

# ZVEA L D A I N M D

PREESTRINNA

TAFTI



*Jalutada filmis  
ellu ärganuna*

Originaali tiitel:  
Вадим Зеланд  
Тафти жрица. Гуляние живьем в кинокартине  
2018

Kõik õigused käesolevale väljaandele on seadusega kaitstud. Kogu raamatut või ükskõik millist osa sellest ei ole lubatud reprodutseerida, paljundada ega levitada ükskõik millisel viisil või milliseks otstarbeks ilma autoriõiguse valdaja kirjaliku loata.

Tõlkinud Enel Ormus  
Toimetanud Irma Aren  
Korrektuuri lugenud Mari Mets  
Kujundanud Irina Novikova

Фотограф Мария Тайкова, визажист Галина Желенкова  
© ОАО Издательская группа «Весь», 2018  
All rights reserved.

© Tõlge eesti keelde ja eestikeelne väljaanne. Kirjastus ERSEN, 2018.

B10352518  
ISBN 978-9949-82-312-3

Kõik kirjastuse Ersen raamatud ja e-raamatud on saadaval veebipoest  
[www.ersen.ee](http://www.ersen.ee)

# SISUKORD

Preestrinna Tafti .....	3
Sisukord.....	5
Tutvus .....	7
Kaks ekraani .....	11
Jalutuskäik unenäos.....	14
Esimene väljumine tegelikkusesse.....	18
Tähelepanu jälgimine.....	22
Tegelikkust ette määrata .....	26
Kavatsusepatsike .....	30
Kuidas patsikest käsitseda.....	34
Tegutsemise illusioon .....	38
Kuidas löksust välja pääseda.....	43
Programmi uuendamine.....	47
Ümberkujunemine .....	51
Metajõud.....	56
Tegutsemise imiteerimine .....	60
Juuresolek.....	65
Kasu .....	69
Lubamine .....	74
Stsenaarium .....	79
Looja säde.....	83
Jõu käsud.....	88
Järgimine .....	93
Väline Jõud.....	98
Paberinimene .....	103

Kujundi ettemääramine.....	108
Peegliga suhtlemine .....	113
Manipulatsioonid.....	118
Peegelduse etteandmine .....	122
Saatuslik dilemma .....	127
Te olete suurepärased .....	131
Te olete lausa täiuslikud .....	136
Kolme saavutuse meetod.....	141
Te olete geniaalsed .....	146
Imiteerimise tehnika .....	151
Mõttevormid .....	156
Mõttemarkerid .....	160
Ahned püüdjad .....	165
Rahulolu .....	170
Voogudega patsike .....	175
Endiste kehastuste jõud .....	181
Lõpmatus lõpmatuses .....	185
Lõppsõna .....	192
Algoritmid.....	196
Põhiprintsiipide ülevaade .....	208



# TUTVUS

Tere-tere, mu väikesed vördjad ja vördjatarid!

Teie mind ei mäleta. Olen Tafti, tulen teie juurde Ajast. Aeg on igavene ja Igavikust võib tulla kuhu tahes ja millal tahes.

Kolm tuhat aastat tagasi olin preestrinna Isise templis. Kes olen ma nüüd, seda ütlen teile kunagi hiljem. Peaasi on, et tean, kes teie olete. Sedagi ütlen ma teile, kui aeg selleks käes.

***Teie ju ei tea, kes te sellised olete, kas pole?***

Teid on ilmale toodud, kuid „enesekasutusjuhend“ on jäänud kaasa andmata. Ei, muidugi mõista, teid õpetati, et tuleb käsi pesta ja mähkmeid vahetada ... kuid midagi rohkemat te ei tea ei iseendast ega sellest maailmast.

Näiteks näib teile, et teil on oma arvamus. Tegelikult on

see **arvamus teile siirdatud**. Teile näib, et oskate oma tegusid juhtida, kuid tegelikult on palju tähtsam **juhtida mõtteid**. Kas te seda oskate? Ei oska. Olete lihtsalt pisikesed ajudeta idioodid. Nii väga tahaksin teile laksu anda.

Tean, te olete üksildased ja õnnetud, keegi teid ei armasta, kuid mina armastan teid ja ma räägin teile...

Ma räägin teile, kuidas on korraldatud maailm ja mis selles toimub. Räägin, miks te siin olete ja mida peaksite oma eluga peale hakkama. **Te ju ei tea, mida oma eluga peale hakata?** Näete nüüd! Võtke oma pisikesel potil mugavam asend sisse ja kuulake.

Alustame sellest, et tegelikkus pole päris selline, milisena te seda ette kujutate. Ta on mitmekihiline nagu mugulsibul. Teie tunnete vaid kahte kihti: materiaalset tegelikkust, milles te elate, ja unenäguderuumi, mida te igal ööl unes näete.

Unenägude ruum ei ole teie fantaasia, see ruum eksisteerib tegelikult filmilintide arhiivina, kus on hoiul **kõik, mis oli, tuleb ja oleks võinud olla**.

Kui te näete und, vaatate te ühte neist filmilintidest. Selles mõttes on teie unenägu nii illusioon kui ka tegelikkus ühel ajal. Film, mida vaate, on virtuaalne, kuid filmilint on materiaalne.

Tegelikkus on see, **mida kunagi pole olnud ja kunagi ei tule, see on vaid üksainus kord ja nüüdsama**. Tegelikkus eksisteerib

ainult üheainsa hetke nagu kaader filmilindil, mis paigutub ümber möödanikust tulevikku.

Teie elu, täpsemalt teie olemus – hing – paigutub samuti ümber ühest kehastusest teisesse. Kunagi olete te kõik olnud kalad, dinosaurused ja kõikvõimalikud vastikud roomajad. Seda olete ka praegu, ärge arvake, et olete kaugele edasi arenenud. Täiuslikkuseni, näiteks minuni, peate veel väga kaudu roomama.

Oma mineviku kehastusi te ei mäleta, sest iga kehastus on teie hinge eri elu või eri unenägu, kui soovite. Keha olemasolu pole hinge jaoks vajalik. Hing kehas on üks tema eksistentsi vormidest. Keha on omamoodi bioskafander.

Võite küsida: milleks kõiki neid ümberkehastumisi vaja on?

Selline on tegelikkuse ja elu algne omadus: **liikumine ja moondumine**. Kaader liigub filmilindil. Liblikas muneb muna, neist kooruvad tõugud, mis nukkuvad ja lõpuks moonduvad liblikateks.

Oma evolutsiooni praegusel etapil olete tõugud. Väikesed vastikud, kuid sellised te kord juba olete, pole parata. Teiega tuleb vaeva näha.

Kuulake siis. Unenägu ja tegelikkus on ligikaudu üks ja seesama. Elu esimestel aastatel ei teinud te vahet tegelikkuse ja unenäo vahel. Praegu te seda ei mäleta, kuid tollal näis teile, et tolle ja selle maailma vahel pole piiri ega vahet. Hiljem seletasid täiskasvanud teile, et unenägude maailm on kõigest teie fantaasia, see pole ehtne.

Tegelikult on teile sisendatud valeveendumust. Too maailm on samamoodi reaalne nagu seegi, kuid eksisteerib teises ruumis. Uinudes ja ärgates paigutute ühest ruumist teise. Kas see ei pane teid imestama? Ei hirmuta?

Te olete sellega lihtsalt harjunud, kuid uni ja sellele järgnev ärkamine on sama valdkonna kaks külge, nagu on elu ja surm. Elu on uni, surm on ärkamine, mitte vastupidi, mõistate?

Olgu, mu kullakesed, mitte kõik korraga, kõik tulgu järgemööda. On kolm sarnasust ja üks erinevus une ja ärkveloleku vahel. Erinevusest räägin pärastpoole, aga sarnasused on neil järgmised.

**Esiteks.** Nii unes kui ka ärkvel olles te magate. Seepärast olete nii seal kui ka siin abitud. Nii see kui ka teine tegelikult eksisteerib teie tahtest olenemata. Ma õpetan teid ärkama unenäos ja ka ilmsi.

**Teiseks.** Nii seal kui ka siin liigub tegelikkus sarnaselt kaadriga filmilindil, kuid te ei märka seda, sest oskate vaadata vaid endale jalge ette. Oskuse vaadata ette kaotasite hetkel, mil jäite uskuma täiskasvanuid, kes ütlesid, et unenägu pole reaalne.

**Kolmandaks.** Nii seal kui ka siin saab kaadri liikumist juhtida. Teie seda liikumist ei juhi, sest teie tähelepanu on kinnistunud käesolevale kaadriale. Mida see tähendab, saate te varsti teada. Ehkki teada saada ei tähenda veel aru saada, kuid kui mõistate, suudate tegelikkust liigutada.





# KAKS EKRAANI

Niisiis, kullakesed, oleme peatunud kolmel postulaadil.

- ◇ Nii unes kui ka ilmsi te magate.
- ◇ Nii unenägu kui ka tegelikkus on kaadri liikumine.
- ◇ Kaadri liikumist saab juhtida, kuid te ei tee seda.

Te ei juhi ei oma rumalaid unenägusid ega oma haledat elu, esiteks seepärast, et te magate, teiseks seepärast, et te ei tea, et see on võimalik.

Alustame kõige lihtsamast: mis on unenägu. On teil meeles, ma ütlesin, et teid sünnitati siia ilma, kuid *enesekasutusjuhendit* kaasa ei antud? Niisiis, teil on kaks ekraani: seesmine ja väline. Veel on teil ka tähelepanu. See on alati kas sees või väljaspool ja väga harva on see keskel. Seepärast magate te kogu aeg.

Kui viibite oma mõtisklustes, on teie tähelepanu tervenisti suunatud seesmisele ekraanile. Te ei pruugi ümberringi toimuvat tähele panna ja toime automaatselt. Samuti vastupidi, kui teie tähelepanu tegeleb millegi välisega, te unustate enese ja taas võite tegutseda enesele aru andmata.

See ongi uni, instinktiivne seisund, kus teie tähelepanu **on** kas välisel või seesmisel ekraanil. Sellises seisundis olete abitu, te ei kontrolli ennast ega seda, mis teiega toimub.

Selles mõttes pole uni ja unenägu üks ja seesama. **Uni on teie anabioosiga sarnanev seisund. Unenägu on see, mida te unes näete kas unenägude ruumis või tegelikkuse ruumis.**

Tegelikkus ja unenägu on sisuliselt ühesugused. Ka tegelikkust näete te unes. Tegelikkus on unenägu ja unenägu on tegelikkus. Miks, mõistate te peagi.

Nüüd juhis. **Et ärgata unes või ilmsi, tuleb tähelepanu välisest või seesmisest ekraanist tirida ja paigutada see teadvuse keskmesse.**

Seda olete te võimelised tegema väga lihtsalt. Üks sõrmenips nina juures. Kus te just äsja olite? Lendasite kaugel oma unistustes või imetlesite pärani silmi mind, kes ma olen nii suurepärane? Kus oli teie tähelepanu, kummal ekraanil? Ja kus see nüüd on?

Leidke keskpunkt ekraanide vahel. Sellest punktist saate samal ajal jälgida oma mõtteid ja seda, mis teiega toimub. Te võite näha teid ümbritsevat tegelikkust ja ennast selles tege-

likkuses. Miski ei sega teid vaadata samal ajal mõlemat ekraani. **Te oskate seda.**

Keegi pole teile lihtsalt kunagi öelnud, et nii tohib, ja te ise pole kordagi mõelnud, milleks seda vaja on. Täiskasvanud on teid käsutanud: vaata siia, kuula mind, tee, mis ma sulle ütlen. Nii õpetati teid fikseerima tähelepanu välisele ekraanile.

Kui teil siis miski ei õnnestunud, muutusite kurvameelseks ja jäite üksi oma rõõmutute mõtetega sellest, et te olete nii pisike, nii abitu ja õnnetu. Nõnda harjutasite te iseennast seesmise ekraaniga, oma ainsa pelgupaigaga.

Pikkamööda harjus teie tähelepanu kleepuma ühe või teise ekraani külge, peatumata keskel. Lõpuks lakkasite te sootuks tähelepanu juhtimast, sest see ei allu teile, see uimerdab oma tahti. Te vajute pidevalt teadvustamata seisundisse.

Sellises seisundis olete võimetu efektiivselt tegutsema. Teid võidakse petta, solvata, hirmutada, paljaks varastada, isegi teile peksa anda ja teie ei suuda vääriiselt vastata. Te võitlete pidevalt seesmiste kompleksidega, olenete välistest oludest ja tormate edu järele.

Kas teate, kes tormavad edu järele? Hädavaresed. Teie oletegi hädavaresed, sest **teadvusetus seisundis ei ületa teie efektiivsus 5–10%**.

Olgu pealegi, mu armetukesed, kõike saab parandada. Ma räägin teile, kuidas seda teha.



# JALUTUSKÄIK UNENÄOS

Elmises õppetunnis, mu kullakesed, te saite teada, et...

- ◇ **Uni on tähelepanu ekraani vajumise seisund.**
- ◇ **Nii magada kui ka ärkvel olla saab unenäos, aga ka tegelikkuses.**
- ◇ **Selleks et ärgata, tuleb viia tähelepanu teadvuse keskmesse.**

Teadvuse kese on jälgimispunkt, kust te näete, kus on sel hetkel teie tähelepanu ja millega see tegeleb. Samal ajal näete, mis toimub teie ümber ja millega ise tegelete.

Nüüd te ärkate ja küsite endalt: kus ma olen, mida ma

teen, kuhu on kaldunud mu tähelepanu? Sel hetkel te ärkasite ja leidsite end olevana **teadvustatuse** punktis. Siin olen mina ja siin on ümbritsev tegelikkus. Ma annan endale aru. Ma näen ennast ja näen tegelikkust.

See, mu kullakesed, ei ole teile omane seisund. See ilmneb vaid haruharva, välgatustena. Kogu ülejäänud aja olete seesmisel või välisel ekraanil. Nüüd püüdke püsida **teadvustatuse seisundis** kas või tunni ja vaadake, mis saab. See on põnev.

Parem on teha seda kohe hommikul, kui olete hästi välja maganud, tunnete end reipa ja heatujulisena. Halva meeleolu ja enesetunde korral ei maksa proovidagi, miski ei õnnestu.

Niisiis sisenege teadvustatuse punkti, öeldes enesele: **ma näen ennast ja näen tegelikkust**. Seadke enesele kindel suunis: täna jalutan ma unenäos ilmsi. Mingegi jalutama kuhu tahes – kas tööle või kooli – selles **selguse seisundis**.

Suurema efekti saavutamiseks on parem minna sinna, kus teid keegi ei tunne: jalutuskäigule, kaubandus- või meelelahutuskeskusse. Siis on see just vaba jalutuskäik unenäos.

Seepärast, kui olete ühel ekraanidest, ei ole te iseeneses, ei valda iseennast ega olukorda. Vastupidi, mis tahes olukord moondub unenäoks ja valdab teid.

Mis toimub siis, kui te end teadvustate? Te vabanete ja sellest hetkest teie unenägu – kas unes või ilmsi, pole vahet – muutub **teadvustatuks**. Te hoiate end ohjes ja, mis on peamine,