

SIRDSPRIEKŠ

Maijas avīzīte

Nr. 86.

2024. gada februāris

VISU NOSAKA ATTIEKSME UZ TO, KO DARĀ...

Ceturtdiena, 25. janvāris.

===

Sveika ŠAJĀ BRĪDĪ! TIEŠI ŠAJĀ, kad vēstulīti rakstu. Kad Tu to lasīsi, būs jau CITS BRĪDIS. Paies savas piecpadsmiņ minūtes, līdz pielikšu galā punktu un noklikšķināšu koši zilo podziņu "saglabāt".

Sveika ŠAJĀ BRĪDĪ!

Uzrunu atkārtēju tāpēc, LAI ARĪ PATI SEV ATGĀDINĀTU, cik brīdis ir īss. Cik mazs. Cik nieka. Cik laiks ir plūstošs.

Brīdis dubļiem un brīdis dubļu nožūšanai.

Brīdis DZIĻAM un AUGSTU NESOŠAM priekam – un brīdis sūrmei. Skabarga nevis pirkstā, bet domās un attiecībās. Un ARĪ KAS TĀDS notiek VIENĀ BRĪDĪ. Ai, cik brīži DAŽĀDI...

Bet – sveika ŠAJĀ brīdī! LABU DIENU! Lai tāda: brīžus neniekojot. Atceroties, ka LAIKS NEGUĻ. Neguli arī tu T A D, KAD ESI NOMODĀ!

Elpo BŪT. Dzīvo darboties, darīt, piedalīties, just, mīlēt, neatgrūst, iedziļināties, labot, mēģināt no jauna un pārsvītrot nevarību.

Bet patiesībā... labāk dari TĀ, lai jālabo nebūtu. Jā, VISMAZ ŠODIEN plūsti dzīvot, lai NEBŪTU NEKĀ LABOJAMA. Lai Tavā (un arī manā) pasaulē VISS VESELS.

NOTURI un novērtē TO, kas Tev šajā dzīvē dāvāts. Pamani, neiznieko, kop, uzturi. Cieši sargā šīs vērtības DAUDZ, DAUDZ ILGĀK nekā tikai PAGAIDĀM.

Lūk, vēstulīte galā. Atkal sākas CITS brīdis.

Rūpēšos lai ŠIS BRĪDIS (kas notiek tagad) nestu prieku. Nu... ja ne gluži un uzreiz tieši košu dzirksteļošanu, tad sirdsmieru gan. TUVINI sev to, pēc kā ilgojies. Tā esi TU PATI, kas šo darāmo iespēj. Neesi TIKAI GAIDĪTĀJA vai TIKAI NĒMĒJA. Radi.

Šī rīta vēstulīte uzrakstīta. Tūlīt noklikšķināšu koši zilo podziņu "saglabāt".

Ieklausies šajā vārdā DZIĻI un CITĀDI: S A G L A B Ā T.

Maija Laukmane



Visur ir jā un visur ir nē

Viss ir tik liels un tomēr tik mazs
Viss ir niecība un viss ir svarīgi
Viss ir mūžīgs un viss kādreiz beidzas
Nav jēgas iet ātri, nav jēgas, kad steidzas
Visiem ir taisnība, bet tomēr nevienam
Mēs esam tik lēni, bet vienlaikus skrienam
Visur ir balts un visur ir melns
Visur ir mīla, bet drīzi jau naidis
Visi piedzimst un visi mirst
Visi aug spēkā un visi irst
Visi kā akli, bet visiem ir sirds
Un šiem pantiem nav jēgas, bet varbūt ka ir
Jo šonakt visas sniegpārslas tik ļoti savādi
mirdz

Ieva Veide



Nelauj tam saucamajam

garīgajam Skolotājam, iebrot tev viņa
subjektīvo izpratni un interpretāciju par to,
kāda ir šī pasaule un tās mijiedarbību likumi!

Nekas nav tāds, kā mēs visi domājam!

Lietas, situācijas ir tādas, kādas mēs
tās sevī nedefinējam individuāli priekš sevis!
Nekā citādāk!

Kipriāns Krauklis

Es vienkārši vēlos būt

Ziedos un sniegos:
Gan baltā sniegpārslu mirgā,
Gan maigos ābeļu ziedos.
Es vienkārši vēlos teikt
Cilvēkiem labus vārdus,
Lai patiesā mīlestībā
Izkūst ienaida dārdi.
Es vienkārši vēlos augt
Kā aug puķes un koki,
Jūnija siltajā lietū
Mirdzēt varavīksnes lokā.
Varbūt kādam šķiet maz -
Būt vienkāršam pļavas ziedam,
Taču svarīgi tas,
Kāpēc šai pasaulē ziedam...

Inta Nagla, 17.01.2024.



Kad tu sevi nesaisti ar to, kas ir vai

kas notiek telpā, tu pats kļūsti par telpu, kurā
viss notiek.

Tu esi tāds ietilpīgs un viss notiek tevī.
Tur vienmēr vairāk ir tas, kam tu pievērs
uzmanību. Tas, no kā tev rodas emocijas. Tie
stāsti, kurus tev patīk klausīties. Vai tie, kuri tev
nepatīk, bet kuri ir pielipušī dēļ tavām paša
bailēm.

Un tavā telpā nav tas, ko tu tagad
neredzi, par ko tu nedomā, kas tevi neinteresē
un nav arī tas, par ko tu vispār nezini. Tā ir tava
telpa.

Marika Višņevska

Izkāp no spēles un paskaties, kā

tas ir – dzīvot.

Kurp Tu šodien steidzies? Pie pienākumiem un pieņēmumiem, tuvāk eksistencei vai arī pats sev – dzīvībai un dzīvīgumam, priekam un piepildījumam?

Vai tu esi gatavs būt pasaulē, kurā esi arī Tu?

Pajautā šodien pats sev – cik daudz brīvības Tu esi gatavs atdot, lai pielāgotos? Spēles noteikumi mainās ik dienu, ienāk jauni spēlētāji. Kamēr Tu apgūsti sākotnējos noteikumus, tie jau ir mainījušies. Un tā Tu skrien uz visām pusēm, cenšoties saprast: kā tas ir – būt labam un pareizam? Tādam, kurš atbilst noteikumiem.

Pajautā pats sev, cik ļoti Tu paļaujies pats uz savām sajūtām un vēlmēm. Vai arī Tu spēlē spēli, kurā Tev ir jāuzmin, ko vēlas otrs. Kā būtu, ja Tu šo dienu iesāktu, pajautājot sev: ko es vēlos? Kā būtu, ja to mīlestību, iekšējo spēku un enerģiju Tu novirzītu pats sev? Vai esi reiz to izdarījis?

Tu vari būt cilvēciņš starp cilvēkiem, neaizmirstot pats par sevi. Piedot sev par savām kļūdām.

Kļūda nav apzināta rīcība, nodarot pāri sev vai otram.

Kļūda ir rīcība, ko tu neesi apzinājies.

Aizmirst par sevi – vai tā ir bijusi Tava kļūda vai apzināta rīcība?

Indu Puri



Tagad ir moderni visādi kursi, lai

atrastu sevi, lai sasniegtu veselumu, vienotību ar sevi. Patiesībā viss ir daudz vienkāršāk, ja saprot, ka nav svarīgi ko dara, bet KĀ DARA. Svarīga ir ATTIEKSME pret to, ko dara. Darot jebko, vērojot iekšīgi sevi, savu attieksmi prātā, sirdī. Vērojot vai esi 100% tajā, ko dari. Ja cilvēks visu dara maksimāli labi koncentrējies uz tagadni, uz konkrēto brīdi to, ko dara, viņš ar savu ATTIEKSMI kļūst par rezonatoru un ievibrē lauku ap sevi. Ja viņa attieksme pret savu darbu sakrīt ar Zemes vibrācijām, ar kosmiskajām vibrācijām, caur viņu sāk plūst tāda enerģija, ka viņš automātiski ir veselumā un spēkā. Visu nosaka ATTIEKSME uz to, ko dara.

Kolneja Līga

♥ **AR TICĪBU...** ♥

*K*lusumā tīrā

balta Gaisma
atgriež spēku
un ticību sev...

Klusumā tīrā
plaukst sajūtās
gaišs brīnums
kā skaists zieds...

Proti savā laikā
dzīvot un būt
baltā Gaismā
ar ticību sirdī...

• **Zanda IvaNova (Vītola)** •

- *Vai* esi kādreiz iztēlojies sevi kā okeānu?

- Kā Tu to domā?

- Nu, Tu esi kā okeāns un visi tie dažādie notikumi, kurus Tu piedzīvo, ir kā viļņi. Tie parādās, kādu laiku ir un tad izzūd. Un tā visu laiku - kaut kas parādās un izzūd. Ar pašu okeānu nekas nenotiek. Tas vienmēr ir tāds pats un tur pat. Tas tikai piedzīvo ārējo apstākļu ietekmi un zemūdens dzīvi.

- Un kāpēc man vajadzētu iztēloties sevi kā okeānu?

- Nu, skaties - ar pašu okeānu nekas nevar notikt. Tam nekas nedraud. Tam neko nevajag. Tas ir un ir, un vienmēr atgriežas savā dabiskajā esībā.

- Jā, un kāda līdzība tam ar mani?

- Nu, ja Tu vienmēr zinātu, ka, lai kas arī notiktu, Tu vienmēr atgriezies savā dabiskajā stāvoklī un visi tie notikumi ir tikai viļņi, kas parādās un pazūd, varbūt tāda izpratne padarītu Tevi mierīgāku un mazliet laimīgāku?! Ja Tu nebaidītos par katru vētru un neraizētos par nākotni, varbūt Tev patiktu vienkārši

priecīgi
dzīvot...♥

**Marika
Višņevska**



VESELUMS...

*L*īganiem soļiem ieplūsti

savā veselumā...

Turpinies, radi un ziedi...

Tad arī augļi nobriedīs...

Turpinies...

Sirds rādīs Ceļu

Ceļš aizvedīs pie Pirmavota...

Veselums...

Tiecība...

Ticība...

Soļi, soļi, soļi...

Tu esi Mājās...

Tu esi...

• Zanda IvaNova (Vītola) •

- *Kad* Tu beidzot pārstāsi rakņāties

tajā, kas jau sen ir beidzies un ir pagājis un tad, kad pārstāsi uztraukties par to, kas vēl nav noticis un, iespējams, nekad nenotiks, - Tu beidzot sāksi sajust prieku no dzīves!

Pagātne ir beigusies, nākotnei vēl ir savs laiks, tagadne ir Tava dzīve, kurā būtu jādzīvo un jāiemācās tai atvērties. Lielākoties cilvēki dzīvo bijušajā un pašizdomātā nākotnē, no kuras pats baidās. Un tik maz cilvēku atrodas šajā mirklī, savā esošajā realitātē.

Cik absurdi, ka dzīvošana ciešanās, stresā, fobijās jau ir kļuvusi tik ierasta, ka atslābumu, mieru un spēju dzīvot pašātvībā uztver kā astoto pasaules brīnumu, bet dzīvošanu pastāvīgā trauksmē, - kā normu.

Kristīne Om Shanti



Cik bieži Tu saki Paldies?

Pasaki Paldies par katru savas dzīves pieredzi!

Samīļo, saskauj pa vienai ikkatru no tām... pasaki Paldies.

Paldies par pavisam muļķīgām, sāpīgām, nesaprotamām, laimīgām - pieredzēm...

Pasaki Paldies par ikkatru sastapto dāvanu - cilvēku dzīves ceļā...

Samīļo pieredzi, un atbrīvo to... atlaid..., lai katrs no šiem cilvēkiem top samīļots siltumā... laimīgs un brīvs...

Uzdāvēni sev Brīvību!

Linda Vītoliņa

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

<https://t.me/laismasmaija>

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