

SIRDSPRIEKŠ

Mājas avīzīte

Nr. 69.

2022. gada septembris

JA TU ZINĀTU VISAS ATBILDES, TU NEBŪTU GĀJIS PA ŠO CEĻU...

Vasara ir satriecoši neatkarīga. Kad viņa vēl tikai tuvojas, viņa izskatās tāda brīva. Tad nu es viņai saku: "Izskatās, ka tev nav daudz ko darīt, bet man gan ir, tad nu vai mēs nevarētu kopā paveikt visu, ko nepaspēju pa gadu un tad vēl to, ko vajadzēs nākamajam gadam un tad vēl..." Es jau gribētu turpināt, bet es taču redzu, ka vasara neklausās, tikai kaut ko lallina un dungo un skatās uz putniem man garām.

Un tad... man liekas, ka es zinu kā vasara liks soļus. Viens solis - viena diena, paredzams kājas izmērs. Bet nekā! Vasara basām pēdām staigā, kur pašai patīk - solis mežā, solis jūrā, pirkstgalus kutina mazās zivtiņas... solis svelmē, solis lietū. Un tie mati vēja sajauktie. Un vasara iedod man roku, nāc līdzī un neskaiti soļus, ne savus, ne manus. Es tāda esmu viena tik brīva, tik dzīva. Gan rudenī skaitīsi ābolus, skaitīsi plūmes.

Vasariņ, māsiņ, bet darbi un darbiņi, ko tad ar tiem? Darbiņi var būt arī skaisti, smeļ vasara, mellenes berot caur pirkstiem, neliec tiem smagumu klāt. Neaizmirsti kaut reizi meža zemenes uz smilgas virpināt!

Ieva Veide



Ai... ieklausies dvēseles čukstos

Ieskaties tikko pamanāmās zīmēs
Sajūti tikko jaušamu vibrāciju sevī
Ar tevi Lielais Visums sarunājas...
Ik brīdī, ik katru mirkli
Pacelies pāri ikdienas sīkajām lietām,
Lai satiktos ar sevi tur, kur gars ar garu
sarunājas,
Pie Dieva kanceles, lai uz Zemes Mīlestības
sēklas beidzot sētu...
Lai piepildās reiz Dieva plāns
Un uz Zemes cilvēcības svētku salūts tiek
nosvinēts...

Sarmīte Šmite



Ir jauna diena
 Patīkama jauka
 Ar baltiem mākoņiem
 Un vējiņu vieglu
 Vienkārši diena
 Kurā var smaidīt
 Var arī smieties
 Var apbrīnot puķes
 Un mazliet dejot
 Var satikt kādu
 Pieskarties
 Sajust sevī prieku
 Un dungot dziesmiņas
 Varbūt diena būs salda
 Varbūt silta kā vasaras lietus
 Varbūt kādudien
 Sauksi to par laimīgu ❤️

Marika Višņevska

STARP AKMEŅIEM...

KAUT KAS ir MAINĪJIES...

STARP AKMEŅIEM,
 Kas smagi ŠĶĪTA domās,
 Sāk UZPLAUKT ZIEDI,
 Atritinās PLAŠAS, zilas,
 AICINOŠAS debesis
 Un SIRDĪ staro SAULE...
 Silta, APTVEROŠA, spilgta...
 KAUT KAS ir MAINĪJIES...

STARP AKMEŅIEM,
 Kas ATDALĪJA, nodalīja,
 Atbrīvojas JAUNA telpa,
 Smagums IZTVAIKO,
 No domām AIZKLĪST
 Un SIRDĪ iekūleņo SAULE
 Kā VISAPTVEROŠS PRIEKSS...

• Zanda IvaNova (Vītola) •



Tilta sajūta... Starp veco un jauno, starp to kam jānomirst, jāpaliek, jāsatrūd, un pilnībā jāpaliek tur, kur kādreiz tas bijis, aizmirstībā... Tilta sajūta, purgatorijs, kad sāp pilnīgi viss un Tu dedz drudža ugunīs, tad zini, ka Tevī kaut kam ir jāsadeg... Arī garīgajā alkīmijā ir transformācijas procesa daļa Kalcinācija, kura ir saistīta ar uguni... sadegšanu... pelniem.

Tilts, kura galā Tu ieraugi mīlestību, kura Tev ir šeit un tagad un otrā tilta galā pilnīgi beidzot sadeg tas, kam sen vairs nebija vietas domās, jūtās, attiecībās...

Covid elle nav par kompromisu, tā ir par radikālu transformāciju un skaidru savu maldu, un to kā sevi upurē, redzēšanu... Tā ir kā atdzimšana no pelniem tiem, kas gatavi atstāt visu to, kur pazūd enerģija, pagātni, aizvainojumu, vēlmi atriebt un cīnīties pret to, ko nevar mainīt... sāpes par pasaules netaisnību... nodevību... u.t.t.

Šis viss ir jāatstāj tilta otrā pusē neatskatoties... aizmirstot un pat nekad vairs domās neļaujot daudz kam atnākt, jo tā Tu dzīvo pagātnē un atkal esi upuris un neesi šeit un tagad...

Un notiek pilnīga atgriešanās Tagad laikā, un ir tikai šeit un tagad... mirklis kuru Tu vari piepildīt ar dzīves un sevis mīlestību vai pagātnes ciešanām un cīņas ugunīm pret to, ko mainīt nav iespējams...

Brīvības garša pēc izietā...

Un es jūtos tik ļoti nogurusi, bet dzīva... un pateicīga par visu, visu, visu... ❤️

Leida Tīlika

Tad, kad ir miers, ir šī brīža un laika īstais ceļš priekš Tevis paša. Iespējams, ka tas absolūti neder otram, varbūt pat ne miljoniem citu, bet tev gan. Miera sajūta. Tāda, kurai nav saistības ar emocijām, sajūtām, darbību un notikumiem. Miers, kurš paceļas pāri ķņadai. Ja nav šīs miera sajūtas, tad kaut kādā veidā prāts Tevi ir apmānījis. Ir būtiski atcerēties, ka katram ir savs miers. Nevajag uzspiest otram savu mieru. Nevajag savu mieru meklēt kādā citā vai aizņemties kā aizlienētas kurpes.

Šī brīža izaugsme var ienākt dažādos veidos – caur izpratni, jaunām iespējām un negaidītiem pavērsieniem. Izteicienu “*domas vada mūsu dzīvi*” varētu pārfrāzēt nedaudz savādāk un šim laikam atbilstošāk - “*domas rada mūsu dzīvi*”. Šeit ir viena būtiska nianse. Pastiprinās tikai tās sajūtas, kuras ir patiesas. Lielākā daļa konfliktu pasaulē, ģimenē un jebkāda veida saskarsmē rodas no tā, ka katrs no mums redz šo pasauli, notikumus, sacīto caur savu realitāti. Realitāte ir fakts, viss pārējais ir tikai interpretācija no katra individuālās pieredzes. Ir būtiska atšķirība starp *šī pasaule* un *mana pasaule*.

Kāda ir otra rīcība, ja Tu neraugies tikai no “manas pasaules” skatu punkta? Lielākā daļa viedokļu sadursmes rodas tad, kad divas vai vairākas “manas pasaules” nonāk pretrunā. Vēl šeit ienāk aspekts “es zinu, ko otrs domāja”.

Kad ko lasi, dzirdi vai redzi, pamēģini tajā būt caur realitāti, nevis interpretāciju, atmetot to, ka Tu zini, ko domāja otrs. Pavēro, kā tas izmainīs Tavas sajūtas.

Kad tu nespēj izprast kādu citu, palūkojies, kādas ir viņa un Tavas vērtības. Esi atvērts atbildēm. Tad, kad Tu apzinies otra un sevis paša vērtības, Tu vari, vai nu iziet uz kompromisu un pieņemšanu, vai arī sameklēt “izeju”.

Ja Tev ir kāda situācija par kuru vēl neesi nonācis pie izpratnes, pavēro pēdējo pus gadu un uzdod sev jautājumus. Kas šajā situācijā ir mainījies? Ko Tu esi izpratis. Kā esi mainījies Tu pats? Kuri ir tie aspekti, starp kuriem Tu nevari ielikt vienādības zīmi? Un tad veido dziļāku izpratni, kur ir nevienādība? Vai tā ir balstīta sajūtās, enerģētiskā vai pieņēmumos? Ko Tu esi gatavs izmainīt?

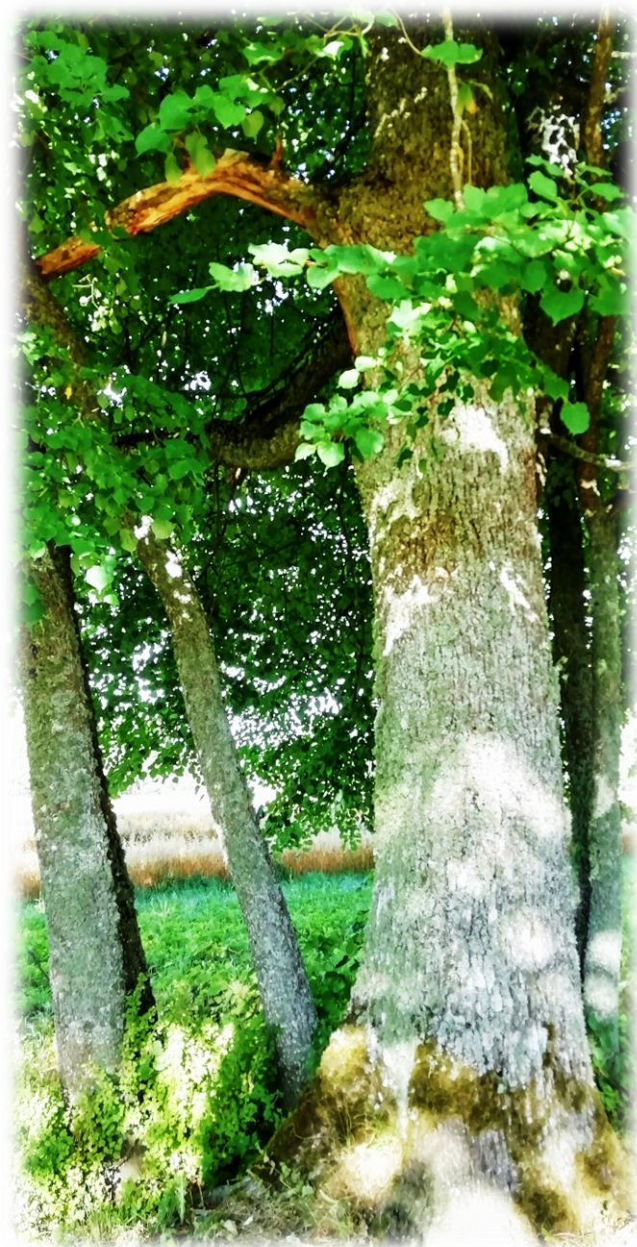
Tieši tāpat nevar ielikt vienādības zīmi starp Veco un Jauno pasauli. Arvien vairāk pastiprinoties ienākošajām enerģijām, sajūtas

saasinās. Tās vietas ķermenī, kur ir bloki, liek par sevi manīt. Jo īpaši izteikti to šajā laikā izjutīsi muguras rajonā. Bloķētā enerģija spiež. Tev tiks sniegta izvēle – cīnīties un pazaudēt spēku vai ļaujoties iegūt mieru. Vai Tu būsi cīņā ar sevi, partneri, ģimeni, kolēģiem, tracinošo kaimiņu, politiku vai ļausies savam mieram un klusumam. Ja Tu izvēlēšies otro, tad iegūsi izpratni par to, ko līdz šim esi noliedzis vai no kā esi bēdzis.

Tev ir izvēle, būt iederīgam kāda cita konceptā vai piederēt pašam sev.

Cilvēks ir kā pasaule starp pareizi un nepareizi, tumsu un gaismu, prieku un skumjām. No tā rodas atbildes, pakāpieni un apziņa. Ja Tu zinātu it visas atbildes, Tu nebūtu gājis pa šo ceļu.

Indu Puri





INKA – SAVĒJĀM



“Savējām” ir iekšupvērsti kaila saruna ar sievietēm, kuras pa dažādām takām ir devušās uz savas dzīves brīnumaināko vietu - pie sevis.

Citāts no grāmatas:

SAVAS ENERĢIJAS DĀRZNIECE

Pirms laidos lejā uz šo planētu, Dievs manā kabatā iebēra cilvēkam paredzēto standarta starta paketi – sauju ar sēklām. Viņš teica, ka varu sēt, ko gribu un kā gribu, taču atgādināja, ka jebkas, kam veltīšu savu enerģiju, augs griezdamies, tāpat kā jebkas, ko nelaistīšu, paliks neizaudzis.

Te nu es esmu – sēžu savas enerģijas dārziņā un skatos, kas te labs sakuplojis. Kas ir šis leknais augs ar gaļīgajām lapām, kas stiepjās pāri sētai? Izskatās, ka pēdējā laikā tas ir saņēmis spaiņiem manas uzmanības un enerģijas mēslojuma. Uzraksts pie auga no biežās lietošanas mazliet padzisis, taču salasīt var. *Citu cilvēku virtuālās darīšanas.* Nu... Okei. Un kas ir šis kuplais, zaļais krūms pa kreisi? Pieeju tuvāk un lasu. *Manas dusmas un aizkaitinājums.* Nu, nē. Pa kuru laiku? Es taču meditēju un kokus apķeru, kādas dusmas!? Nu, labi, varbūt pie vainas ir tā reize, kad viņš istabā iegāja ar zābakiem. Vai tas vakars, kad viens pārītis minūtes desmit pie mājas rūcināja mašīnu? Bet, varbūt... Ou, garš saraksts. Kas ir šis nelielais stādiņš ar trim odziņām? *Pateicība.* Nu, pag, es taču bieži pasakos... Lai gan nē, pēdējā laikā *paldies* esmu teikusi mazāk, nekā ar dusmu šautrām mētājusies. Un šis te, kas dārza pašā malā kā tāds pīķis stiepjās pret debesīm? *Augstprātība.* Ā, nu jā, tas ledus karalienes balss tonis, kad viņš pajautā, kur savus štruntiņus nolīcis... Pag, un kas tas tāds,

diezgan ņipri pastiepies? *Citu cilvēku sapņi.* Hmm... Nu...

Un tad pēkšņi atceros, ka nelielajā uzkalniņā ir iebakstīta arī manu sapņu sēkliņa. Jožu skatīties – tāds knibucis! Odziņas knapi sārtas. Bāc, bāc, bāc! Metos pēc lejkannas – laistu, rušinu, sarunājos ar augu un apsolu, ka piekāpšu biežāk. Un tad steidzos pie citiem mīļaugiem – *mīlestības, pašāvēības, līdzsvara, pieņemšanas, prieka, pateicības.* Aprušinu zemi ap katru sīkaugu un apsolu to pašu, ko saviem sapņiem.

Ejot ārā no dārza, vēlreiz apciemoju leknos augus pie sētas. Dusmu un aizkaitinājuma augs ir tīri jauks, ja tas nebaksta citus. Pārstādu to tuvāk saviem sapņiem, jo zinu, ka aizkaitinājums un dusmas manī nav nekas cits kā besis uz sevi par to, ka nedaru savus sapņus.

Patī vien esmu savas enerģijas dārzniece un vienā brīdī pļaušu to, ko būšu sasējusi, tāpēc turpmāk mazliet apzinātāk pieskatīšu, kur virzu savas uzmanības bagātīgo mēslojumu.

INKA



**PATEICOS VISIEM AVĪZĪTĒ IEVIETOTO
TEKSTU AUTORĪEM UN AVĪZĪTES
LASĪTĀJIEM! SAVĒJIE SAPRATĪS!...**

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