

SIRDSPRIEKŠ

Maijas avīzīte

2022. gada augusts

Nr. 68.

DARĪSIM PRIEKU SAVAI DZĪVOŠANAI VISOS IESPĒJAMOS VEIDOS...

Tava dzīve

Tava dzīve ir tavs dārzs.

Ej lēnām un ar dziļu pietāti pret to, kas ir tavā dārzā.

Viss, kas tajā uzzied, ir kā auglis tavām emocijām, domām, pārlicībai un arī bailēm un neziņai.

Dod sev iespēju veidot savu dārzu tādu, kādu tu patiesi to vēlies, jo Zeme un Debesis ir tevī un ar tevi, lai palīdzētu to paveikt.

Radi no sava gara spēka un dvēseles maiguma.

Tava dzīve mainīsies kopā ar tevi.

Maija Kadiķe

Trešdiena, 27. jūlijs.

Šorīt, nākot uz darbu, kāpnēs satikos ar vienu no savām daudzajām kaimiņienēm. Mazliet parunājām un, ejot tālākā ceļā, saņēmām skaistu vēlējumu: "Lai prieks darīt to, ko šodienā paredzēts darīt!"

Skaisti, vai ne? Darīt AR PRIEKU ir skaisti. Darāmajam vienmēr tad CITA, DZILĀKA jēga.

Tad lai izdodas arī katram jums! DARĪSIM PRIEKU savai dzīvošanai VISOS IESPĒJAMOS VEIDOS. Un... patiesībā varbūt TIEŠI TAM dzīvošana galu galā ir domāta? Tam, lai radītu prieku.

Vienmēr neaizmīršanā turu kādu sen lasītu Dzīvās Ētikas pamācību. Nenoformulēšu burtiski precīzi, bet atstāstīšu domu: ja gribi būt dzīvības enerģijas pilns, tad pēc iespējas biežāk uzturies dabā, raugies uz zaļu zāli, uz tekošu ūdeni, raugies debesīs un satiecies ar sirdī dāsniem cilvēkiem.

Lai prieks IET cauri šodienai!

Lai PRIEKŠ iet cauri šodienai!

Un es IEŠU cauri priekam. Zinu, tu arī iesi tieši tāpat.

Maija Laukmane



Reizēm tik ļoti

Kaut ko vienkāršu gribas:
Kā mārīti mazu,
Kas nolaižas delnā
Vai smilgu skaru
Sudraba zvaniņiem skanam.
Reizēm tik ļoti
Kaut ko vienkāršu gribas -
Lai vēja pūsma
Viegli, viegli noglāsta
Matus manus...
Reizēm lielajā pasaulē
Brīnums smaržo
Usnes ziediņiem violetiem,
Un tu domā,
Kā gan asā un nešpetnā usne
Spēj uzziedēt
Tādiem ziediņiem maigiem?
Dievs katru radību mīl,
Arī usni un nātri,
Katram sūtība sava:
Dot spēku, dziedēt
Vai pēkšņi uzziedēt
Ziediem smaržaini kautriem.
Katram sūtība sava
Nest Dieva vēsti
Pasaulē šajā,
Un bezgala miers,
Prieks un patiesība
Ir Viņa vēstītājā...

Inta Nagla, 26.07.2022.



Viss ārējais ir mainīgs un var pazust, aizgriezties, mainīt domas, formu, laiku un telpu jebkurā mirklī. Ja Tu esi atkarīgs no ārējās formas - cilvēkiem, viedokļiem, mantām, notikumiem, Tu neesi brīvs.

Tad tu esi pakļauts visam mainīgajam ārpusē, esi atkarīgs no visa un visiem.

Tikai, kad cilvēks ir pats savā centrā un vienmēr prot tur sevi atgriezt, viņam ir stīpras saknes, pamats un mājas sajūta. Tikai attīstot sevī iekšējo drošības sajūtu, cilvēks var vienmēr justies drošībā. Prasme balstīties uz sevi, ne ārējo pasauli - tā ir svarīga prasme.

Tāds cilvēks spēj diezgan ātri atgriezties iekšējā mierā arī pēc lieliem dzīves sitieniem un būt ļoti atbalstošs citiem.

Kamēr es nejūtos sev draugs, nav man pasaulē draugu.

Kamēr es nejūtos sev tuvs, nav pasaulē neviena man patiesi tuva. Būs vientuļīgi.

Kamēr es nejūtos sev mīļš un īpašs, itin neviens man tāds nešķītīs ilglaicīgi.

Kristīne Om Shanti

Ziņa no Aurikas!

Atnāca sajūta, tad doma. Domāju, domāju un izdomāju ... Re, te būs ...

https://t.me/Aurikas_klubs



Tu vari kaut ko mīlēt tikai tad, ja tu to pamani.

Ja tu pievērs tam uzmanību.

Vai tie ir cilvēki, vai dabas skaistums, sajūta vai nodarbošanās - jebkas, kas veido dzīvi.

Ir tik daudz lietu, ko tu vari pamanīt, ja esi šajā mirklī.

Tev ir iedoti instrumenti, lai varētu uztvert, sajūst un piedzīvot.

Un vēl tev ir iedots viens ļoti jaudīgs instruments, kas tevi aizved prom no šī mirklī. Prāts. Tas prāts, kurš vienmēr cenšas pārtvert tavu uzmanību. Aizvest tevi laika telpā - pagātnes atmiņās vai nākotnes tēlojumos.

Dzīvošana prātā - domu pasaulē - ir kā melnais caurums. Tur pazūd tagad esošā dzīve. Tā aizslīd garām nepamanīta. Arvien biežāk un biežāk.

Prāts nolaupa mums to. Nolaupa būšanu tagadnē un visa jaunā - īstā un dzīvā - pamanīšanu.

Prāts - tik jaudīgs un konkurējošs.

Domas, kuras var attīstīt visos virzienos un bezgalīgi tālu.

Kur ir tavas domas, tur ir enerģija, tur viss notiek. Tur notiek tava dzīve.

Tu vari izvēlēties, kam pievērst uzmanību.

Marika Višņevska



Tā vietā, lai pretotos un cīnītos ar nevēlamo, tas ir jāatstāj mierā un jāpārslēdz sava uzmanība uz vēlamo. Tas nozīmē domāt nevis par to, kas nepatīk, bet veltīt savu enerģiju tam, kas patīk. Tā tiek veidoti un atklāti jauni ceļi. Tā no destruktijas iespējams pārslēgties uz radošumu, no bailēm uz drošsirdību, no naida uz mīlestību utt. Tā tiek radīta jauna realitāte, kas dzīvei ļauj uzplaukt, nevis iznīkt. Cīņa ar ārējiem apstākļiem izsmel cilvēka dzīvības enerģiju, spēkus un potenciālu būt par savas dzīves radītāju. Nepatīkamo ir iespējams aizvietot ar patīkamo, nomācošo ar iedvesmojošo, slimību ar veselību, vergošanu ar brīvību. Ir tikai jāpārslēdz sava uzmanība un jāvelta visam skaistajam, ar ko bagāta ir šī pasaule.

Kaspars Zlidnis



Ir brīži, kad laiks, kā upe nokritušu lapu, vienkārši tevi nes... Un Tu pat nezini kur... Ir brīži, kad vērot vētru sevī, citos, pasaulē, un nolūkoties pārmaiņu procesos ir labākais, ko var darīt... Ieslēgt vērotāju no malas un neietekmēt, bez cīņas par taisnībām vai netaisnībām vienkārši noskatīties, kā viss pats notiek un risinās, atlaist to, kas aiziet, ļauties... Jo katram tās ir tik ļoti savas... taisnības un ne...

Koncentrēties uz savu elpu, uz to kā dzīvība ieplūst un izplūst, sirds pukst... Tik daudz esības brīnuma ik mirklī, kas notiek pats no sevis, un ļaut lai pārējais viss arī plūst...

Un tā nav bez viedokļa vienaldzība, tā ir tāda klusa intuitīva zināšana, ka visām izmaiņām ir vajadzīgs laiks un klusi vērojot mēs neiejaucamies kosmosa kārtībā, līdz no haosa piedzimst, kas jauns...

Leida Tīlika



Tā bija brīnišķīga tikšanās ar sirmo māmuļu – liepu...

Kādu vakaru eju pastaigā pa simtgadīgu koku aleju, kur iets jau neskaitāmas reizes, katrā arvien ieraugot, sajūtot, sadzirdot ko jaunu... Šovakar san bites smaržīgajos liepu ziedos... Sasaucas putni... Riet saule... Dzīļi ieelpoju... un izelpoju... Manī ieplūst patīkams miers un harmonija...

Un tad manu uzmanību piesaista kāda sena un neparasta liepa, aicinādama pienākt, pieglausties apjomīgajam stumbram, sasmaržot, ieklausīties... Ko gan piedzīvojusi šī liepa savā garajā mūžā?... Paldies Tev, mīļā, par šo stāstu, ko varu vien sajust!

Citā pastaigas reizē jau pienāku pie liepas, kā senas draudzenes un abas priecīgi sasveicināties, kādu mirklīti izbaudot viena otras tuvumu...

Es vienmēr esmu apbrīnojusi sirdsgudrus cilvēkus, kuri saglabā savu viedumu, labestību un mīlestību līdz sirmam vecumam un man pašai gribas būt līdzīgai...

Ik pa laikam mani ir "uzrunājis" arī kāds koks, lai vairāk vai mazāk pakomunicēju ar to, tādēļ man nav tāda viena vienīga,

kur eju smelties spēku. Katrā dzīves posmā tie ir bijuši citi, bet pie dažiem es atgriežos...

Tāpat kā pie sev nozīmīgām grāmatām, pārlasot un atkal iegūstot ko jaunu...

Es pateicos visam, kas ar mani notiek!

Es pateicos cilvēkiem kurus esmu savā Dzīves Ceļā sastapusi gan klātienē, gan neklātienē!

Pateicos jums visiem šīs avīzītes autoriem un lasītājiem!

No sirds uz sirdi pa gaismas stariņam lai vairojas Gaisma!

Ar mīlestību un pateicību – Maija

Sūti arī savas pārdomas, radošos darbiņus, ieteikumus līdz katra mēneša **25. datumam** uz e-pastu:

reinvalidemaija@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**

