



SUTTAÕPPE KURSUS

MIDA BUDDHA TEGELIKULT ÕPETAS?

1. DHAMMA JA TEOSTUS

Õppematerjal. Sissejuhatav loeng.

Ṭhitaṅāṇo bhikkhu

“Kes elab dhamma järgi, seda kaitseb dhamma.”¹

Buddha oli Indias 2600 aastat tagasi elanud õpetaja, kes virgus ja andis sellekohase kogemuspõhise tarkuse edasi kõikide elusolendite hüvanguks, kes suudavad seda mõista ja teostada. Kuigi Buddha õpetuse järgijad on jagunenud kahe ja poole tuhande aasta vältel paljudeks koolkondadeks, on jäänud ja jääb ka tulevikus autentne buddhadhamma muutumatuks.

Tänaeni on säilinud kolm suuremat koolkonda:

1. **theravaada** ehk vanemate õpetus, mis on Buddha enda loodud sangha otsesim järglane;
2. **mahajaana** ehk suursõiduk mis tekkis u 500 aastat peale Buddha (pB);
3. **vadžrajaana** ehk teemantsõiduk, mis tekkis umbes 750 aastat pB.

Kõige autentsem Buddha dhammat sisaldav kogumik on kahtlemata theravaada koolkonna paalikeelne “Tipiṭaka”, mistõttu põhineb käesolev kursus seal toodud originaalõpetustel ehk suttadel.

¹ “dhammo have rakikhati dhammacāriṇi.” — Dhammikatheragāthā Thag 4.10.



MILLEKS ÕPPIDA DHAMMAT?

Kasututest sõnadest koosnevast tuhandest värsist on parem üks värs, mida kuuldes rahuned. (Dhp 101)

Erinevatel inimestel võib olla dhamma õppimiseks erinev motivatsioon. Õpingute ja õpitu teostamise käigus võib motivatsioon muutuda, peegeldades indiviidi mõistmise arengut ja sügavust. Buddha on rõhutanud just õige dhamma (*sammādhamma*) õppimise olulisust ning kinnitanud Āṇi-sutta's (SN 20.7), et selleks peaksid mungad järgima vaid tema, Tathaagata (*tathāgata*, Buddha epiteet) antud õpetusi. Ka on Buddha kinnitanud selles suttas, et tulevikus hakkavad osad mungad järgima teiste õpetajate (laamade, tantristide jt), kirjanike ning filosoofide (nagu nt Nāgārjuna jt) tekste, mis ongi otseseks õige dhamma kadumise põhjuseks.

Dhamma õppimise motiivid võivad olla alljärgnevad:

- Materiaalse kasu saavutamine – osad inimesed kasutavad dhammat sissetuleku teenimise eesmärgil, seda kas sõna või kirja teel edasi andes ja selle eest tasu küsides. Selline motivatsioon on oskamatu.
- Õige dhamma õppimine ja selle igapäevaellu integreerimine – sel moel tegutsemine rajaneb oskuslikul mõtlemisel ning toob kasu nii teostajale endale, teistele inimestele kui kõikidele elusolenditele.
- Õige dhamma õppimise ja teostamise teel saadud kogemuspõhiste teadmiste edasiõpetamine – see on oskuslik ja kõrgeim motivatsioon, mis juhib teostaja aaria teele.

Kommentaariumite kohaselt (pariyatti-paṭibhānavant ja paṭivedha-paṭibhānavant; SnA 111; DA I.21, jt) kätkeb dhamma omandamine **õppimise ja teostamise kolme etappi**, milleks on:

1. õppimine (*pariyatti*);
2. teostamine [praktika] (*paṭipatti*);
3. läbistamine [realiseerimine] (*paṭivedha*).

Sellist jaotust pole Buddha ise otseselt andnud, kuid sarnane põhimõte esineb paljudes suttades, nt Sallekha-sutta (MN 8) jt.



Buddha eristas Sangīti-sutta's (DN 33.43) kolme tarkuse omandamise kolme tasandit (sama Visuddhimagga, XIV.14), milleks on:

1. **Kuulmise teel saadud teadmine** (*sutamaya paññā*) on teadmine, mis tuleneb tuttade kuulmisest, autentse dhamma lugemisest või kellegi teise, nt thera ehk vanembhikkhu selgitustest.
2. **Mõtlemise teel saadud teadmine** (*cintāmaya paññā*) on ratsionaalsel, loogilisel mõtlemisel ja/või sihikindlal analüüsil põhinev sügavam teadmine, mille tõele vastavust kinnitab igapäevaelu ja mida ka targad (haritlased, teadlased) aktsepteerivad (=uskumus, hoiak, väärtushinnang = vaate osa).
3. **Arendamise teel saavutatud teadmine** (*bhāvanāmaya paññā*) on sügavaim teadmine, milleni jõutakse teadvuse (*citta*) arendamise teel, st aktiivse ja järjekindla rahulikkuse arendamise (*samatha bhāvanā*) ja läbinägemise arendamise (*vipassanā bhāvanā*) kaudu. Kui mingi keskendumisobjekti arendamise läbi saavutatud tarkus on meeles esile kerkinud, saab see automaatselt inimese mõtlemise ja käitumise loomulikuks osaks. Selline taipamispõhine teadmine võimaldab näha vahetult olemasolu olemust, ehk seda, kuidas asjad tõeliselt on (*yathā-bhūta*).

MAINE JA MAIST ÜLETAV TEADMINE

Mahācattārīsaka-sutta (MN 117) kohaselt võib aaria(liku) kaheksaosalise teega seotud vaade (nagu ka teadmine/tarkus *paññā*) olla kas:

1. **maine** (*lokiya*) või
2. **maist ületav** (*lokuttara*).

Maine teadmine saab

- olla kas (1) oskamatu või (2) oskuslik
- (1) esineda koos tulvadega, (2) olla seotud pälvimuste omandamisega ja (3) viljade saamisega.

Maist ületavat õiget vaadet iseloomustavad aarialik ja tulvadest vaba teadvus



(*ariyacittassa anāsavacittassa*), aariatee teguri (*sotāpanna, sakadāgāmi, anāgāmi, arahant*) olemasolu, tarkusevõime (*paññindriya*, ehk taipamissuutlikkus ehk -võimekus), tarkusejõud (*paññābala*) ja dhamma analüüs virgumistegurite seisukohast (*dhammavicayasambojjhaṅgo*) (Ṭhitañāṇo: 54).

Õpitan saab muutuda vaid siis "osaks meist", kui see on igakülgnes sisemises ja välises kooskõlas kõikide meie mõtete, tegude ja sõnadega.

Brahmajāla-sutta (DN 1) ja Sāmaññaphala-sutta (DN 2) toovad ära munga jaoks **loomaliku (madala) vale eluviisi** loetelu (= oskamatu ilmalik teadmine), milleks on igasugune pseudoteadusega tegelemine, nagu

- 1) tähtede, sümbolite, unenägude, kehamärkide, hiirte näritud riidetüki, riisiterade (nagu ka kohvipaksu) vms põhjal ennustamine, 2) loomade käitumise tõlgendamine, 3) kalliskivide, kariloomade vm kauba hindamine, 4) armee liikumise prognoosimine, 5) planeetide liikumise või taevas toimivate ebatavaliste nähtuste (välg, langev täht jms) põhjal prohvetlik ennustamine, 6) ilma ennustamine, 7) saagikuse ennustamine, 8) arvepidamisega tegelemine, 9) luuletamine, 10) filosoferimine, 11) abielude sõlmimine ja lahutamine, 12) investeringu nõustamine, 13) õnnetoovate amulettide valmistamine ja müümine, neist kütkestumine, 14) musta maagiaga tegelemine, sh loitsimine, manamine jms, 15) jumalate kummardamine, 16) ehitusplatside pühitsemine, 17) rituaalsete kümbluste läbiviimine, 18) meditsiinilise ravi osutamine².

Vinaja ja suttade kohaselt (nt Asibandhakaputta-sutta SN 42.6. jt) tähendab munkade ja nunnade jaoks õige eluviis hoidumist kõikidest tegevustest, mis hägustavad arusaamist kamma toimimise seaduspärast või on vastuolus dhamma ja vinajaga, nagu näiteks:

- saatusesse või kamma vilju "kustutada" suutvatesse müstilisse rituaalidesse (sh mantrate lugemine, palvetamine, ohverdamine jms) uskumine ja uskumisele õhutamine;
- materiaalsete asjade (reliikviad, amuletid, kivid, kristallid jms) maagilisse jõusse uskumine ja uskumisele õhutamine;
- jumalatesse ja nähtamatutesse kaitseinglitesse uskumine ja uskumisele õhutamine jms. Paritta Jalanandana kohaselt hülgab õigel virgumise teel käija

² Budismis tuntud sinine meditsiinibuddha jt väljamõeldud isikud ning neile omistatavad või nendega seotud õpetused (mantaravi jms) on hilisema päritoluga, ning on autentse Gotama Buddha õpetusega vastuolus.



kõik jantrad ja mantrad (yantra mantra haraṅkatavā), kuna virgumisele ei vii mitte hinduismist pärit praktikad, vaid ainult Buddha antud kaheksaosaline tee.

Maist ületav (*lokuttara*) ehk aarialik teadmine on ilmalikust loobunud, tulvadest vaba, ja seotud tee teguriga, milleks on

1. vooguastunu tee (*sotāpannamagga*),
2. ükskordnaasja tee (*sakadāgāmimagga*),
3. mittenaasja tee (*anāgāmimagga*) ja
4. arahandi tee (*arahantamagga*).

Õiged teadmised ei kahjusta ühtegi elusolendit, sealhulgas ka iseennast, on laitmatud ning austuse väärilised ning virgumist soodustavad.

Oluline on ka see, et teadmised, mida me õpime ja jagame kui Buddha õpetust, oleksid tõesti Buddha sõnad (*buddhavacana*).

Dhamma võltsimine viib õige dhamma kadumiseni. Kui Õige dhamma vormi [võltsimise] suttas (Saddhammapparitirūpaka-sutta SN 16.13) küsib Auväärne Mahakassapa Buddhalt põhjust, miks varem, kui oli vähem treeningreegleid (*sikkhā-padāni*), saavutas rohkem bhikkhusid lõplikud teadmised (*aññāya*) ehk virgumise, ja nüüd, kui on rohkem treeningreegleid, saavutab vähem bhikkhusid teadmise, selgitab Buddha, et selle põhjuseks on olendite allakäik ja õige dhamma võltsimine, mis viib õige dhamma kadumiseni. Ta õpetas, et tulevikus, kui olendid olendid käivad alla ja tõeline dhamma kaob, on küll rohkem treeningreegleid³, kuid vähem bhikkhusid saavutavad lõplikud teadmised.

Buddha kinnitas, et **tõelise dhamma kadumist ei põhjusta maa-, vee-, tule- ega tuule-element, vaid arutud/tühised isikud (mogha-purisā), kes põhjustavad maailmas tõelise dhamma võltsimist.** Tõeline dhamma ei kao Buddha selgituste kohaselt ühekorraga nagu uppuv laev, vaid järk-järgult. Tõelise dhamma 5 allakäigu põhjust (*okkamaniyā dhammā*) on bhikkhud, nunnad, ilmikutest mees- ja naisjärgijad (*bhikkhū bhikkhuniyo upāsakā upāsikāyo*), kes elavad ilma austuse ja aupaklikkuseta (1) õpetaja (*satthā*), (2) õige dhamma, (3) sangha, (4) väljaõppe (*sikkhā*) ja (5) keskendumine (*samādhi*) suhtes.

³ Kui theravaada on säilitanud Vinajas antud treeningreeglite arvu, siis mahajaanas on Vinaja reeglite arvu suurendatud.



Kuna Buddha on kinnitanud, et on ülim tarkuses, ületamatu inimeste suunaja ning võrreldamatu õpetaja⁴ ning tema antud õpetus on ajatu ja täiuslik – hästi selgitatud/ kuulutatud (svākkhāto bhagavatā dhammo), siin ja praegu nähtav (sanditṭhika), edasiviiv (opaneyyiko) ning avastama kutsuv (ehipassika), mida peab mõistma iga tark ise (paccattaṃ veditabbo viññūhī) –⁵, siis ei ole vaja ega ole ka võimalik tema poolt antud dhammale midagi lisada. Kõike, mis on virgumiseks vajalik, on Buddha õpetanud. Samuti on theravaada seisukohal, et Virgunu õpetust ei ole mittevirgunul (st bodhisattal, mitte-buddhal või mitte-arahandil) mitte kuidagi võimalik “kaasajastada” ega “arendada”. Kuna aga virgumisõpetuse teostamisel on esimeseks sammuks nelja tõe suhtes õige vaate ja sellele vastava õige mõtlemise väljakujundamine, siis on loomulik, et teiste kultuuride, õpetuste ning usundite segunemise segaduses kohtab ka rohkelt õige dhamma väärtõlgendusi, uusi filosoofilisi ideid ja spekulatsioone, “edasiarendusi” ja “moderniseerimist”.

Buddha on öelnud, et mitte Virgunu ei vaidle maailmaga, vaid maailm vaidleb Virgunuga.⁶ Seni, kuni meeles esinevad ahnus, viha, pettekujutus ja mitteteadmised, iha saada tuntuks jt meeleplekid ning valed vaated (micchā-ditṭhi), esineb ka Buddha õpetuse vääriti mõistmist ning sellest tulenevalt vääriti järgimist. Inimelu on harva saavutatav ja lühike, mistõttu oleks kurb raisata see ära mitteõige dhamma õppimisele ja järgimisele. Kuna inimelu on aga harva saavutatav⁷ ja lühike, ning vaid vähesed jõuavad õige õpetuse juurde, siis oleks kurb raisata see ülim võimalus ära mitteõige dhamma õppimisele ja järgimisele. Just seetõttu rõhutas Buddha bhikkhudele, et nood õpiksid ja teostaksid vaid tema antud dhammat ja ei järgiks ühtegi teist õpetajat ega muud õpetust.⁸

Pikk kogumik (Dīghanikāya) ennustab ka järgmise bodhisatta, **Metteyya** - tuleviku Buddha tulekut, kes tuleb ja süütab taas õige dhamma-lambi peale seda kui inimkond on laskunud pimedusse. Āṇi-suttas (SN 20.7) kinnitab Buddha, et tema antud dhamma kaob tänu neile munkadele, kes ei õpeta mitte seda, mida Buddha ise rääkis, vaid

⁴ “itipi so bhagavā araham sammāsambuddho vijjācaraṇasampanno sugato lokavidū anuttaro purisadammasārathi satthā devamanussānaṃ buddho bhagavā ti.” Samasugust vormelit sisaldavad mitmed suttad, sh Sekha-sutta MN 53, Paṭhamavibhaṅga-sutta SN 48.9, Brahmācariyogadha-sutta SN 55.2; Nivesaka-sutta AN 3.75; Akkhaṇa-sutta AN 8.29; Vitthata-sutta AN 5.2 jpt.

⁵ Mahāparinibbāna-sutta DN 16, Uposatha-sutta AN 3.70 jpt. Vt DV III, pt Dhamma meelepidamise arendamine (dhammānussati bhāvanā).

⁶ “nāhaṃ, bhikkhave, lokena vivadāmi, loko va mayā vivadati.” — Puppha-sutta SN 22.94.

⁷ Dutiyachiggala-sutta SN 56.48.

⁸ Āṇi-sutta SN 20.7 jt.



järgivad oma koolkonna õpetajaid ja nende tekste, pidades dhammaks seda, mida see pole, ehk - Buddha enda sõnadega - mida Tathāgata pole õpetanud.

Kuigi intellektuaalne teadmine võib kätkeada mõningaid eeliseid, on see mentaalse muutuse seisukohast praktikasse panemata kasutu, mõnel juhul isegi kahjulik. NLP taustaoletus ütleb, et "Kaart ei ole territoorium, menüü ei ole praad" (NLP väljaõppemanuaal, A. Kahn, 2009). Kuni teadmised pole ühendatud reaalse kogemusega, ei suuda need esile tuua sügavamat taipamust. Iseenesest ei tähenda see, et kaarti polegi vaja, vaid see tähendab, et kaarti on vaja uurida ja see selgeks õppida, kuid sealt edasi tuleb minna loodusesse, et saada reaalne kogemus sellest, mida on kaardil kujutatud.

USK JA TAIPAMISPÕHINE TARKUS

Palju ka ei retsiteeriks pühakirju
hooletu mees [kes] ei käitu nende kohaselt,
nagu lehmakarjus, [kes] loendab teiste [lehmi]
– tema osa ei ole erakuelu.⁹

Dhamma puhul peavad usk (*saddhā*) ja tarkus (*paññā*) olema tasakaalus.

Liigne usk ja usaldus ning ebapiisav mõistmine võivad päädida dogmaatilise kitsarinnalisuse ja nii enda kui teiste vastu suunatud vägivaldaga. Piiratud arukus koos fanaatilise usuga on korduvalt inimajaloos juhtinud suured inimgrupid äärmuslikku vägivalda (ristisõjad, rahvus-viha ning rasside hävitamine, jms). Uskumus "mul on õigus, sul on ei ole õigus" on ahnuse, viha ja/või pettekujutluse (*lobha, dosa, moha*) vili, mille tagajärjeks saab olla vaid dukkha suurenemine nii indiviidi kui ühiskonna tasandil.

Väga põhjalikud teadmised mingis vallas, kuid sellesse usu puudumine võivad päädida pealiskaudse intellektuaaliseerimise, manipuleerimise ja küünilisusega – seda isegi maailmatasemel. Mingil teemal intellektuaalne teoretiseerimine ilma sellesse ise uskumata ei aita mõista olemasolu nii nagu see tõeliselt on (*yathā-bhūta*).

Kītāgiri sutta (MN 70) kohaselt saab vooguastunuks saab vaid see, kes on välja

⁹ "bahum pi ce sahitaṃ bhāsamāno
na takkaro hoti naro pamatto
gopo va gāvo gaṇayaṃ paresaṃ
na bhāgavā sāmāññaṃ hoti. — KN Dhṃ 19



arendanud **viis kontrollivõimet** (*pañcindriyāni*), milleks on (1) usk (*saddhā*), (2) energia (*viriya*), (3) teadlikkus (*sati*), (4) keskendatus (*samādhi*) ja (5) taipamispõhine tarkus (*pañña*). Seega pole virgumine ilma aruka usuta võimalik. Samas suttas tuuakse välja, et Buddha õpetuse järgija võib olla kas:

- **dhamma järgija** (*dhammānusārī*) – see, kes aktsepteerib sobival määral Tathaagata poolt kuulutatud õpetust (*mattaso nijjhānaṃ khamanti*), või
- **usaldav järgija** (*saddhānusārī*) – see, kel on Tathaagata suhtes piisavalt usku ja armastust (*saddhā-mattaṃ ... pema-mattaṃ*).

Buddha õpetuses sisalduva usu (*saddhā*) tähendus erineb oluliselt usu tähendusest religioonides. Kosambi-sutta (SN 12.68) kohaselt peab usk kujunema välja taipamisel põhinevast tarkusest, mis sünnib dhamma teostamisest tuleneva nägemise ja kogemise teel. Caṅkī-sutta's (MN 95) võrdleb Buddha pimedat usku ühest nööriest kinni hoides edasi liikuvate pimedate meestega, kes järgnevad mehele, kes on samuti pime.

Usu küsimus tekib siis, kui pole nägemist – ja seda igas mõttes. Kui näiteks küsida, kas suletud peos on peidus kalliskivi, tuleb mängu usk, kuna kalliskivi pole näha. Aga kui peopesa avades ilmub kalliskivi nähtavale, tekib nägemisel põhinev kindel teadmine.

Usk dhamma kontekstis võib olla kas (1) **juuretu ehk alusetu usk** (*amūlaka-saddhā*) või (2) **arukas usk** (*aveccappa-sāda*), põhjendatud, nägemisel põhinev (*ākāravatisaddhā*).

Virgumisõpetus kutsub igaüht ise vaatama ja nägema (*ehi-passika*), mitte pimesi uskuma.

Pimesi usu järgimine tähendab ilma kindlat teadmist omamata millegi/kellegi jäljendamist, imetlemist, matkimist ehk imiteerimist. Kuni tarkus pole kooskõlas kogemuspõhise (nägemisel baseeruva) usaldava usuga, ei saa see tuua kaasa taipamust.

Pime usk võib esineda ka jumaldamise või imetlemise näol. Kui Vakkali-sutta's (SN 22.87) tahtis Buddha jünger Vakkali järgned Buddhale kõikjale, kuhu too läks, lausus Buddha:

“Aitab, Vakkali; mida sa selles vanas kehas näed? See, kes, Vakkali, näeb dhammat, näeb mind; kes näeb mind, näeb dhammat”.

“alam, vakkali, kiṃ te iminā pūtikāyena diṭṭhena? yo kho, vakkali, dhammaṃ passaṭi so maṃ passaṭi; yo maṃ passaṭi so dhammaṃ passaṭi”.



UURIMUS

Chicago Ülikooli neuroteadlase Jean Decety uurimus võttis vaatluse alla kõikjalt maailmast pärit üle 1000 lapse, kes olid kasvatatud kristlikus, islamistlikus ja ateistlikus vaimus. Selgus, et usklikus peres kasvanud lapsed

- 1) pooldavad karmimaid karistusi,
- 2) ei ole oma asjade jagamisel väga lahked ja
- 3) kipuvad teisi karmimalt hindama.

Omakasupüüdmatus ja õeluse taseme välja selgitamiseks tehti 5-12 aastaste laste seas kaks eksperimenti. Kui esimeses katses anti kõikidele lastele 30 klepsu ja paluti need jagada teiste lastega, siis selgus, et kõige lahkemad olid ateistlikust peredest lapsed.

Teises katses näidati lastele filme, kus üks inimene lükkas teist ja sai selle eest hiljem karistada. Lastel paluti hinnata, kui õel see tegu nende arust oli ja kui õiglaseks nad selle teo eest saadus karistust pidasid.

Selgus, et moslemite lapsed pidasid nähtud tegusid õelamaks ja pooldasid karmimaid karistusi. Kristlased pidasid samuti teise tõukamist vääraks kui ateistid, kuid nende arusaam karistuse õiglusest jäi moslemite lastega ühele tasemele. Kuigi uuringus osalenud usklikud vanemad olid kindlad, et nende lapsed on ateistide lastest altruistlikumad, tõestas uuring vastupidist. Uuring kinnitas, et:

1. Usu mõjul kujuneb lastel jäigem arusaam sellest, mis on õige ja vale.
2. Arusaam sellest, mis on õige ja vale mõjutab laste hinnangut erinevate olukordade lahendamisel, mis võib olla vähem eetiline.¹⁰

¹⁰ Jean Decety, Jason M. Cowell, Kang Lee etc. The Negative Association between Religiousness and Children's Altruism across the World. *Current Biology*, "[https://www.cell.com/current-biology/abstract/S0960-9822\(15\)01167-7](https://www.cell.com/current-biology/abstract/S0960-9822(15)01167-7); [https://www.cell.com/current-biology/fulltext/S0960-9822\(15\)01167-7?_returnURL=https%3A%2F%2Flinkinghub.elsevier.com%2Fretrieve%2Fpii%2FS0960982215011677%3Fshowall%3Dtrue](https://www.cell.com/current-biology/fulltext/S0960-9822(15)01167-7?_returnURL=https%3A%2F%2Flinkinghub.elsevier.com%2Fretrieve%2Fpii%2FS0960982215011677%3Fshowall%3Dtrue)



Caṅkī Sutta's (MN 95), räägib Buddha braahmaniga, kes viitab tema käes olevatele pühakirjadele ja ütleb: "Ainult see on tõsi, kõik muu on vale." Kui ta küsib Buddha arvamust selle õpetuse kohta, vastab Buddha Bhāradvāja'le, et on **viis asja, mis võivad esineda kahel moel**: (1) usk (*saddhā*), (2) heakskiit (*ruci*), (3) suuline traditsioon (*anussava*), (4) põhjuste/tingimuste/seisundite uurimine/analüüs (*ākāra-parivittakko*) ja (5) spekulatiivsete vaadete vaimustus (*ditṭhinijjhānakkhanti*). Need võivad olla (1) nii tühjad, õõnsad ja valed, või (2) faktilised, tõesed ja eksimatud. Sestap pole targale ja tõde leida soovival mehele kohane järeldada, et "Ainult see on tõsi, kõik muu on vale." Kui inimesel on usk, siis ta ütleb, et "see on minu usk(umus)", kuid ei järelda, et "ainult see on tõsi, kõik muu on vale" – vaid nii on võimalk luua mõistmist säilitada tõde.

Usk ega uskumus pole sama mis õige teadmine ja taipamispõhine tarkus. Dhamma kontekstis esinev usk baseerub Tathaagata antud dhammal, sellega kooskõlas olevatel usaldusväärsel juhistel, seda kinnitaval isiklikul kogemusel ja tegelikkusele vastavusel ning keskendumisega saavutatud kogemuspõhisel tarkusel.

Dhamma õppimine eeldab kriitilist mõtlemist. Kesamutti-sutta's [Kālāma-sutta] (AN 3.65) loetleb Buddha Kālāma rahvale 10 infoallikat, mille suhtes peaks olema kahtlev ning mida peaks kriitiliselt analüüsima. Ta õpetab: ära järgi

1. **ei suulist traditsiooni/legendi** (mā anussavena) [mā – keelav eessõna: mitte, ära + anussava – kuulmine, ettekanne, suuline traditsioon];
2. **ei õpetusliini** (mā paramparāya) [paramparāya = paraṃ – "pärast teist" = järjestus, järgnevus, seeria, liin];
3. **ei kuulujuttu** (mā itikirāya) [itikirā – kuuludus, kuulujutt];
4. **ei autoriteetses pühakirjakogus toodut** (mā piṭakasampadānena) [piṭaka - korv, õpetus; sampadāna - üleandmine, juhtum, varustamine, valmistamine (tegevussuunda ette näitav)];
5. **ei loogikal põhinevat** – (mā takkahetu) [takka – kahtlus; kaheldav vaade; arutlus, argumentatsioon; loogika (või-piim) + hetu – põhjus, tingimus, alus];
6. **ei loogilisel järeldusel põhinevat** [mā naya – juhtiv; meetod, plaan; järeldus, (grammatikas) tähendus; käitumine + hetu – põhjus, tingimus, alus];
7. **ei [kindlal moel/viisil] põhjendatud järeldust** (mā ākāraparivittakkena)



[ākāra – sel viisil/moel/põhjusel; tingimus; tasand + parivitakka – refleksioon, mõtlemine, mõtlustamine, kaalutlemine];

8. **ei headmeelt valmistavat spekulatiivset vaadet** (mā diṭṭhinijjhānakkhantiyā) [diṭṭhi – (vale, spekulatiivne) vaade + nijjhānakkhantiyā – (ni-jhāna) – mõistmine, insait-arusaam, taipamus, taju, arusaamine; rōõm, heameel, nauding; kahjutuli + khanti – kannatlikkus, andestus; sallivus; soov] – st sobilikku, minu vaatega kooskõlas olevat ja headmeelt valmistavat spekulatsiooni;
9. **ei sobilikku väljanägemist** (mā bhabbarūpatāya –) [bhabba – võimeline, sobiv; võimalik + rūpatā – vormiline; vormi omama; mateeria ilmnemine; vastavus, kooskõla, ühtivus];
10. **ei erkrändurit ega õpetajat/austatud isikut** (mā samaṇo no garū'ti) [samaṇa – (enamasti mittebudistlik) rändur, erak + no – kinnitav: tõepoolest, just, nüüd; eitav ja vastandav abisõna: mitte, ei, ega, aga mitte, tõepoolest mitte, kuid mitte, mitte üldsegi + garu – raske; oluline, lugupeetud, austatud, aupaklik; austatud isik, õpetaja].

“Kui te, Kaalaamaalased, ise teate:

see dhamma on oskamatu,
see dhamma on laiduväärne,
see dhamma on tarkade poolt laidetud
see dhamma omaksvõetuna ja
ellurakendatuna on
mittekasulik ja kannatusi põhjustav
– siis te, kaalaamaalased, peaksite
sellest loobuma.”

“yadā tumhe kālāmā attanāva
jāneyyātha:

ime dhammā akusalā,
ime dhammā sāvajjā,
ime dhammā viññugarahitā,
ime dhammā samattā samādinna
ahitāya dukkhāya saṃvattanti'ti,
atha tumhe, kālāmā, pajaheyyāthā'ti...”



“Kui te, Kaalaamaalased, ise teate:

see dhamma on oskuslik,

see dhamma on mittelaiduväärne,

see dhamma on tarkade poolt ülistatud

see dhamma omaksvõetuna ja
ellurakendatuna

on kasulik ja õnne põhjustav

– siis te, kaalaamaalased, peaksite seda
järgima.”

“yadā tumhe, kālāmā, attanāva
jāneyyātha:

ime dhammā kusalā,

ime dhammā anavajjā,

ime dhammā viññuppasatthā,

ime dhammā samattā samādinñā

hitāya sukhāya saṃvattantī’ti,

atha tumhe, kālāmā, upasampajja
vihareyyātha.”

Kuna Buddha õpetuse puhul pole tegemist tõestamatu ususüsteemiga, mis tunnistaks kõrgema jumala olemasolu, kes on kõige looja, omab inimeste üle võimu ja määrab saatuse, kellele tuleb kuuletuda, keda tuleb kummardada ja teenida või kel on ainuvõim päästa inimesed igavesest põrgutulest, ei saa Buddha õpetust otseselt usundiks nimetada. Buddha antud virgumisõpetuse tuuma võtab lühidalt kokku järgnev “Dhammapada” värss (mis on ka *Ovādapāṭimokkha* neli esimest rida):

“Kõiksugu kurja mittetegemine,
oskusliku omandamine,
oma meele puhastamine –
see on buddhade õpetus.”

“sabbapāpassa akaraṇaṃ,
kusalassa upasampadā,
sacittapariyodapanāṃ,
etaṃ buddhāna sāsaṇaṃ.”

Kas sellist avaldust võib pidada doktriiniks, religiooniks, filosoofiaks või hoopis millekski enamaks, jäägu igaühe enda otsustada. Nii nagu lille lõhn jääb samaks, sõltumata sellest, kuidas me seda nimetame, jääb ka Buddha dhamma samaks, sõltumata sellest, kuidas üks või teine inimene seda nimetab (Ṭhitañāṇo: 30–31).

Usk Buddha õpetuses tähendab usalduspõhist seisukohta,
mis on sündinud usaldusväärsest ja faktilisest teadmisesest,
arenenud vaatluse ja analüüsi teel
ning leidnud kinnitust vahetu kogemuse kaudu



SOBILIK TÄHELEPANU

Mahāvedalla-sutta's (MN 43) on toodud, et õige vaade (*sammā-dit̥ṭhi*) sellest, kuidas asjad tõeliselt on (*yathā-bhūta*), tuleneb kahest tingimusest:

1. teise arvamusest (*parato ca ghoso*) ja
2. enda tähelepanu sobilikust, igakülgsest ja sihipärasest suunamist/kinnitamist (*yoniso ca manasikāro*) objektile, mis edendab rahulikkust (*samatha*) ja läbinägemist (*vipassanā*).

Sobiliku tähelepanu pööramine hõlmab nii nähtavaid osi kui ka nende taga olevaid, sügavamaid aspekte.

Samyutta Nikāya's, Magga Samyutta (SN 45) osas on toodud, et nii, nagu koit eelneb päikese tõusule, nii määrab teatud omaduste esilekerkimine (uppādāya) aarialiku kaheksaosalise tee puhul õige vaate, mille osadeks on:

1. hüveline sõber (*kalyāṇa-mittatā*) (Kalyānamitta-sutta, SN 45.49);
2. kõlbeline saavutus (*sīla-sampanna*), (Sīlasampadādisuttapañcaka, SN 45.50);
3. (oskuslik) soov (saavutada) (*chanda*), (Dutiyasīlasampadādisuttapañcaka, SN 45.58);
4. minasaavutus (*atta-sampadā*) ehk mina-illusiooni lakkamine (Dutiyasīlasampadādisuttapañcaka, SN 45.59);
5. vaatesaavutus (*dit̥ṭhi-sampadā*) (Dutiyasīlasampadādisuttapañcaka SN 45.60);
6. valvsusesaavutus (*appamāda-sampadā*) (Dutiyasīlasampadādisuttapañcaka, SN 45.61);
7. aruka tähelepanu saavutus (*yonisomanasikāra-sampadā*) (Dutiyayonisomanasikārasampadāsutta SN 45.62) sh arusaam, kuidas/miks olendid, asjad ja nähtused olemasollu sünnivad.

Õige vaate väljaarendamiseks tuleb harjutada õige keskendumise teel kire, viha ja pettekujutluse lõpplikku kaotamist ("... sammāsamādhiṃ bhāveti rāgavinayapariyosānaṃ dosavinayapariyosānaṃ mohavinayapariyosānaṃ..." – SN 45.49 - SN 45.90).

Aruka tähelepanu pööramine on üks vooguastunu neljast omadusest, milleks on:



1. suhtlemine vääriliste inimestega (*sappurisa-saṃsevo*),
2. õige dhamma kuulmine (*saddhamma-ssavanaṃ*),
3. arukas tähelepanu (*yoniso-manasikāro*), st õige meelte ohjamise ja keskendumise harjutamine,
4. dhammakohane dhammapraktika (*dhammānudhamma-ppaṭipatti*).

“Sappurisasamsevo hi, bhante, sotāpattiyaṅgaṃ, saddhammassavanaṃ sotāpattiyaṅgaṃ, yonisomanasikāro sotāpattiyaṅgaṃ, dhammānudhammappaṭipatti sotāpattiyaṅgan ti.” – Dutiyasāriputta-sutta, SN 55.5.

“Virgumisosade sutta” (Bojjhaṅgā-sutta, AN 10.102) kohaselt on (2) dhamma uurimine (*dhamma-vicaya*) **seitsmest virgumistegurist** (*satta bojjhaṅgā*) teine tegur. Dhamma uurimisele eelneb (1) kirkas teadveolek (*sati*), misjärel saavutatakse (3) energilisus (*viriya*), (4) rõõm (*pīti*), (5) rahulikkus (*passaddhi*), (6) keskendumine (*samādhi*) ja lõpuks (7) erapooletus (*upekkhā*).

DHAMMA ARUTELU

Mahāvedalla-sutta (MN 43) kohaselt kätkeb õige vaade kõlbluse, õppimise, arutelu, *samatha* ja *vipassanā* teel saavutatud rahulolu (*anuggahīta*).

“Idhāvuso, sammādiṭṭhi sīlānuggahitā ca hoti, sutānuggahitā ca hoti, sākacchānuggahitā ca hoti, samathānuggahitā ca hoti, vipassanānuggahitā ca hoti.”

Dasuttara-sutta (DN 34) kirjeldab viit teineteisele järgnevat vabanemist (*vimutti*) iseloomustavat aspekti, milleks on (1) rõõmustamine/kerjus (*pāmojja*), (2) rõõm (*pīti*), (3) kehaline rahu (*passaddha-kāyo*), (5) õnnetunne (*sukhaṃ vedeti*) ja (6) teadvuse keskendus (*cittaṃ samādhīyati*).

“Tassa atthappaṭisaṃvedino dhammapaṭisaṃvedino pāmojjaṃ jāyati, pamuditassa pīti jāyati, pītimanassa kāyo passambhati, passaddhakāyo sukhaṃ vedeti, sukhino cittaṃ samādhīyati.”

Selle saavutamiseks bhikkhu

- kuulab nt thera poolt antud dhammat ja mõistab selle tähendust;
- õpetab dhammat, mida on õppinud ja täpselt meelde jätnud;



- kordab/retsiteerib dhammat üksikasjalikult/sõna-sõnalt peast (*vittārena sajjhāyam karoti*);
- mõtiskleb ja kaalutleb tähelepaneliku teadlikkuse/suhtumisega (*anuvitakketi anuvicāreti manasānupekhhati*)
- ja hästi väljakujunenud *samādhī-nimitta* kaudu saavutab dhamma läbistava, maistüetava tarkuse (*paññā*).

Alagaddūpama-sutta (MN 22) kohaselt peaks dhamma uurimise eesmärgiks olema dhamma tõelise tähenduse ja eesmärgi mõistmine. Inimene kes uurib dhammat selleks, et teisi kritiseerida ja püüda tõestada, et teised eksivad ja temal on õigus, on nagu inimene, kes hoiab madu valesti käes, mistõttu saab madu end pöörata ja kinnihoidjat hammustada.

Õpitulemused on vahetult seotud meelega seisundiga. Nīvaraṇa (satipatthāna) sutta (AN 9.64) loetleb üles keskendatuse treenimisel esilekerkivat **viis takistust** (*pañca nīvaraṇā*) mis on enamasti tuntud just meelega treenimise kontekstis, kuid nende käsitlemine dhamma õppimise kontekstis on samuti kohane. Õppimiseks vajalikku keskendumist võib takistada:

1. naudingusoo [iha kogeda viie meelega abil naudinguid] (*kāmacchanda*),
2. himu ja kuritahtlikkus (*abhijjhāvyāpāda*),
3. laiskus ja loidus (*thīna-middha*),
4. rahutus ja mure (*uddhacca-kukkucca*),
5. skeptiline kahtlus [Buddha, dhamma või sangha suhtes] (*vicikicchā*).

Arutlemine ja analüüsimine on suurepärased mõistmise loomise vahendid, kuid kasutud igakülgselt läbistava taipamise ehk läbinägemise (*vipassanā*) saavutamiseks. Sama on haamriga, mis sobib suurepäraselt naelte sisilöömiseks, kuid ei sobi saagimiseks: iga konkreetne tulemus eeldab kohast tööriista. See põhimõte kehtib ka õppimise ja puhkamise tasakaalu kohta. Väsimuse korral tuleb panna raamat käest ja anda ajule puhkust, mediteerida või jalutada looduses.



KASUTATUD KIRJANDUS

Bodhi, Bhikkhu (tlk). The Connected Discourses of the Buddha: A Translation of the Saṃyutta Nikāya. Boston: Wisdom Publication, 2000.

Carpenter, J. E. (toim). Dīghanikāya, Vol. III. Oxford: PTS, 1911.

Horner, I. B. (tlk). Middle Length Sayings (3 vols.). Oxford: Pali Text Society, 2002 (reprint).

Jess Staufenberg. Religious children are more selfish than atheist children, say US neuroscientists. – Independent (6.11.2015), vaadatud 24.05.2018, <https://www.independent.co.uk/news/science/religious-children-are-more-selfish-than-atheist-children-say-us-neuroscientists-a6723596.html>

Morris, R. (toim), Warder, A. K. (toim). Aṅguttaranikāya, Vols. I-II. Oxford: PTS, 1989, 1995.

Ñāṇāmoli, Bhikkhu & Bodhi, Bhikkhu (tlk). The Middle Length Discourses of the Buddha. A New Translation of the Majjhima Nikāya. Boston: Wisdom Publication, 1995.

Peter Harvey. Study and Practice, Practice and Study. – Honourary Doctorate Commencement address, (14.05.2018), Ayutthaya's, Mahachulalongkornrajavidyalaya ülikoolis.

Rhys Davids, T. W. & J. E. Carpenter (toim). Dīghanikāya Vols. I-II. Oxford: PTS, 1982, 1995.

Ṭhitañāṇo bhikkhu (Andrus Kahn). "Virgumise tee - nii nagu õpetas Buddha". Proovitrükk. Tallinn: Eesti Theravaada Sangha, 2018.

Woodward, F. L. The Book of the Gradual Sayings (Aṅguttara-Nikāya) or More-Numbered Suttas. Vol. I. Lancaster: PTS, 2006.