

SIRDSPRIEKŠ

Maijas
avīzīte

Nr. 88.

2024. gada aprīlis

UN ES ATKAL PRIEKA AVOTĀ SMEĻOS...

Šodienā ienesu prieku

Pati ar sevi,
Jo prieks... pāri man līst...

Skanu...
Ar savu prieku
Līdz Debesīm lai skaņas klīst...

Katrā plaukstošā lapā
Sargeņģeļa mirdzošā acu skatienā
Zemes velēnā, kur zāle rosās pavasarim...

Šodien skanīga esmu
Un ar prieku dalos
Pa saujai smieklu, pa saujai mīļuma ziedu...

Rīt varbūt līs
... zibeņos
Varbūt... man pašai pietrūks prieka un kā gan es dalīšos?

Lūgšu, no sirds atkal lūgšu...
Lai manī prieku atgriež...
Zinu, tas vienmēr ir manī, ja ļauju pārkonam ārdīt, un reizēm mani arī spārdīt.

Vienalga... es ceļos,
Tas atgriežas
Un es atkal Prieka Avotā smeļos...

Sarmīte Šmite





Citi cilvēki tikai atspoguļo mūsos neapzinātās emocijas. Ar kādām acīm raugāmieš, to redzam apkārtējos.

EKŠĒJAIS KARŠ TAGAD IR IZGĀJIS ĀRIENĒ.

Mūžīga ir vienīgi mainība. Uguns stihija - no skumjām uz prieku, zemes stihija - no trauksmes uz stabilitāti, metāla stihija - no bēdām uz žēlsirdību, ūdens stihija - no bailēm uz pašātvību, gaisa stihija - no neapmierinātības un naida uz sātu un gandarījumu. Sakrāli, plūstoši, vizuāli, kad no bezpersoniskās dzīvības Avota veidojas stihiju enerģiju daudzveidība, kuras fiziskajā ķermenī pārplūst viena otrā, lai pēc tam virs galvas atkal apvienotos un atgrieztos veselumā. Ja izdodas stihiju enerģijas ķermenī noharmonizēt, apziņa spēj iziet ārpus dualitātes. Galvenais ir ļauties, bez pieķeršanās un bažām, transformēt krātās un noslēptās emocijas uz harmoniju.

Kolneja Līga



Vieģļa vēja pūsma, kā svaiga elpa, ienāk manī. Tāds vieglums pārņem un miers. Es atslābinos un ļaujos, uzticēdamās Debesīm. Es zinu, ka Gaismas Pasaule ir kopā ar mani un viss ir labi. Es esmu drošībā. Es dodos tik uz priekšu. Mīlestībā un Pateicībā!...

Vineta Daukša

Cilvēks un Ceļš...

Tas ir vienots kopums...
Es esmu savā Ceļā...
Es esmu kopā ar savu Ceļu...

Es eju un Ceļš atveras došanai...
Man atliek tikai saņemt...
Man atliek tikai ļauties...
Es saņemu un dodos tālāk...

Ik brīdis kļūst par brīnumu...
Es neko negaidu, es ļaujos...
Es ieklausos, es vēroju...
Es jūtu, es izgaršoju...

Sirds vārti atveras...
Domas mierpilni viļņojas...
Vārdi nāk plūstoši un viegli...
Atbildes ir kā atslēgas...

Atslēgas atver slēdzenes...
Mājas durvis nu ir vaļā...
Es ieeju pa durvīm...
Es esmu savās mājās...

Māju sajūta apņem...
To sevī radu es pati...
Ceļš saved kopā ar citiem...
Jēgpilni piepildīts laiks...

• Zanda IvaNova (Vītola) •



Sēts to nespēkā, uzmodināts

godībā! Kā grauds, kas zemē iearts un gaida pavasari, pirms izdzen asnu, viņš nomirst vecajai formai, lai dotos divos pretējos virzienos: sakne uz leju pēc mātes Zemes dzīvības enerģijas, bet asns dodas debesīs pie debesu Tēva, lai uzzinātu informāciju par sevi, ko Tēvs ielicis viņā no sevis. Asns dodas pretī nezināmajam un jūtas ļoti vājš, atliek vien paļauties uz saviem vecākiem - Zemi un Dievu...



Cilvēkam ir līdzīgi. Tāpēc nevajag baidīties no vājuma mirkļiem, neatkarīgi no tā, vai esat kā saknīte, kas lauž ceļu uz leju, vai asns, kas spraucas reizēm pat cauri asfaltam uz Sauli. Asns to spēj, vai aptverat, kāds tas ir spēks, uzlauz asfaltu! Tieši tāds un vēl vairāk Cilvēkā ir ielikts no debesu Tēva!

Līga Kolneja



Es pats veidoju to, kā jūtos. Es un tikai es esmu atbildīgs par savām jūtām. Tāpēc es nekad nevaru teikt, ka kāds cilvēks vai kāda situācija ir "likusi" man justies tā vai citādi - tā būtu atbildības novelšana un, galu galā, tā nav patiesība.

Iespējams, es vēl neapzinos to, kā tieši veidoju savas jūtas. Iespējams, tādēļ es gribu vainot citus. Tomēr patiesība ir tāda, ka man vienmēr ir izvēle - kā tieši justies katrā situācijā. Un, līdz ar šo izvēli līdzī nāk arī atbildība. MANA atbildība par MANĀM jūtām.

Ansis Jurgis Stabingis

No sirds

Lai no sirds uz sirdi mēs izjust spējam,

Ne prātam mūs vadīt ļaujām.
Lai sirds siltums mūs visus ieskauj,
Ne ilūziju un pieņēmumu aukstums.
Lai ticība un pašāvēība iet roku rokā viegli,
Ne cīņa un šaubas par sevi uzvaru gūtu.
Lai laimi mēs katrā mirklī redzēt un just spējam,
Ne lietās, mantās, notikumos, kur labumu tikai sev gūtu.
Lai mirdzam un atveramies pasaulei,
Ne lai no tās slēptos un bēgtu.
Lai mīlestība piepilda it visu,
Ne lai bailes mūs māktu, par to, kas būs rīt.
Mīlam. Esam. Dzīvojam. Priecājamies.

Vineta Daukša.



KAD RĪTA SAULE!

Kad Rīta Saule

Zemi apņēm
Un vēlas ar to
Kopā palikt,
Arī Tu cits kļūsti -
Tu jūti - pa Tevi
Mīlestība plūst
Un Tevi tālu nes -
Tur Priecīgos laukos,
Kur kopā ar Daiļo esi
Un līksmi iz sevis
Aumaļām dali -
Un nu viss ap Tevi
Zied un Dzied,
Jo Prieka vārti ir vaļā,
Un Tu vari
Pa Saules pielietu
Ceļu iet un redzēt,
Cik viss ir Skaists,
Kad ir apkārt
Viena spoža Gaisma,
Kas arvien tālāk dodas
Un apņēm krēslainās ielejas,
Kuras arī Zeltā pārvēršas
Un arī Mirdzēt sāk!

Astrida Graubiņa

Šobrīd, kad pasaulē notiek

dažādas ķibeles, cilvēki sāk meklēt atbildes, cenšoties izprast cēloņus notiekošajam. Ir daudz domstarpību, viedokļu sašķeltības un konfliktu par to, kāpēc tas notiek, kurš ir vainīgs, kurš sliktais un kurš labais. Šie notikumi daudzus apskaidro un apgaismo, bet tikpat daudzus tieši otrādi ievēd frustrācijā, neizpratnē, pretestībā, dusmās un pat agresijā. Tiek meklētas atbildes, bet šķērslis ceļā uz skaidru apjausmu, pieņemšanu un sirdsmieru ir vēlme visu izskaidrot intelektuāli. Arī tas ir nepieciešams, tomēr ar intelektu un erudīciju ir par īsu. Ir nepieciešams gara spēks, veselais saprāts, apzinātība un saskaņa ar sirdsapziņu. Ir jāspēj atslēgt prāts - domājošais aparāts, lai kļūtu par vērotāju - kļušu un klāt esošu savas augstākās būtības izpausmi. Tieši tad, kad cilvēks pārstāj emocionāli reaģēt, nemēģina iesaistīties, analizēt, izprast, pārnest, dusmoties un vainot kaut kādus ārējos spēkus, bet sāk novērot savu iekšējo pasauli un gara stāvokli, tad daudz kas kļūst skaidrs pats no sevis un tam nav vajadzīgs intelektuāls izskaidrojums. Dvēsele jūt un zina. Cilvēkam tikai jāatklāj, kas tā dvēsele tāda! Meklē tieši to, nevis cēloņus ārējās pasaules notikumiem!

Kaspars Zlidnis



Tik bieži mēs

izdarām
vērtējumus -
apzinātus un
neapzinātus -
par apkārtējiem,
neko nezinot par
viņu dzīves stāstu, iekšējiem pārdzīvojumiem un notikumiem...

Piedzīvot ik dienu bezvērtējumā un pieņemšanā - tā pa īstam, nevis tikai skaisti vārdos rakstot un ēteros par to runājot - mācos vēl aizvien, reizēm tas ir viegli, reizēm tas ir īsts izaicinājums.

Tomēr, vērojot sevi, aizvien vairāk vērsot fokusu uz sevi, pieņemot arī savus iekritienus - vismaz sanāk biežāk un ātrāk pamanīt, kur tā kāja paslīd un kāpēc. Un reizē sanāk biežāk palikt bezvērtējuma stāvoklī un enerģiju veltīt nevis domām par citiem, bet domām par sevi un savas dzīves radīšanu.

Irina Ogsta



Sanita Petere

RAGANAS DIALOGS AR DIEVU

(Citāts no grāmatas)

“... *Cilvēka mūžs ir kā karte un tajā tiek ierakstīta ne tikai katra mūsu kustība un darbība, bet arī katra dzīvē sastaptā cilvēka nospiedums. Es vienmēr cenšos atrast sakarības, saprast, ko šis konkrētais cilvēks man spēj iemācīt vai kādu pieredzi man sniegs (vai jau sniedzis), bet esmu pilnīgi pārliecināta, ka šādus iepriekš paredzētus dzīves ceļus krustojumus izbēgt nav iespējams. Ir cilvēki, kas iespiežas mūsu apziņā un viņu nospiedumi mūža kartē ir neizdzēšami; ir tādi, kas nāk un iet, bet vienmēr atgriežas; ir arī tādi, kas tikai uz īsu mirkli satricina mūsu pasauli un pazūd uz visiem laikiem; vai tādi, kas, vienreiz ienākot, vairs neiziet nekad. Mēdz gadīties arī tādi viesi, kas labprāt šķērsotu mūsu karti, bet, šķiet, neizskaidrojamu iemeslu pēc mēs paturam viņus tikai pie sava sliekšņa un nelaižam ne soli tālāk, un tad viņi pazūd uz visiem laikiem kādā citā kartē vai maldās pa savējo. Vai tieši pretēji, mēs ievēkam savā dzīvē it kā nejaušu garāmgājēju, kas tikai kā ceļotājs šķērso mūsu teritoriju, un tādām cilvēkam mēs spējam atklāties ļoti dziļi, atkailināt savu dvēseli un neizprotamā cerībā gaidīt brīnumu. Katrs no mums ir piedzīvojis sajūtu, kad, satiekot svešinieku, pieķer sevi pie domas, ka jau ir pastāstījis lietas, ko nestāsta pat tuvākajiem cilvēkiem, dvēsele pati izlej visas sāpes. Es ticu, ka šādas tikšanās nav nejaušas, mēs neapzināti iztīrām sirdi no smaguma kā no nastas, kas jau paliek par smagu nešanai. Bet svarīgākie mūsu kartes šķērsotāji ir tie, kas dod visvērtīgāko pieredzi: skolotāji, kas ar savām mācībām padara mūs par tādiem cilvēkiem, kādi esam tagad....”*

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](https://www.facebook.com)

<https://t.me/laismasmaija>

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