

SIRDSPRIEKS



Nr. 5. Mazsalaca, 2017.gada maijs

VISA DZĪVE SASTĀV NO MIRKĻIEM...

Paldies par kārtējo SIRDSPRIEKU!

Paldies par zilajām vizbulītēm no Skaņā kalna Dabas parka!

Neaizmirstams ir Mirklis Skaņākalna parkā zilo un balto vizbulīšu ziedu laikā. Es izdzīvoju šo mirkli kā Zilajā vai Baltajā pasakā, ne tikai ziedu paklāju laikā, bet arī ik reizi to atceroties.

PASAKA

Reiz bija kāds mirklis. Mirklis starp janvāri un decembri. Mirklis starp piedzimšanu un nāvi. Reizēm to sauca par dzīvi. "Dzīve ir labas pārmaiņas," visi teica, "tas ir skaists mirklis". (Māris Subačs)

Visa dzīve sastāv no mirkļiem. Paldies par mirkli, kad lasu SIRDSPRIEKU!

Spodra

24. aprīļa rīts saullēkta stundā...



Esi sveicināts šai Mirklī, kad lasi un izbaudi to, kas šeit radīts! Prieks, ka esam atkal satikušies!

Pavasaris tāds pavēss šogad, taču mirkļi krājas jebkurā gadalaikā un jebkādos apstākļos. Man vēl ilgi atmiņā paliks tas 24. aprīļa rīts, kad pamodos reizē ar saulīti, pavēros logā un redzu brīnumainu skatu – tur tālumā aiz mežu galiem aust saule, taču to skatienam aizsedz lielas sniega pārslas... Vēl mirklis un saule vairs nav redzama, vien tumši pelēkie sniega mākoņi dāsni dāvā zemei savu baltumu... Pēc brīža vējš izdzenājis mākoņus un spoži zilajās debesīs atkal mirdz saule, lai nākošajā mirklī pazustu un pēc brīža parādītos no jauna... Un tā visu dienu laiks mainījās tik strauji... Vakarpusē vējš pierima, debesis noskaidrojās, no sniega vairs ne miņas... Ja dažus kadrus nebūtu piefiksējusi fotogrāfijās, diez vai noticētu par tādu dienu...

Vai arī Tavā dzīvē ir kāds mirklis, ar kuru labprāt padalītos? Uzraksti! Gaidīšu!

Paldies, ka esi!

Maija



Patiesībā patiesībai nav nozīmes.

Mazs stāstiņš.

Apkārt mums eksistē daudz kanāli, šovi, stāsti, filmas, notikumi dzīves situācijas. Tā ir tava izvēle - iet baznīcā, TV šovā, kurā cīnās ar ļauno, vai iet baznīcā un citā TV kanālā, kurā dzīvo ar labo!

Tā ir tava dzīve, tavs sižets, tava brīvā griba izvēlēties, ko tu vēlies pieredzēt skatīties vai kam un kādai informācijai vēlies pietuvoties. Tā ir kā plūšana caur dziļu ūdeni pa kuru var nonākt uz jebkuru citu pasauli, tu skaties, tu vēro, tu izlem, kādu pasauli vēlies skatīties un piedzīvot.

Nav tāda patiesība, jebkura patiesība ir patiesība. Jebkura Patiesība kļūst par Patiesību, un jebkura tava izvēle ir patiesa savā būtībā.

Tava izvēle un tu ar savu milzīgo potenciālu pat mazāko domu vari pārvērst Patiesībā. Tieši tik jaudīga ir tava bezgalīgā patiesā būtība. Kādu formu dzīvei dosi, tādu formu dzīve ieņems.

Matīss Barkovskis



Pavasaris aizkavējies.

Atver sirds logus līdz galam un
notver saules stariņu
satin kamolā kā mazu saulīti
liec kabatā un sasildies.

Katru nakti paveries debess zilumā,
saskaiti laimes zvaigznītes un
pielīmē pie draugu vēstulēm
kā pastmarkas,
kā vienkāršu smaidu.

Dienai austot pasmaidi pasaulei
katru dienu pasmaidi
vienkārši pasmaidi.

Anita Zvaigzne, 25.04.2017.

Un jāiet visu mūžu ir
uz vienu brīdi,
kad Gaismai durvis
pavērt var
par vienu mazu īsu sprīdi.
Uz vienu mazu īsu brīdi,
kad kādu īsu vārdu
var īstā brīdī pasacīt,
kad izdodas tā retā reize,
par kaut ko īstu
pagūt mirt,
vai īstā brīdī
noglāstīt un kādu -
tikai vienu -
gaismai celt.

Ir jāiet visu mūžu
uz vienu īsu brīdi,
kad Savā Ceļā
var kādu soli spert.

Pauls Stelps

Liels ieguvums nav būt tikai
padomdevējam, vēl lielāks dažreiz ir būt
atbalstam. Bieži redzot tuvam cilvēkam kādas
problēmas, mēs vēlamies palīdzēt un dot
padomu. Ir laiks, kad labākais ir vienkārši
uzklausīt un pajautāt, kādu risinājumu šis
cilvēks redz pats. Lai cik ļoti mums pašiem ir
vajadzīgs kāds cilvēks, ar ko parunāt,
atceramies, ka arī mūsu līdzcilvēki vēlas to
pašu. Ir reizes, kad var palīdzēt, esot tikai
blakus un uzklausot...

Tevī ir spēks, kas spēj izdziedēt
visas sāpes un bēdas. Meklē to mirkļos, kad
kā bērns bezbēdīgi spēlēties, ļaujot visam
vienkārši būt.

Ja jums paveiksies un būs īstais laiks...



Ja jums paveiksies, jūs paliksiet vieni. Pavisam vieni, kad blakus nebūs neviena, un nāksies meklēt atbalstu zemē un sevī.

Ja jums paveiksies un tas notiks īstajā laikā, dzīve jūs sitīs, lai pāršķeltu kā riekstu, un dabūtu ārā kodolu.

Ja jums paveiksies un būs īstais laiks, jums sāpēs. Jums būs tik sāpīgi, ka šīs sāpes gandrīz nogalinās, bet pēc tam palīdzēs iekšēji atdzimt.

Ja jums paveiksies, jūs raudāsiet. Un nekas nespēs apturēt šīs asaras. Un caur tām nāks atbrīvošanās, un pēc tam arī īsta dzīve.

Ja jums paveiksies, jūs būsiet viegli ievainojams citu cilvēku priekšā. Un nekā nevarēsiet to noslēpt. Un tad sapratīsiet, kas ir ar jums, un, kas nav.

Ja jums paveiksies, jūs nezināsiet atbildes uz jautājumiem. Un tad nāksies kaut ko izgudrot pašam.

Ja jums paveiksies, jūs vilsieties cilvēkos, idejās, skolotājos un labsirdīgos burvjos. Un, ticis tam pāri, spēsiet palūkoties uz reālo pasauli.

Ja jums paveiksies un būs īstais laiks, jums nebūs neviena, kam palūgt padomu. Pilnīgi neviena. Un nāksies atrast iekšējo kompasu. Ja paveiksies un būs īstais laiks, jums būs neizturami, tik neizturami, ka nāksies ar to kaut ko iesākt, vai arī vienkārši atslābināties, un ļaut pasaulei kaut ko iesākt ar jums.

Ja jums paveiksies, jūs pazaudēsiet, vilsieties, tiksiet piekrāpts un gandrīz salauzts. Un no šī "gandrīz" jūsu sejā paliks nospiedums vieduma grumbu veidā. Un pieredze paliks ar jums uz visu dzīvi.

Ja jums paveiksies, jums nebūs naudas. Un nāksies stāties īstās attiecībās ar cilvēkiem, kuriem iepriekš varējāt vienkārši samaksāt.

Ja jums paveiksies, jums būs ļoti daudz naudas; jūs izpratīsiet, cik dziļš var būt izmisums, kad izputēs ilūzija par to, ka laime ir naudā.

Ja jums paveiksies, ne visi jūs mīlēs. Un nāksies saregulēt iekšējo vērtību sistēmu. Un vēlme visiem patikt izbeigs jūs žņaugt.

Ja jums paveiksies, kāds tuvs cilvēks novērsīsies no jums. Un jūs uzzināsiet, kāda ir laimes mirkļu cena.

Ja jums paveiksies, jūs nostāsities aci pret aci ar saviem mīļajiem. Un būs divas patiesības. Viņu un jūsējā. Un jūs sajūtīsiet skanošu izplatījumu starp atsevišķiem visumiem, kas tik tikko saskaras.

Ja jums paveiksies, jūs spēsiet to visu izturēt. Un atradīsiet veidu, kā sevi pārveidot. Izjutīsiet iekšējo alkīmiju, kas pārvērš sāpes skaistumā. Dusmas - lēnprātībā. Bailes - realizācijā. Prieku - iedvesmojošā piemērā. Iztīra no dvēseles vainu un kaunu, tāpat kā sētnieks aizslauka vecus grūžus. Bet rētas pārvērš par durvīm.

Ja jums paveiksies un būs īstais laiks...

* Avots: sobiratelzvezd.ru

* No krievu valodas tulkoja **Kristīna Zacesta**



Nepūlies iemantot pasauli,
Tā jau ir Tevī.
Tu tikai ej pa sauli
Un saullēktus glabā sevī.
/L.Ikere



Tev tirgu galvā vajag?

Dzīvē reizēm ir jāpieņem lēmums - jāizdara būtiska vai citreiz pat maznozīmīga izvēle. Pirmajā mirklī, šķiet, viss ir skaidrs - kas, kāpēc un kādā veidā. Bet tad pēkšņi pamostas vesels pūlis mūsu iekšējo opozicionāru, padomdevēju, vērtētāju un diplomātu. Vesels tirgus laukums vienā rāvienā! Katram pūlī ir viedoklis un neapgāzami argumenti. Tu, cilvēk, klausies, apjūc, spēki zūd un iepriekš skaidrā doma ir pārvērtusies haotiskā biežputrā.

Tāda situācija ir pirmais signāls, ka tavs veselīgais ego ir maz attīstīts vai pilnībā noslāpēts. Izrādās, tu arī realitātē pakļaujies visam - meklē atbildes citu jautājumiem, izdabā citu vajadzībām, pārdzīvo par citu problēmām. Tevis paša principā nav. Tu nepamani savas problēmas un nesadzirdi sev svarīgos jautājumus, par tiem, iespējams, pat nenojaut.

Labdari tirgus laukumā ir tavas lomas, kuras esi iemācījies lietot dzīves laikā. Katram pūļa dalībniekam ir savas prasības un vajadzības, tam klāt nāk arī sabiedrības uzstādītie principi par to, kā kam jābūt un, lūk, tava iekšējā tirgus pūlis ir gatavs un jaudīgi darbojas. Tur notiek daiļrunīgi strīdi un pat efektīgi kautiņi. Rezultātā tu ciet.

Problēma tā, ka esi pazudis. Pareizāk sakot, esi, bet aiz visām skaļi bļaujošajām balsīm sevi sadzirdēt ir gandrīz neiespējami. Tas ir ērti sabiedrībai, jo tad esi viegli manipulējams, jāuzspiež tikai uz vajadzīgās lomas slēdzīša. Tu esi godājams un cienījams sabiedrības pilsonis. Tikai - ne visai laimīgs...

Līdzko Tu esi pats, nevis sava tirgus pūļa vergs - tu pārvietojies, darbojies un dzīvo brīvi. Lai tiktu pats pie sevis, tirgus „draugus” ir pa vienam vien jāizslēdz, jāatbrīvojas no šiem „vērtīgajiem” padomdevējiem un pieprasītājiem, kuri mīt tavā iekšējā pasaulē.

Tev dzīves gaitā tik daudz kas ir traucēts un atņemts – tieši tavs. Pacenties kā novērotājs atpazīt katru „labvēli” savā pūlī un ko tas pieprasa no tevis. Velc nost šīs sava Es lomas līdz pilnīgam iekšējam kailumam! Tikai tad iestāsies miers. Tapsi redzams un dzirdams! Parādīsies tavs spektrs - gaisma un varavīksne.

Staro drosmīgi un iedvesmo to darīt citus!

Cieņā **Janīta Andersone**

Kad mūsos ir gana daudz gaismas, mēs vairs nemeklējam dzīves mērķi un uzdevumus, mēs to vienkārši redzam – kā iedezot sveci tumšā istabā.



*Miļš paldies, Maijuk!
Tiešām Sirdsprieks!
Burvīgi, ka to radi!*

Kā cīrulim agri no rīta
prieks debesīs jāizdzied,
tā Saule mums jāatceras,
kas augstu virs mākoņiem zied,
tā Sirds mums jāsaņūn vienmēr,
no kuras kluss maigums plūst
ar Viņu mēs vienoti kamēr
šī Zeme nāks auklēt mūs.

Sarma Upesleja



Raksti arī savas pārdomas un ierosmes uz
e-pastu: harmonija53@inbox.lv
mājas lapa: <http://laisma.1w.lv/>
Ar mīlestību, pateicību un prieku šo radīja –
Maija Reinvalde