

# GATAVS AIZIET FILOZOFISKIE UN GARĪGIE ASPEKTI.

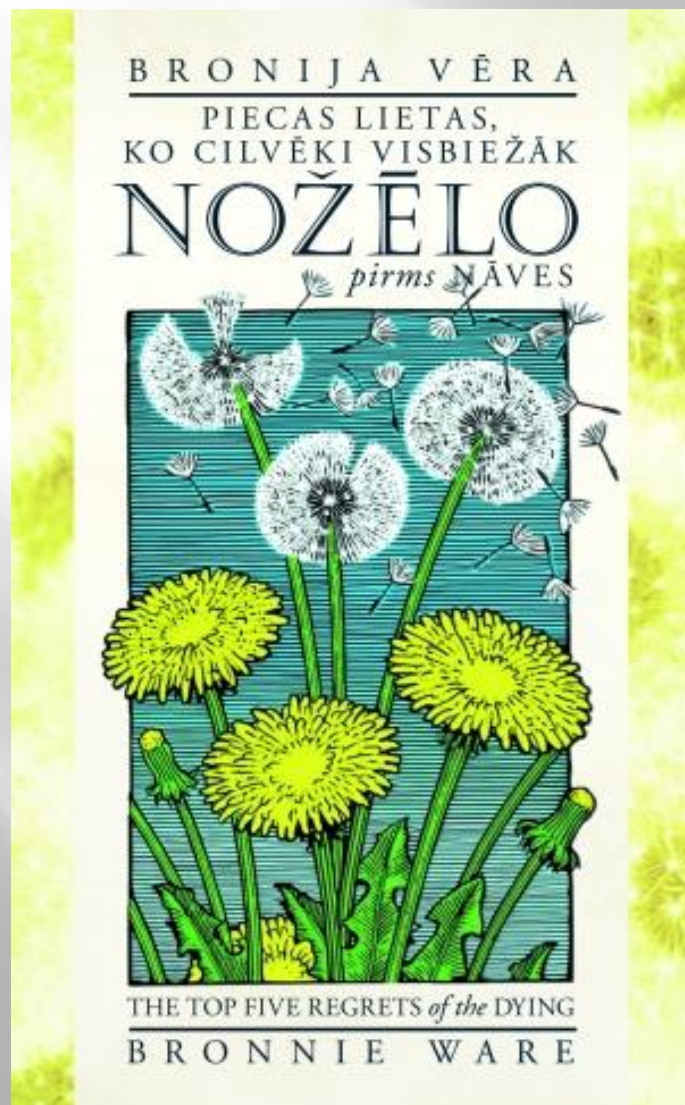
**Dzīvo tā, it kā tev rīt būtu jāmirst.**

**Mācies tā, it kā tu dzīvotu mūžīgi.**

M. Gandijs

2021.

# Piecas Atziņas par dzīvi



**Cilvēki nāves priekšā piedzīvo būtisku izaugsmi, un dažas pārmaiņas bijušas patiešām fantastiskas**

**Katrs piedzīvoja virkni emociju, noliegumu, bailes, dusmas, nožēlu, noliegumu un galu galā samierināšanos. Tomēr katrs pacients pirms nāves atrada mieru**

# Būt patiesam pret sevi



**Dzīvo tā kā Tev liek  
sirds un neuztraucies  
par to, ko domā citi**

**Man nepietika drosmes  
dzīvot tā kā gribējās  
man, nevis tā kā no  
manis sagaidīja citi**



# Pārāk daudz strādāju

**Es visu laiku strādāju un turēju ģimeni attālumā. Mēs tā arī neiepazinām viens otru pa īstam.**

**Mēs lietas nepērkam, mēs tās iemainām pret savu laiku**



# Man pietrūka drosmes atklāt savas jūtas

**Mēs noklusējam to, kam jābūt izteiktam, gan patīkamiem,  
gan nepatīkamiem vārdiem**



**Ikvienam  
jāatgādina sev:  
Ir jāspēj būt  
atklātam**

# Saglabāt draudzības saites

**Ir vērts ziedot laiku un enerģiju, lai nepazaudētu vecos draugus**



**Cilvēki, kuri Tevi labi pazīst un pieņem tādu kāds esi, dzīves nogalē ir lielākā vērtība**

# Ļaut sev būt laimīgiem

**Mēs varam būt laimīgi, galvenais sev netraucēt**

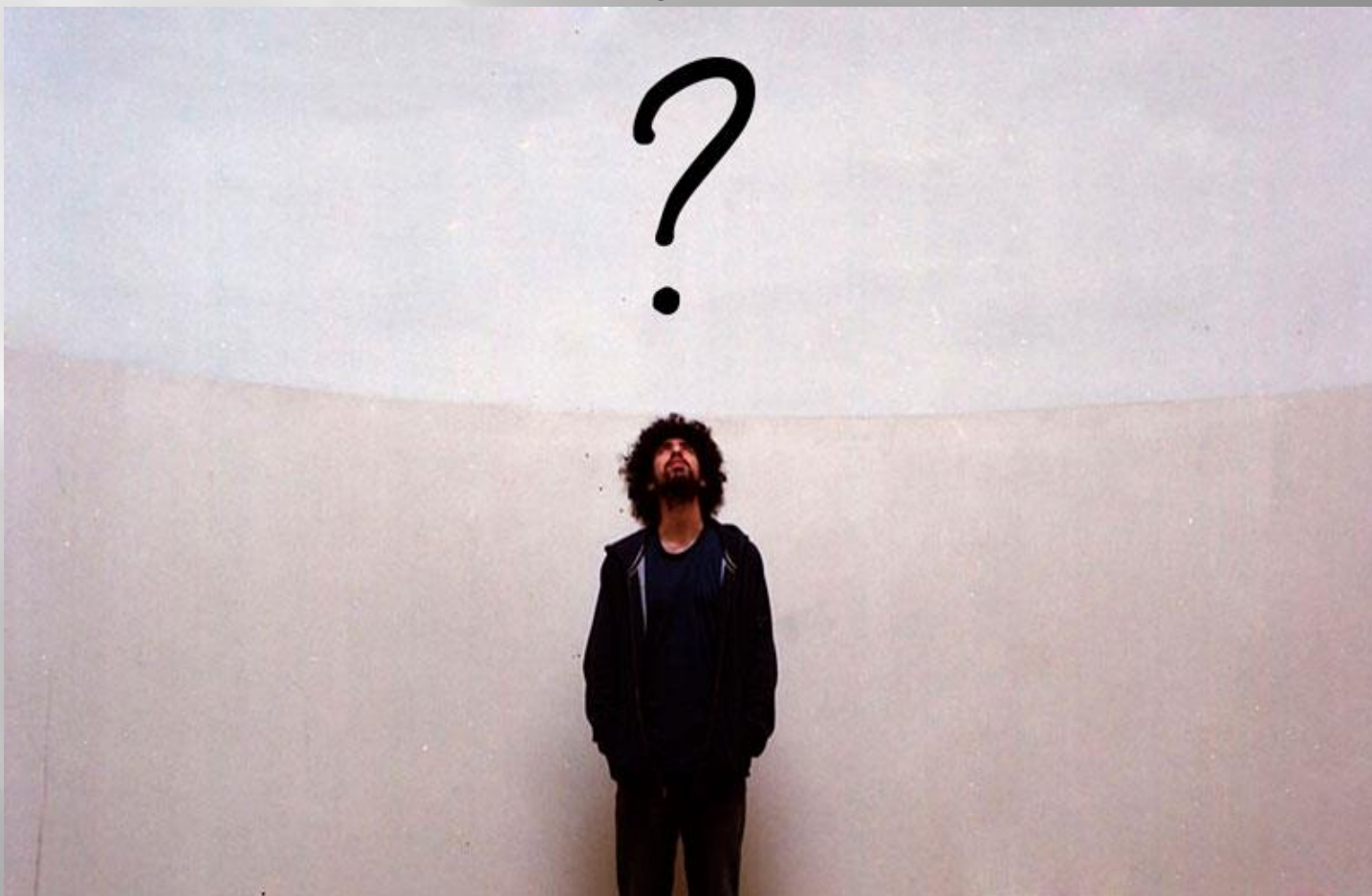


**Laime ir izvēles  
iespēja kā es  
agrāk to  
nesapratu.**

**Tik daudz laika  
iztērēts par velti**

# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Mēs esam atbildīgi ne tikai par to, ko mēs darām, bet arī par to, ko mēs nedarām Moljērs**





# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka pārāk daudz laika pavadījāt, skatoties nebeidzamus seriālus, dažādas pārraides un TV šovus?**



# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka nedzīvojāt veselīgu dzīves veidu, un lāvāt saviem ieradumiem kontrolēt Jūs?**



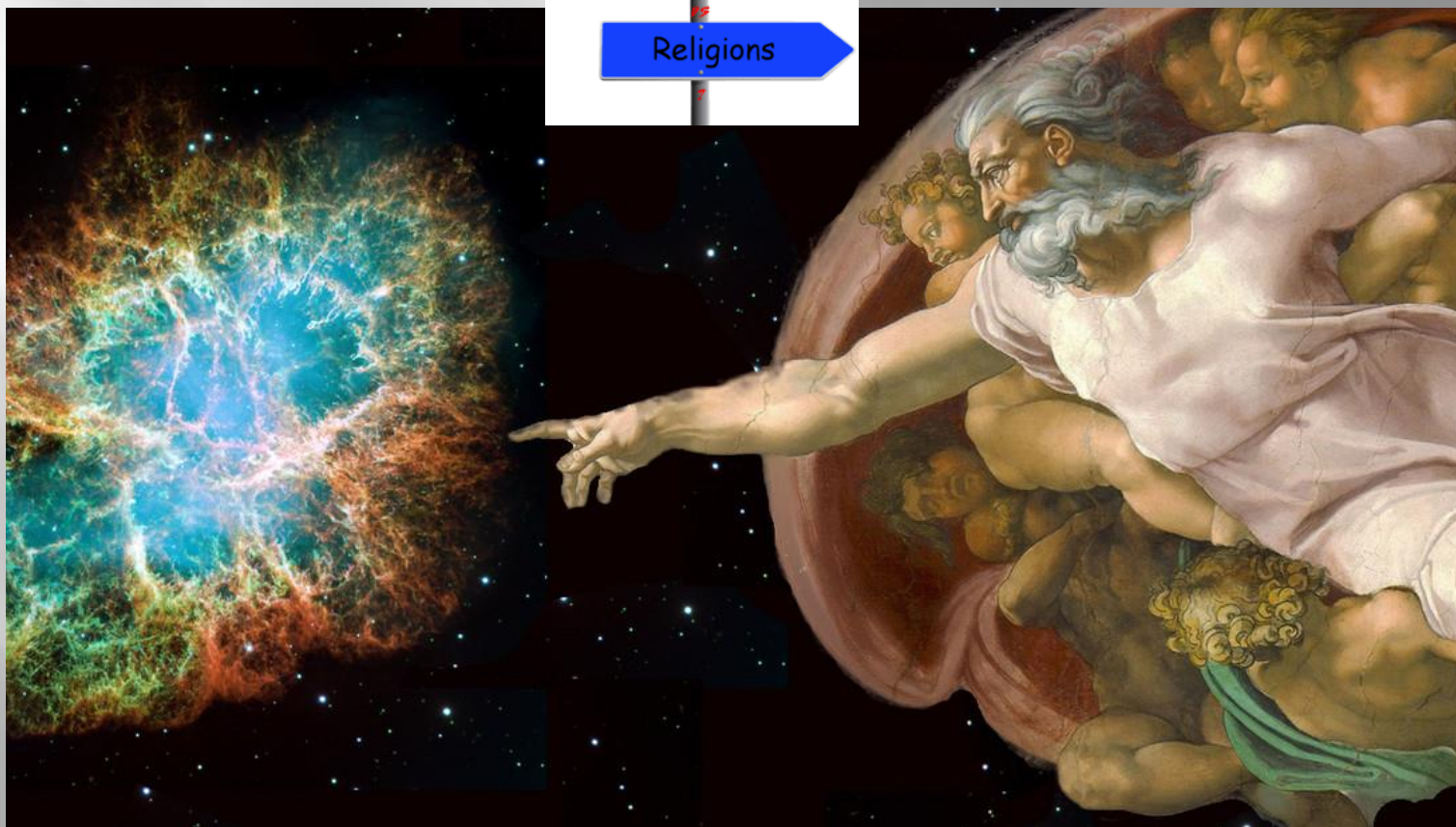
# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka pārāk maz vērojāt un baudījāt reālās pasaules skaistumu un pārāk daudz laika veltījāt ikdienas rūpēm, dzīvojot steigā?**



# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka maz ticējāt un nevēlējāties izzināt kaut ko Lielu?**



# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka reti sagaidījāt saullēktus un vērojāt saulrietus, attaisnojoties ar svarīgām lietām un rūpēm?**



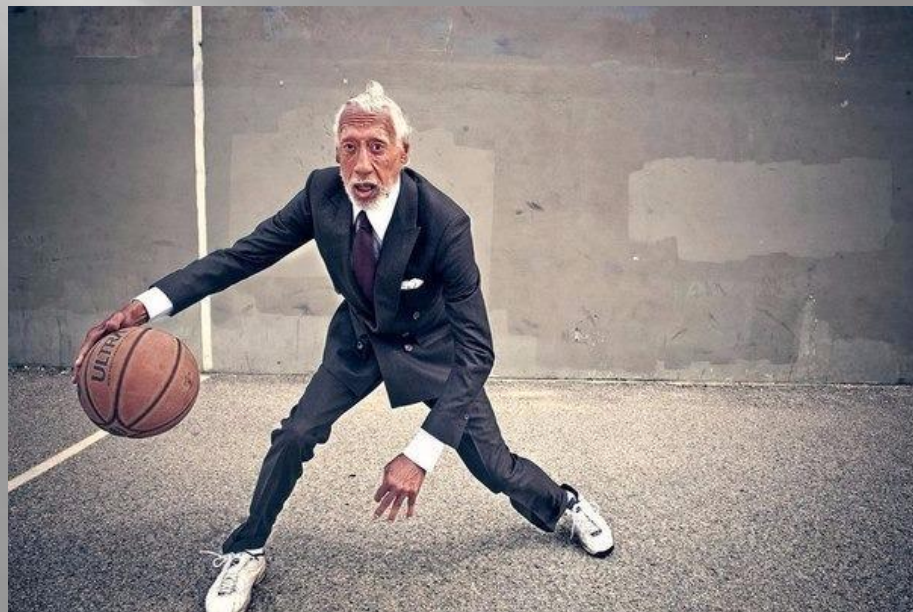
# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka bijāt pārāk kautrīgs, nopietns un centāties atbilst sabiedrībā vispār pieņemtām uzvedības normām, lai būtu „pareizs”, „cienījams”?**



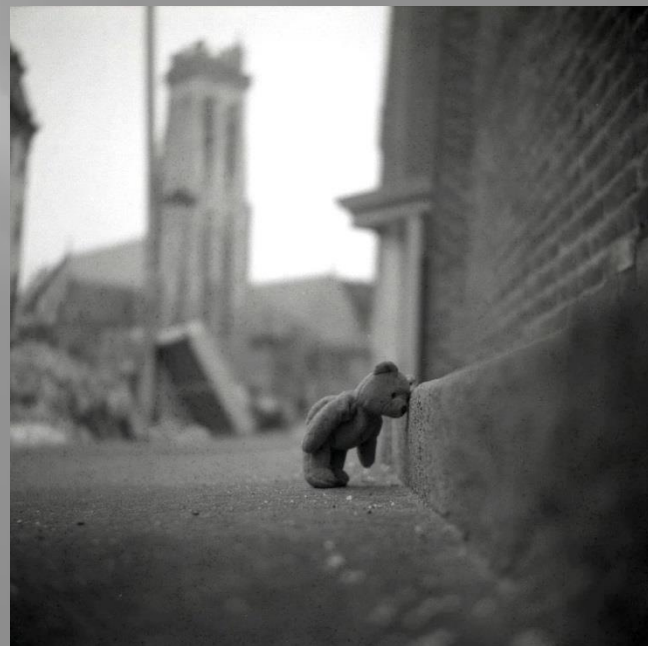
# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka pārāk ātri kļūvāt pieaudzis un dažkārt sev aizliedzāt būt bērnam, kaut gan jau bija 60; 70; 80;....gadu?**



# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka maz draudzējāties, nenovērtējāt savus draugus un pavadījāt ar tiem pārāk maz laika?**





# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka bijāt pārāk viegli aizvainojams, ļauns, dusmīgs un aizdomīgs?**



# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka maz pavadījāt laiku ar ģimeni, bērniem, daudz strīdējāties, dusmojāties uz viņiem un pārāk reti teicāt viņiem par to, ka mīlat tos?**



# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka maz izklaidējāties, smējāties,  
priecājāties, līksmojāt?**



# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka pārāk sāpīgi uztvērāt tuvu cilvēku rīcību un izteiktos vārdus?**



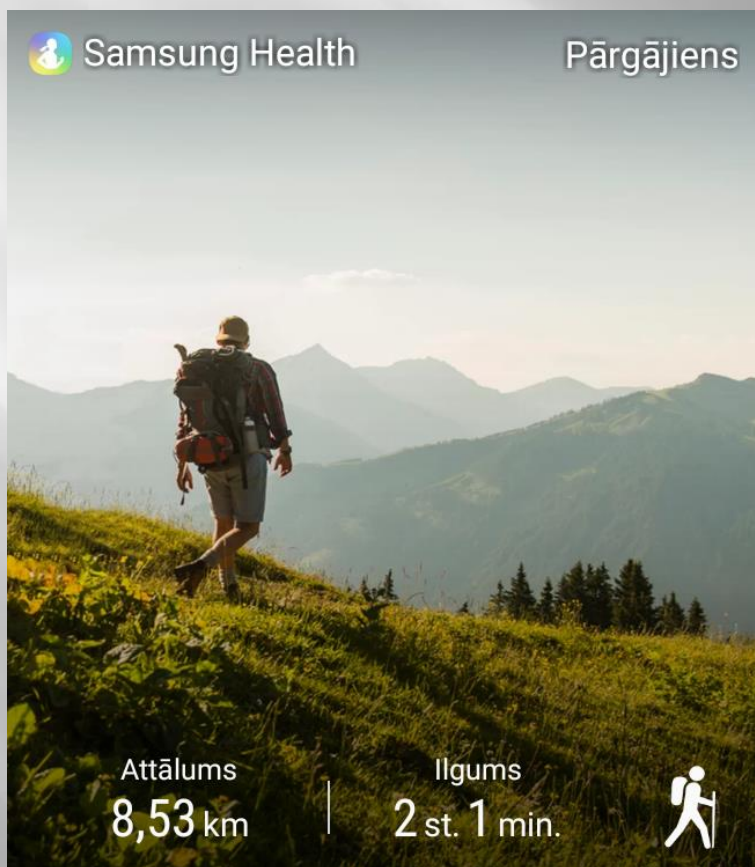
# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka neattīstījāt savu talantus un aizmirsāt par bērnības sapņiem un aizraušanos?**



# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka maz ceļojāt un izzinājāt pasauli?**



# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka pārāk daudz baidījāties?**



# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka bieži šaubījāties un nenovērtējāt sevi un tāpēc no daudz kā atteicāties?**





# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka neizdarījāt neko neprātīgu, neizaicinājāt apstākļus un pasauli? Nolaidāt rokas un necīnījāties... Noklusējāt un ļāvāt sev aiziet...**



# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka bijāt pārņemts ar materiālās pasaules lietām. Zaudējāt spēku, veselību, lai iegādātos dažādus niekus, modes lietas, tehniskas lietišas?**

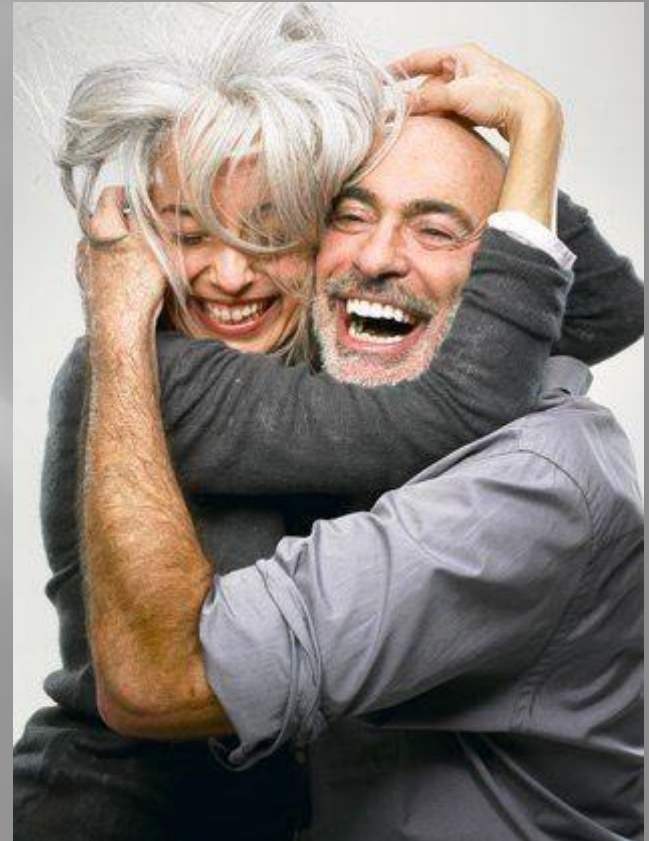


# Mainīt? Pieņemt? Nožēlot?

**Vai Jūs nožēlosiet, ka nepateicāt galveno/ vissvarīgāko? Par vissvarīgāko visgrūtāk runāt. KAS IR SVARĪGĀKAIS?**



Dariet, lai nenožēlotu!



Nebēdājiet par vecumu.  
Tā ir privilēģija, kas daudziem liegta.



Lai viss izdodas!