2021. gada oktobris 15. numurs

MĒNEŠRAKSTS

# RĪDZES ZIŅAS

## *HELOVĪNA NUMURS*

FOTO: EIŽENIJA KOZLOVA

Helovīns - ar smaidu par bailēm.
Un kurš zina, kas ir VELIS?

**ŠAJĀ NUMURĀ:**

Kas ir bailes? Kādēļ baidāmies? Un no kā baidāmies visvairāk?

"To laiku no Miķēļa līdz Mārtiņam, kad garus mielo,sauc Kazdangā par **iļģu** laiku, Valtaiķos par **garu** laiku, Puzē par **ķauķu** laiku, Zemītē par **pauru** laiku, Limbažos par **paurīšu** laiku. Šis garu laiks iet četras nedēļas un to tura par svētu laiku;".
/A. Bīlenšteina rokraksts, 1862.g./

"Ap Bērzauni **veļu** laiks iesākās deviņas dienas priekš Miķēļiem un beidzās deviņas dienas priekš Mārtiņiem". /Āronu Matīss, Bērzaune./

"No Miķeļiem līdz Mārtiņiem tos pirmdienu vakarus cieti svin par garu vakariem; un to **visu svēto** un **visu dvēseļu** dienu tik labi cieti svin un tad tos **garus** izvada." /No Kolkas jūrmalas. "Ziņas un stāsti par Dieva valstības lietām." 1852, IV. Aizliegts izdevums./

"**Gariņu** jeb **vecīšu** laiks iesācies deviņas dienas priekš Miķēļiem un beidzies deviņas dienas priekš Mārtiņiem". /Etn. 1891,I,59. R.V.Bērziņš, Nītaure./

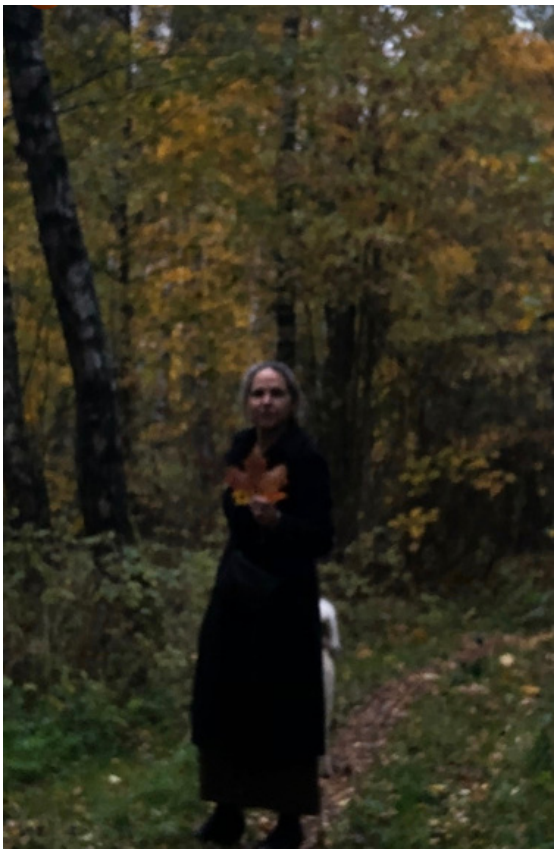
"Veļu laiku, novembra mēneša miglas, sauc pie mums par **garu** laiku, **gariņiem**, arī **gariem"**.
/R. Straudovskis, Lielplatone./

"Ap Bruknu **veļu** laiku skaitīja no Mārtiņiem līdz jauniem Ziemas svētkiem. (12.dec.)'/M. Šimiņš, Brukna./

**ATBLDI MEKLĒ UN UZZINI VAIRĀK PAR VEĻIEM UN VEĻU LAIKA TRADĪCIJĀM FOLKLORAS KRĀJUMOS http://valoda.ailab.lv/folklora/ticejumi/velu.htm**

# Redaktores sleja

Rudens turpinās savā tumšākajā fāzē, kad lielākā diennakts daļa paiet tumsā vai pustumsā. Tradicionāli šis ir laiks, kad bieži ir kaut kā neomulīgi un kad daudzu tautu tradīcijās ir svētki vai paradumi, ar kuriem pieminam aizgājējus. Tās var būt pārdomas, tās var būt bažas, tomēr no dažādu tautu tradīcijām varam mācīties, kā pārvarēt rudens bailes - ar ieklausīšanos, atcerēšanos un mīklu minēšanu, bet arī ar maskām, ķekatu gājieniem, jautrību un jokiem.
No Miķeļiem līdz Mārtiņiem senajiem latviešiem bija veļu laiks, kad mēdza atstāt mielastu mirušajiem, bet īri un amerikāņi pašās oktobra beigās atzīmē Helovīnu - svētkus kristiešu Visu Svēto dienas priekšvakarā, kad tika pieminēti mirušie, Šajā pašā laikā - novembra pirmās dienas ir arī slavenie Meksikas Mirušo svētki. Visi šie svētki rāda, kā pārvarēt bailes no nezināmā - ar drosmi, humoru un skaidru saprātu.
Šajā numurā mēģinājām paskatīties uz savām bailēm un fobijām ar humora dzirksti un - lai arī mājsēdes laikā nekur nevar iet - tomēr vēlam Tev priecīgu HELOVĪNU!



REDAKTORE ILVA SKULTE

# SVARĪGI JAUTĀJUMI

**Kapēc cilvēki baidās?**
- Bailes ir emocijas, kas rodas kā aizsargreakcija, sajūtot draudus. Bailes var izpausties arī ķermeniski – svīstot, sarkstot, trīcot utt.

**Kāpēc, ja skaties kaut ko bailīgu, tad rēgojas slikti sapņi?**
- Naktīs murgi un slikti sapņi traucē miegu (sevišķi bērniem), ja dienā ir piedzīvota trauksme vai stress. Tas notiek ne tikai, kad skaties, ko bailīgu, bet arī, kad piedzīvo stresu stundās vai baidies no kāda.

**Kāpēc lielākā daļa cilvēku baidās no MOMO?????**
- Svarīgi ir atcerēties, ka tās ir kādu cilvēku speciāli radītas bailes. Dažiem patīk baidīt un uz baiļu pamata manipulēt ar citiem, bet tas noteikti ir nosodāms. Vispār cilvēki baidās tāpēc, ka MOMO lelle speciāli izveidota tā, lai no tās baidītos, tāpat sava loma ir situācijai, kādā .

**Kas ir fobija?**
- Fobija ir uzmācīgas un lielākoties iracionālas bailes no kādas situācijas, dzīvas būtnes, dzīvnieka vai priekšmeta. Visbiežāk sastopamās fobijas ir akrofobija (bailes no augstuma), klaustrofobija (bailes no šaurām, slēgtām telpām), niktofobija (bailes no tumsas), ofidiofobija (bailes no čūskām), arahnofobija (bailes no zirnekļiem), tripanofobija (bailes no injekcijām), astrafobija (bailes no pērkona un zibeņiem), nozofobija (bailes no saslimšanas), mizofobija (bailes no mikrobiem), triskaidekafobija (bailes no skaitļa 13), pirofobija (bailes no uguns), pteromerafobija (bailes lidot), kā arī sociālā fobija (bailes no cilvēku daudzuma).

**Vai bailes ir veselīgas?? Vai bailes ir īstas??**
- Bailes ir dabiskas un sākas, pirms par to zinām.

**Kādēļ dažiem ir bail gulēt ar durvīm vaļā?? Kādēļ man rādās melns cilvēks ar briesmīgu smaidu? Kas tas ir???**
- Tas nozīmē, ka tev ir spēcīga iztēle. Tu attīsti detaļu līdz briesmīgam tēlam, jo tev ir bailes no nezināmā (svešā, tā kas ienāks, kas var apraudēt), bet tas ir tavas iztēles radīts tēls.

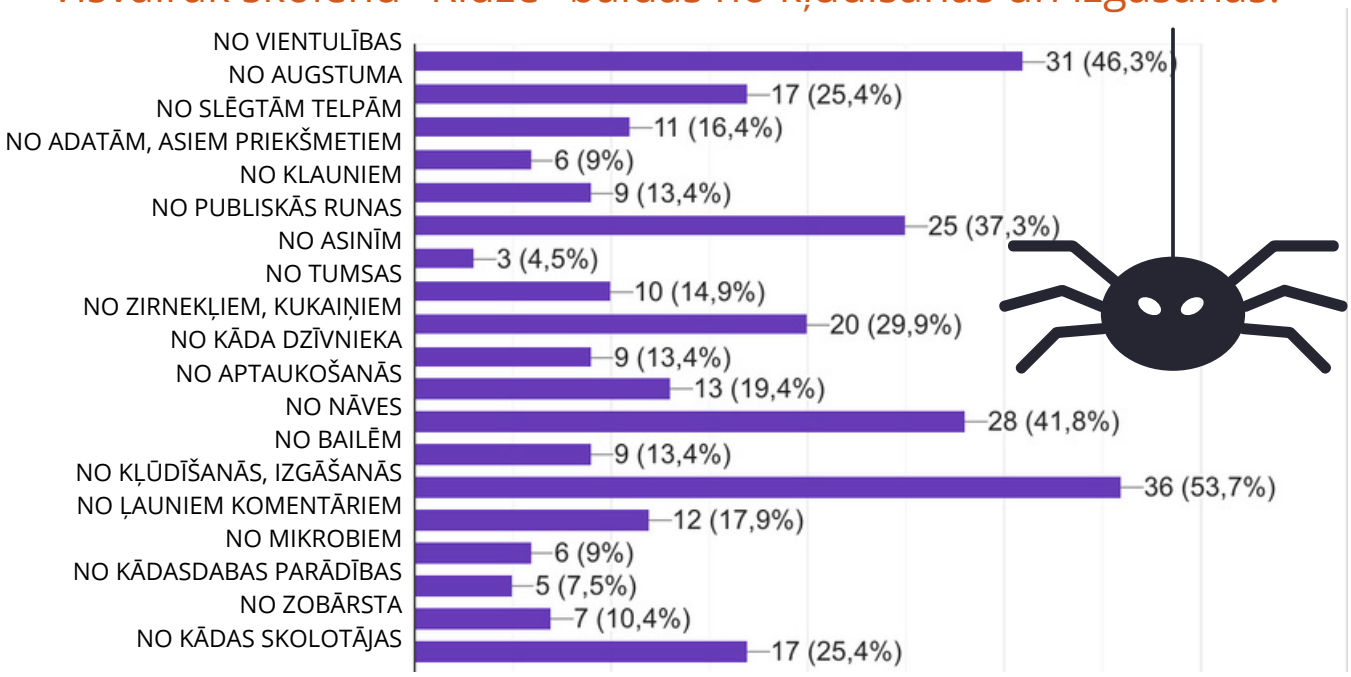
**Kādēļ cilvēkiem ir bail no kapiem un veļiem?**
- Tādēļ, ka tuvu cilvēku zaudēšana saistīta ar bēdām, sāpēm un tas ir nepatīkams pārdzīvojums. Pie tam kapi saistās ar dzīvības trūkumu un nāvi, bet nāve saistās ar nezināmo, un nezināmais vienmēr ir biedējošs.

**Kāpēc cilvēkiem ir bail pieminēt briesmīgas lietas??**
- Tādēļ, ka liekas, ka vārdos nosauktās lietas kļūst reālākas. Bet tā nav, tās tikai labāk var domāt un apspriest.

Pēc interneta materiāliem sagatavojusi "Rīdzes Ziņu" redakcija

# APTAUJA: BAILES

## Visvairāk skolēnu "Rīdzē" baidās no kļūdīšanās un izgāšanās.




Katram no mums šaušalīgās sajūtas izpaužas dažādi... tāpēc mēs veicām aptauju, lai uzzinātu no kā mūsu skolas skolēni baidās visvairāk.

No mūsu piedāvātajiem atbilžu variantiem vairāk kā 50% no atbildētājiem baidās no kļūdīšanās un izgāšanās. Kā arī nepatīkamas izjūtas raisa vientulība, kas ļoti aktuāla šajā laikā.

Baiļu sajūtu rada arī augstums, kāda skolotāja, publiskā runa, nāve un citi iemesli, kas noteikti nav mazsvarīgi.

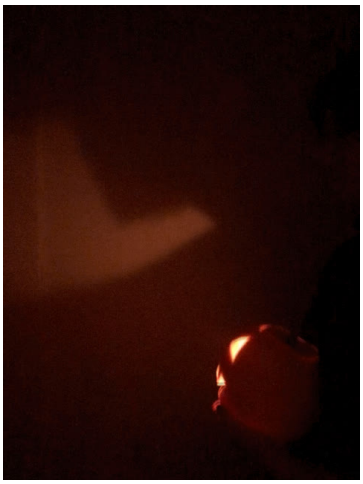
Piedāvājām iespēju arī pašam ierakstīt savas bailes, varbūt ne tik tipiskas kā esam ieraduši. Ļoti neierastas atbildes bija: bailes no sliktas dūšas un vēmieniem, bailes arī no tā, ka varētu turpināties ilgstoša mājsēde un ieilgt attālinātās mācības.

Vēlamies atgādināt, ka bailes ir normāla cilvēka emocija, kas signalizē mums par briesmām . Tas ir mūsu izdzīvošanas mehānisms, kas, saskaroties ar neierastām situācijām, liek smadzenēs izdalīties ķīmiskām vielām.

Katrs bailes var uztvert citādāk. Novēlam tās pārvarēt un nepadoties

Aptaujas izpildījums: Eiženija KOZLOVA / Teksts: Marta VOICIŠA.

Helovīns ir amerikāņu svētki, bet daudziem latviešu bērniem viņi patīk. Daudzi bērni dabū cukursērgu. Helovīna tradīcija ir nobaidīt līdz nāvei un pārģērbties. Un pašas labākās ir neīstās asinis. Drošības noteikumi: nemirsti un negalini. Jāizgriež būtu nevis ķibji, bet ananāsi, jo tiem lapas ir kā mati. Un, konfektes ņemot, jāuzmanās, jo dažās var būt naži vai kaut kas ass.



**ATBILD MAMMAS:**
-Ar ko jums asociējas Helovīns?
-Helovīns asocējas ar svētkiem, kurus svin mani bērni. Un viņiem vienmēr patīk muļķoties. Sataisīties par briesmonīšiem. Viņi grib lai es izgrebju ķirbi un viņiem gribās iet kaut kur un meklēt cilvēkus, kuri var iedot končas, ar to asocējas Helovīni.
-Kādas būtu jūsu tradīcijas Helovīnā?
-Helovīnā mums noteikti ir ķirbis mājās, kuram izgriežam cauru vidu, uztaisam acis, nu kaut kādu sejiņu uztaisam, un tad tajā ķirbītī mēs ieliekam svecīti izslēdzam gaismu un tas ķirbītis ļoti skaisti izskatās.
-Ar ko jums asocējas ķirbji?
-Ķirbji? Ar rudeni un oranžo krāsu, un ķirbju krāsu un Helovīniem.

Ideju, attēlu un tekstu autori
PAR HELOVĪNA ŠAUSMĀM
šajā žurnālā, ja nav atzīmēts citādi ir
3. a klases skolēni Romija Bārzdiņa,
Martins Gavars, Ritvars Jaksons,
Atena Dārta Johansone, Rūta Knipše,
Daniela Roberta Ligere, Uliss Valters
Virtmanis