 Dziesma guļošos no miega modinās...

Jānis Smans



Ja nu tas būtu tikai viens vārds?

Ja nu tas būtu tikai īss mirklis?
 Tik īss,
 Ka nepaspētu pat kājas pielikt pie zemes,
 Tik ātri, - pa gaisu šurp un prom,
 Aizrautu prom?
 Ja nu tieši tagad... un tikai tagad
 Ir vienīgais mirklis, kad var būt pats labākais,
 kas vien var būt.
 Un ja nu katru dienu - tieši tagad un tikai tagad
 Ir vienīgais mirklis, kad viss var būt dzīvs?
 Īsts,
 Laimes piepildīts...
 Ja nu mēs justu tieši tagad un tikai tagad,
 Un tā vienmēr,
 It kā pēdējo reizi, vairāk NEKAD.

Gita Neverita Kārklīņa

Pie katras negatīvās domas, kas tev ienāk prātā, saki sev: "Es paņemu spēku no šīs enerģijas un pārvēršu to gaismā."

Par katru negatīvo vārdu, ko dzirdi vai izrunā, saki: "Es paņemu spēku no šīs enerģijas un pārvēršu to gaismā."

Katrai tavai slimībai, sāpei, visām negatīvajām sajūtām: skaudībai, skumjām, vientulībai, nožēlai, vainas sajūtai, greizsirdībai, aizvainojumam, dusmām u.tml. velti vārdus: "Es paņemu spēku no šīs enerģijas un pārvēršu to gaismā."

Šodienā, pārejot jaunajās enerģijās, vairāk kā jebkad agrāk visu negatīvo, kas tevi skar, jācenšas pārveidot, pārveidot un vēlreiz pārveidot GAISMAS enerģijā, mīlestībā, mierā.

Atkārtojot šo frāzi mentāli, tu automātiski bloķē sevī negatīvās enerģijas plūsmas ienākšanu un ieej ŠEIT un TAGAD mirklī, nevis dzīvo pagātnē (jo domas nāk no pagātnes). 1 minūti atpakaļ arī bija pagātne.

Atceries vienmēr šos Gaismas enerģijas vārdus: **"Es ņemu spēku no šīs enerģijas un pārvēršu to gaismā"** un katru reizi, kad attopi, ka slīgsti skumjās, sāpēs, bailēs, neticībā vai kā citā, kas Tev zog enerģiju, atkārtos tos. Jo negatīvās domas, uj, uj, uj kā patērē enerģiju.

Es ļoti ceru, ka ar katru dienu ar vien vairāk cilvēki sāk saprast, kas mēs esam?! Viss šajā pasaulē ir Enerģija. Arī Cilvēks. Viss, kas nomirst zaudē enerģiju (arī dabā), tāpēc strādājiet pie tā, lai jūs SAVU enerģiju turētu dzīvelīgu.

FB - Yoga & Bella Sardinia



– **A**tceries... – čukstēja mazais Eņģelis

– ja pēkšņi tev ir sajūta, ka esi pazaudējies...
Pazaudējies laikā, telpā, domās, cilvēkos,
sapņos, cerībās, garastāvokļos, ceļos,
mūzikā, mīklās, attiecībās...

Ja pēkšņi tev šķitīs, ka tevi ir
pazaudējuši šajā lielajā pasaulē...

Atceries to, ka kāds – noteikti
īstajā laikā – tevi atradīs! ... Ar labu vārdu...
patiesu un siltu skatienu... maigu
pieskārienu... stipru un drošu plecu... stiprām,
tevi auklējošām rokām... vai gaišu smaidu...
vai tīra auksta ūdens glāzi karstā vasaras
dienā... vai aizraujošu melodiju... vai
valdzinošu meža aromātu... vai okeāna elpu ...
vai klusu čukstu, kurā varēsi atpazīt senas
pasakas un aizraujošus stāstus... saules
glāstus vai maigus apskāvienus... tauriņa
spārnu vēzienus... vai vienkārši pastieptu
roku... atvērtu plaukstu...

Šai milzīgajai pasaulei ir viens
brīnumains mazs noslēpums... Ja tev kādreiz
šķitīs, ka tevi ir pazaudējuši, atceries: tas, kurš
tevi vajadzīgs, noteikti tevi atradīs... Un noteikti
īstajā laikā...

Tāpēc, ka mums katram ir kāds
cilvēks, kurš īstajā laikā mūs atrod...

Olga Meškovska Pjatakova
Tulkoja: Ginta Filia Solis



Slīd Tava Baltā Gaisma...

Klusi un viegli soļi.
Slīd mana Melnā Ēna
Garām Nemieram,
Prom no Naida,
Slīd garām Bailēm,
Prom no Dusmām.
Klusi un maigi soļi.

Slīd mana Pelēkā Ēna
Garām Lepnībai,
Prom no Aukstuma,
Slīd garām Sāpēm,
Prom no Slinkuma.
Klusi un gaistoši soļi.

Slīd mana Baltā Ēna
Garām Tumsai,
Prom no Skaudības,
Slīd garām Neziņai
Un ieslīd Gaismā.
Klusi un mierpilni soļi.

Slīd mana Baltā Gaisma
Tieši Tev Sirdī,
Apskauj un samīļo,
Pieņem un mierina,
Izgaismo, atbrīvo...
Slīd Tava Baltā Gaisma...

• **Zanda IvaNova (Vītola)** •



Dažādie dzīves mirkļi

Cik dažādi ir tavi dzīves mirkļi, tik atšķirīga ir daba tev apkārt.

Dabas harmoniskā plūstamība var kļūt par iedvesmas avotu arī savas dzīves plūsmas pieņemšanai.

Nevar salīdzināt ziemu ar vasaru. Katrā ir savs brīnums.

Tāpat arī dzīvē seko dažādi mirkļi. Dažreiz tie ir silti, citu reizi aukstāki.

Galvenais nenosodi sevi un citus par to. Vainīgo nav. Ir tikai dabas harmoniskais cikls, kur katram spēkam ir sava vieta.

Ja tu spēsi tajā ieklausīties, izprast un tam sekot, tava dzīve iegūs jaunu spožumu.

Arī tumšākā nakts ir dabiska tavas dzīves daļa, tāpat kā spožākā diena.

Tikai tev pašam ir jāiejūtas šajā ciklā, neko nenoliedzot no tā, ko tas tevī modina.

Drosmīgi dodies uz priekšu.

Uzticoties dabiskumam sevī.

Maija Kadiķe



Esi ar sevi...

Katrā elpā sajūti
Visumu, kas elpo
Caur tevi.

Katrā domā jūti
Gaismu, kas ienāk
Caur tevi.

Katrā sajūtā esi
Visuma Gaisma,
Esi ar sevi.

• **Zanda IvaNova (Vītola)** •

Uzbūvē tiltu

No laimes mirkļiem

Līdz vari stāvēt visam citam pāri

Lai tas ir tavs pareizais ceļš

Tavs patvērums

Un absolītā zeme tava

Uzbūvē tiltu

No laimes mirkļiem...

Marika Višņevska



Vārdi var palikt tikai vārdi...

Ja tajos nav tava personīgā pieredze.

Sajūtās piedzīvoti... tavi vārdi ar dziļumu
piepildās...

Enerģiju... kura neprasa vārdus...

Tā izstaro siltu vienkāršību,

Kurā Debesis vienmēr ir klāt esošas...

Sarmīte Šmite

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**