

EESTI OMA *FENG SHUI* MEISTER

Janno

CORBIS/ALL OVER PRESS

Kõige olulisem on õige häälestus!

Seeder:

MILLE TAHA EDU TEGELIKULT JÄÄB?

Janno Seederi sõnul tuleb selleks, et edule häälestuda, esitada endale olulised küsimused: kes ma olen ja mis on edu? Sageli määratleme edukust väliste näitajate põhjal: kuulsus, head peresuhted, raha, tunnustus, eesmärgi saavutamine, positsioon ühiskonnas. Ent kui raha on küllaldaselt ja eesmärk on saavutatud, ei pruugi sa ikka ennast eduka ja õnnelikuna tunda. Mis on edu, selle üle arutleb Eesti oma *feng shui* meister **Janno Seeder**. Kirja pani **Tea Taruste**.

Tuli kord üks Zen-meister teise juurde ja hüüdis juba kaugelt „Tere!“
Teine küsis: „Kes sealt tuleb?“, mille peale esimene jäi seitsmeks aastaks mõttesse.

„Kes ma olen?“ ongi põhjanev küsimus. Nagu ka küsimused „Mis takistab mind edu saavutamast?“ ja „Mis on minu jaoks edukus?“

Nii inimesed kui ettevõtted räägivad eesmärgistatusest. Eesmärk on miski, mis on ees – kas see tähendab, et seni, kuni pole eesmärgini jõutud, pole ka edu?

Kui sa leiad, et sa pole täna edukas ja õnnelik, tuleb küsida, mis seda takistab? See võib olla hirm või mõne teadmise-oskuse puudumine... Me ei uurigi pahatihti oma hirme lähemalt, rääkimata takistuste kõrvaldamisest.

Areng algab vastutuse võtmisest

Enesest teadlikuks saamise eelduseks on vastutuse võtmine. Elmari raadios on saade „Suu puhtaks!“, kuhu helistavad inimesed, kes reeglina ainult siunavad, sarjavad, süüdistavad. Minu jaoks on see märk, et need inimesed ei ole veel saanud vastutusvõimeliselt täiskasvanuks. Kui sa võtad

vastutuse enda elu eest, siis saad ebaedu puhul süüdistava näpu ainult iseenda poole keerata.

Traditsiooniliste ühiskondade siirderiitused valmistasid noorukeid teadlikult ette vastutuse võtmiseks. Siirderiitus on tegelikult ka abiellu astumine ja töölepingu sõlmimine, millest meil on paraku saanud pigem kombetäitmine, millega vastutuse võtmist ei kaasne.

Teadvus olgu hoolas aednik

Analüütiline mõtlemine moodustab inimese arengus vaid tühise osa. Hoopis suurem roll on alateadvusel, mis 24/7 kõike salvestab ning meie valikuid ja käitumist mõjutab.

Põhjuseks, miks meie soovid ei täitu ja eesmärgid teoks ei saa, on koostöö puudumine teadvuse ja alateadvuse vahel. Sa võid saada kursustelt, raamatutest, filmidest suurepäraseid ideid, aga kui alateadvus räägib teist keelt, pole edu loota. Raha teema puhul näiteks võivad takistusena teel ees seista lapsepõlvest pärit tõekspidamised:

Me ei uurigi pahatihti oma hirme lähemalt, rääkimata takistuste kõrvaldamisest.

INDREK SUSI / ÄRIPÄEV



Janno Seeder

raha on räpane; raha tuleb vaid raske tööga; kõik rikkad on kaabakad.

Tõeks saavad ainult need mõtted, mida me võtame tunda ja millesse me usume. Seda nime-tatakse alateadlikuks kompetentsiks. Külluse saavutamiseks tuleb tekitada endas uus suhtumine rahasse: mul on kõi-

ke piisavalt, raha armastab mind ja mina raha, küllus voolab minu poole.

Ning oma suhtumise muutmise kõrval tuleb hakata ka uut moodi käituma. Kui tahad rikkaks saada, käitu nagu rikas inimene. Aga ettevaatust, sa pead täpselt teadma, kuidas see käib. Rikkad lennukilt rahakülvi ei tee. ►

Takistavad vabandused

Vabandused on takistused, mis ei võimalda enesest teadlikuks saada ja edu saavutada.

Dr Wayne W. Dyer on oma raamatus „Jätke vabandused!“ toonud välja 18 põhilist vabandust, mida inimesed kasutavad:

- ▶ see on raske
- ▶ see on riskantne
- ▶ see võtab kaua aega
- ▶ sellest tuleb perekonnadraama
- ▶ ma pole seda väärt
- ▶ see pole mu loomuses
- ▶ ma ei saa seda endale lubada
- ▶ keegi ei aita mind
- ▶ seda pole kunagi varem juhtunud
- ▶ ma pole küllalt tugev
- ▶ ma pole küllalt tark
- ▶ ma olen liiga vana (või liiga noor)
- ▶ see on liiga tähtis
- ▶ mul ei ole energiat
- ▶ asi on mu perekondlikus taustas
- ▶ ma olen liiga hõivatud
- ▶ ma kardan

Kas sa oled piloot või reisija?

See, kas sa oled oma elulennul piloot või reisija, sõltub sellest, kus on sinu kontrollikese. Kui see on sinus eneses, siis tead täpselt, kes sa oled. Sellisel juhul juhid sa oma elu ise ning välised olud ja nende muutumine mõjutab sind vähe. Kui aga kontrollikese on väljas, oled lükata-tõmmata ja sõltud välistest oludest. Edu ja enese teostamisega saab arvestada vaid siis, kui kese on inimese sees.

Esita endale kuus kontrollküsimust ja selgita välja, kus on sinu kese.

1. Kas mulle läheb korda teiste arvamus?

Elu on provokatiivne ja jääb meid kontrollima ka siis, kui me arvame, et juhime oma elu.

2. Kuidas ma suhtun (konstruktiivsesse) kriitikasse? Tihti peale reageerime kriitika valuliselt ja kaotame tasakaalu.

3. Kelle jaoks sa ennast sätid? Alateadvus ütleb, et kui ma meeldin teistele, meeldin ka endale.

4. Kui oluline on minu jaoks staatus?

Amet ja positsioon kui inimese määratlus on ühiskondlik tellimus. Kas sul on asendusidentiteet, kui sa oma positsiooni kaotad?

6. Kas ma satun tihti vaidlustesse? Vaidlus on emotsionaalne tegevus, millega kaasneb teiste süüdistamine, mitte ärakuulamine. Kui su kese on sinu enda sees, siis saad aru, et sul on unikaalne maailmavaade ja teistel oma. Seega pole millegi üle vaielda, küll aga võib arutleda.



AED ON HARIDA MUL! Zen-aed Kyotos Jaapanis.

► Usaldus tingimuste esitamise asemel

Põhjus, miks inimesed ei suuda ihaldatud edu oma ellu tuua, on see, et alustatakse valest otsast. Tavapärane skeem on selline:

Kui tahad rikkaks saada, käitu nagu rikas inimene. Aga ettevaatust, sa pead täpselt teadma, kuidas see käib. Rikkad lennukilt rahakülvi ei tee.

omada-teha-olla. Kõigepealt on mul vaja raha, siis ma saan teha firma ja siis olen õnnelik. Töönarkomaani mudel – teha-omada-olla – on selle üks variatsioon. Tegemist on tingimusliku õnne valemiga. Neid skeeme kasutades lükkad oma edu ja õnne kuhugi edasi ja paned selle sõltuvusse tingimustest, mis ei pruugi kunagi täituda.

See skeem on vaja ümber pöörata. Olla-teha-omada – see lähenemine eeldab, et inimene näeb iseennast kui allikat ja ei ole pelgalt vastuvõtja. Ole see, kes sa oled, käitu vastavalt ja sa saad kõike, mida sa vajad. Selle kohta öeldakse: muuda ennast ja maailm muutub! Hakka iseendaks, usalda elu ja usu, et saad, mida tahad! Iseendaks hakkamine ei ole midagi muud kui vastutuse võtmise küsimus.

Samas jäävad paljud, kes on eesmärgi paika pannud ja loonud visiooni tuleviku

eduolukorrast, teostamisel hätta, sest ei oska eristada eesmärgi ja vahendeid.

Korraldame koos abikaasa **Siretiga** juba aastaid Hiina reise. Aeg-ajalt pöördub

meie poole mõni inimene, kes tahaks väga tulla, aga ütleb, et ei saa seda endale lubada. Kuid Hiina reis on ju eesmärk – raha on vahend. Mõtlemisviis on teine: eesmärk ja vahendid on eri asjad, inimene võib liikuda kas eesmärgi või vahendite poole.

Õpetan ikka, et keskendu eesmärgile ja vahendid tulevad siis ise. Inimene ei suuda enamasti parimaid lahendusi oma mõistusega välja mõelda. Hüppa ja võrk ilmub su ette! Muidugi, see nõuab julgust elada ja ülimat usaldust endavastu, mis tuleb muuseas ka praktiseerimise kaudu.

Feng shui d peetakse vahel ekslikult õpetuseks, mis tegeleb mööbli ümberpaigutamise ja nipsasjakeste asetamisega riulile. *Feng shui* kui elufilosofia ja energiaõpetus on üks meetod oma elu korrastada. **D**