

SIRDSPRIEKŠ

Maijas avīzīte

Nr. 54.

2021. gada jūnijs, Mazsalaca

PATEICĪBA KATRAM, KURŠ SAJŪT REZONANSI UN IR KLĀTESOŠS!

Ļaujies vējam

Kad vējš ir tavos matos, vienkārši ļaujies tam.
Varbūt tieši šis ir tas mirklis, kad vari atdot
plūsmai to, ko tik ilgi esi turējis sevī.
Domas ir nākušas, gājušas, tad atkal
atgriezušās.

Bet ar katru dienu to intensitāte ir
mazinājusies.

Līdz pienāk mirklis, kad to vairs nav.
Tu esi brīvs!

Ļaujies vējam, kas spēlējas tavos matos!
Aiznesot prom to, ko tik ilgi esi turējis sevī.

Maija Kadiķe

Kad vajadzēs

Es miršu

Varbūt pat ar prieku

Bet tagad es dzīvošu

Tā kā man patīk

Tagad es dziedāšu

Un saulrietā dejošu

Varbūt mazliet raudāšu

Mazliet

Tagad es domāšu

Par to

Kā dzīvot

Klusi smaidot

Un puķes stādot

Ja vajadzēs

Es zināšu...

Nav vērts par to domāt

Tagad

Marika Vishnjevska



Nav pareizo vai nepareizo atbilžu.

Iekšējais spēks, miers un ticība sev sākas ar
jautājumiem "Kā es jūtos?" un "Vai man to
vajag?". Iepazīsti pats sevi, un mācies
ieklausīties savās sajūtās.

Indu Puri

Spoguļošanas jēdziens man ilgu laiku bija pilnīgi nesaprotams! Ilgi un dikti prātoju kā tas var būt, ka kāds cits ar savu uzvedību var man parādīt, nospoguļot to, kas notiek manī? Kā gan visas tās nesmukās, nejaukās, reizēm pat atbaidošās uzvedības, rīcības un reakcijas var būt saistītas ar mani?! Vai tad citiem nav pašiem savu iemeslu, kāpēc rīkoties tā vai šā, vai tad citiem nav savu individuālo procesu, kas izraisa viņu uzvedību?!

Un tā kādā mirklī man tomēr pielēca!

Kad es pieeju pie spoguļa, es sāku meklēt savas nepilnības. Automātiski! Ahā! - te pumpa izveidojusies, te uzacis aizaugušas, te sausas ādas pleķītis, te zili loki zem acīm. Es PAMANU to, kas man nepatīk. Es varu novērsties, aiziet no spoguļa un aizmirst par redzēto, bet katru reizi ieraugot savu atspulgu, es atkal un atkal PAMANU tos savus "trūkumu" un "nesmukumus". Un tad, kad raugos uz kādu citu, arī tad es PAMANU to, kas man nepatīk, es PAMANU to, uz ko pati sevī negribu skatīties, to, ko cenšos neredzēt vai aizmirst. Patiesībā jau mums katram tiešām ir sava dzīve, savī procesi, ar kuriem esam aizņemti. Nevienš jau apzināti nestaigā pa pasauli tēlodams spoguļi katram, kuru sastop savā ceļā. Visa atslēga slēpjas manī un tajā, ko es PAMANU. Līdzīgi kā ejot pa ceļu, es varu pamanīt dubļus, bedres un netīrumus vai es varu pamanīt, cik skaisti peļķēs atspīd saule, mākoņi un koki! Vai es varu pamanīt ceļmalā ziedošos gaiļbiksīšus, maijpuķītes vai sulīgi zaļo zāli. Vai... Es varu pamanīt gan vienu, gan otru, gan trešo un vispār es varu pamanīt arī visu kopainu, ja vien mans skatījums ir gana plašs! Un te ir vēl viena nianse par spoguļošanu - kā pirmo mēs vienmēr pamanām to, kas mums nepatīk, to, kas kairina mūsu vārīgās vietas. Bieži vien es raugos uz kādu cilvēku un viņa sasniegumiem ar apbrīnu un reizē arī ar skaudību un domu "žēl, ka es tā nevaru". Raugos un neapjaušu, ka arī tā taču ir spoguļošana! Viss, ko es PAMANU ir atspulgs tam, kas ir manī! Ja jau esmu pamanījusi kāda cilvēka veiksmi un panākumus, arī manī ir veiksmē un panākumi!

Līdz šim teju visur, kur saskāros ar informāciju par spoguļošanu, tā pasniegta caur negatīvo prizmu. Tomēr tā ir tikai daļa no patiesības! Arī tad, kad raugos uz sevi spoguļī, mani trūkumi ir tikai daļa no spoguļattēlu! Ja es pacenstos, es ieraudzītu, cik neparastā krāsā

ir manas acis, cik unikāli izskatās mani vasarraibumi, cik skaistā formā ir manas lūpas un vēl un vēl, un vēl! Un, ja ielūkošos gana vērīgi un ar plaši atvērtām sirds un dvēseles acīm, es ieraudzīšu sevi visu, visu. Sevi visā savā neatkārtojamajā un unikālajā pilnībā. Tā spoguļojas gan vannas istabas spoguļī, gan manā bērņā, gan peļķē pie mājas.

Laikam jau tas, kas mums liedz saskatīt sevi visā savā pilnībā ir vēlme visu sadalīt pa kastītēm - tas labs, tas slikts. Kaut kā mums ir grūti pat pieļaut domu, ka gan labais, gan sliktais varētu tīri labi saderēt un sadzīvot arī vienā kastītē... vienā cilvēkā. Ka labais bez sliktā nemaz nebūtu tik labs... Un sliktais bez labā nemaz nebūtu tik slikts. Un varbūt visi mūsu labumi un sliktumi kopā salikti arī veido mūsu neatkārtojamo unikalitāti un veselumu?...

Mīlestībā un pateicībā,

Madara



Mēs vienmēr pieredzam tikai sevi! Pasaule un cilvēki apkārt, mūs tikai bezgalīgi atspoguļo, lai mēs redzam, kas mūsu sirdī, prātā, un kvalitātēs ir skaists, un kas neglīts, lai mēs spējam kļūt labāki, un gaišāki, līdz mums patīks šajā pasaulē un cilvēkos viss, ko mēs atspoguļojam. Godiniet katru cilvēku viņu pieredzē, jo mēs nekad nezinām, kādā posmā viņš aug. Mēs vienkārši zinām par dzīvi daudz par maz, lai kaut ko tiesātu, vai vērtētu. Mīlestībā nav tiesāšanas, tajā ir saules gaismas brīvība un siltums ❤️

Andis Ananda



Vēl viens rīta, vakara stāsts

Vēl viens Saules glāsts. Cik to jau daudz mūžā manā? Vai saskaitīt to spēšu? Un nav neviena kurš būtu bijis par lieku. Nav neviena kurš būtu bijis par daudz. Mīlestības nav par daudz pasaulē šajā, kurā cilvēki minūtes skaita un svaros sver. Tev par daudz es iedevu, nu parādā būsi mūžu visu. Tu neesi tā vērts, tu siks un mazs, nav vērts tevis dēļ smaidu dot. Un tā bezgala cilvēki skaita un skaita. Sver kausos un mēra siekos, gramos. Taču ne glāstus, ne Saules smaidus un pat mīlestību nevar saskaitīt, nevar nosvērt, nevar pasniegt kā balvu par labu uzvedību. Šajā pasaulē tas viss tiek dots par baltu velti, par neko, par tik mazu nieku kā viens sirdspuksts. Tavs sirdspuksts. Vai Tu to vari kā nosvērt? Vai vari? Es zinu - tādu svaru nav. Nav arī izdomāti. Zinātnei ir robežas. Saulei robežu nav. Mīlestībai robežu nav. Šonakt es izlīšu pār pasauli miglas vālos, es pieskaršos zvaigznēm un vaigam Tavam. Pusnakts stundā. Un tad jau sekos atkal, vēl viens rīta stāsts ...

Ieva Trimalniece



Saplaukst ābeļu dārzā
vismaigākās zvaigznes,
vakars šūpojas smaržās,
mirkli mirkli prom nes.
It kā pretī tad tiecas
ziedu kaismīgā elpa -
Mēness izgaismo liegi
katru ziedlapu maigs.
Izej dārzā, kad saulriets
projām aizvada dienu,
klausies - ābelēm plaukstot,
klusi runājas Dievs!

Sarma Upesleja



"Klusums ir sākums"-, šī frāze ir aizskārusi kādu manas dvēseles stīgu, jo ir mudinājusi tik daudz atziņām rasties.

Atceroties savu Klusumu, domāju, ka tas laika gaitā ir mainījies. Sākotnēji Klusumā es izjutu lielu mieru un vieglumu visā ķermenī. Vēlāk Klusumā es izjutu milzīgu mīlestības plūsmu, kas dažreiz lika aizrauties elpai. Bet patiesība ir tāda, ka Klusums nemainījās, mainījās mana uztveres spēja. Sākumā nomierinājās mans prāts, nervu sistēma, un tikai pēc tam bija iespēja sajust kaut ko vairāk, spēcīgāk. Un tas ir tikai sākums, šo uztveres spēju var vēl paplašināt un izsmalcināt. To var iemācīties pielietot ikdienā jebkurā mirklī, ne tikai meditējot.

Un vēl, Klusums ir dzīvs ...

Santa Kaupuža

MĪLESTĪBAS AUGĻI.

Ko mēs tur iestādījām?

Mīlestības sēkliņu! Tālāk par to jā rūpējas pēc savas labākās sirdsapziņas. Ik pa laikam jāizravē, lai to nenomāc paša prāta nezāles kā šaubas, bailes, satraukumi, dusmas un aizvainojumi, jāaplaista ar labvēlību, jāļauj saulei to sildīt ar iejūtību un sirsnību un jāparūpējas, lai tā attīstās un izaug par tīru, beznosacījumu mīlestību, kas ļauj redzēt plašāk, dzīvot vieglāk un baudīt patiesības augļus.

Tomēr, pāri visām pūlēm un darbam, ko mēs paši varam ieguldīt, vērtīgākais ir ticība šai mīlestībai! Ticība, ka nekā lielāka šajā dzīvē nav. Tas ir vienīgais un cēlākais katra cilvēka mērķis, uz ko savā dzīvē varam tiekties!

Lai cik neizmērojami liels ir šis mīlestības potenciāls, viss sākas no paša iestādītas mazas maztiņas sēkliņas, rūpēm un ticības!

Lai mīlestība aug griezdamās! ❤️☀️

Kaspars Zlidnis



Priecīgus Vasaras Saulgriežus!

Raksti 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**



Sirsnīgs Dvēselisks Gaismots Sveiciens Dārgie Draugi!

Šajā youtube kanālā es dalos ar Čenelingiem ko saņemu caur savu kanālu no dažādām Augsto Dimensiju Gaismas Būtnēm. Te būs atrodamas enerģētiskās prakses, meditācijas ko vada visdažādākās Gaismas plānu būtnes tai skaitā civilizācijas, dažādas Skolotāju sistēmas, Eņģeļu plāni, Elementāju plāni, un dažādas galaktiskās Gaismotu būtnu kopienas, kas ir gan GGF (galaktiskā gaismas federācija) gan daudzas citas, jo ļoti daudz dažāda veida gaismas būtnu apvienības ir Visuma plašumos un daudzas ir ieinteresētas nākt ar savu atbalstu un Gaismas plūsmām. Plūsmas kas iet cauri sesijām ir dziedinošas, gaismas kodus integrējošas. Izsakot individuālu nodomu notiek attiecīgajā praksē iespējamo gaismas daļu atgriešana ja tas ir saskaņā ar AE. Ļoti iesakāms klausīties atslābinātā meditatīvā stāvoklī un ļaut sev Saņemt! PATEICĪBĀ KATRAM KAS SAJŪT REZONANSI UN IR KLĀTESOŠS. (Diāna)

[Atgriezt Savu Gaismu - YouTube](#)

Es sakūru uguntiņu
No deviņi žagariņi.
Sildās Dievs, sildās Laima,
Mana mūža licējiņi,
Sildās mans augumiņš,
Sildās mana dvēselīte.
Dedzi, dedzi, uguntiņa,
Tu nezini, ko es došu.
Dedzi gaiši uguntiņa,
Es tev došu ziedīņam
Pērno zāļu vainadziņus.
Trejdeviņas dzirkstelītes
Pret saulīti uzlekušas.
Lai sadega nelaimīte,
Kā uguņu dzirkstelīte.