

AUVÄÄRNE
ṬHITAÑÑA BHIKKHU



VIRGUMISE TEE
nii nagu õpetas Buddha

VIRGUMISE TEE

nii nagu õpetas Buddha





VIRGUMISE TEE

nii nagu õpetas Buddha

AUVÄÄRNE ṬHITAÑĀṆA

(Andrus Kahn, MA ja PhD budoloogias)

Teine, parandatud ja täiendatud trükk



Eesti Theravaada Sangha Klooster

Aegna saar

2565 B

(2022 AD)

namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa

Austus Temale, Ülimale, Arahandile, Õigesti Mõistnule

VIRGUMISE TEE – NII NAGU ÕPETAS BUDDHA

Autor:	Auväärne Thitañāṇa (Andrus Kahn, PhD)
Kirjastaja:	Eesti Theravaada Sangha
Aadress:	Karnapi tee 10, Tallinn, Aegna saar, 74021
Kontakt:	www.sangha.ee ; info@sangha.ee ; +372 511 1115
Keeletoimetajad:	Kaido Kangur, Erik Arro, Marko Lepik
Sisutoimetajad:	Auväärne Prof. Dr. Piyaratana Walmoruwe (Mahachulalongkornrajavidyalaya Ülikool) Martti Kalda (Tallinna Ülikool) Teet Toome (Tartu Ülikool)
Kujundaja:	Helje Eelma (sh küljendus)
Fotod:	Sajal Shakya, Preeda Prakotmak
Trükk:	Trükikoda Auratrükk
ISBN:	ISBN 978-9916-9624-3-5

„Virgumise tee - nii nagu õpetas Buddha“ on dhamma kink ja mõeldud ainult tasuta jagamiseks. Seda raamatut võib kopeerida ja uuesti vormindada, küljendada, trükkida, avaldada ning levitada mistahes kandjal, tingimusel, et raamatu (1) koopiad tehakse tasuta kättesaadavaks, (2) pealkirja ja sisu ei muudeta ning (3) tõlked vastavad algtekstile.



**Pühendatud minu vanaemale Trudchenile,
kes mulle sageli meelde tuletas:
“Pojake, kõik mis teed, teed endale.”**

SISUKORD

VIITED	10
SAATEKS	12
KOLM KALLISKIVI	14
BUDDHA	17
DHAMMA	21
SANGHA	24
BUDDHA ÕPETUS –	
FILOSOOFIA, RELIGIOON VÕI MIDAGI ENAMAT?	27
NELI AARIJA TÕDE	34
KANNATUSE AARIJA TÕDE	37
KANNATUSE TEKKIMISE AARIJA TÕDE	40
KANNATUSE LAKKAMISE AARIJA TÕDE	44
KANNATUSE LAKKAMISELE VIIVA TEE AARIJA TÕDE	47
AARIJA KAHEKSAOSALINE TEE	50
ÕIGE VAADE	53
ÕIGE MÕTE	57
ÕIGE KÕNE	60
ÕIGE TEGU	65
ÕIGE ELUVIIS	68
ÕIGE PÜÜDLUS	72
ÕIGE TEADLIKKUS	75
ÕIGE KESKENDUS	81

BUDDHA ÕPETUSE PÕHIMÕISTED	86
DUKKHA	88
VIIS KLAMMERDUMISE KOGUMIKKU	91
KOLM OLEMASOLU TUNNUST	102
SÕLTUVUSLIK TEKKIMINE	106
TEGU JA UUS SÜND	114
OSKUSLIK JA MITTEOSKUSLIK KÄITUMINE	120
PÄLVIMUS JA LAHKE ANNETAMINE	124
MEELE ARENDAMINE	130
AARIJA	149
KUST ÕPPIDA BUDDHA ANTUD VIRGUMISÕPETUST?	157
 VIRGUMISE TEE	 166
 JUHISED	 174
KOLME KAITSE ALLA MINEMINE	176
KÕLBLUSJUHISTE VASTUVÕTMINE	178
SÕBRALIKKUSE ARENDAMINE	180
 TÄHTPÄEVAD	 184
 ALGTEKSTIDE KOGU	 186
 KASUTATUD KIRJANDUS	 188
 HÄÄLDAMINE JA SÕNASTIK	 192

VIITED

Paali ehk maagadhi (*māgadhi*) keel oli Buddha emakeel. Paalikeelsete terminite kasutamine käesolevas raamatus on ühelt poolt austusavaldus Buddha nõudele mitte kasutada sanskriti keelt tema õpetuse edasiandmiseks ning teiselt poolt teenib *buddhadhamma* puhtuse säilitamise eesmärki. Juhul kui tekstis on selguse huvides kasutatud kas sanskriti- või ingliskeelseid termineid, on seal vastav märges ka ära toodud.

Raamatus kasutatud paalikeelsete tekstide allikaks on eTipiṭaka, mis põhineb väljaannetel „The B.E. 2500 Great International Council Pāḷi Tipiṭaka, World Tipiṭaka Edition” ja Āyasmā Yuttadhammo „Digital Pāli Reader 4.3.”

Paalikeelsed tekstilõigud on autori tõlgitud.

Paali kirikonsonant-vokaalsete latiniseeritud tekstide puhul on suurtähte kasutatud suttade ja tekstide pealkirjades. Kõikjal mujal, sh ka lause alguses, on kasutatud väiketähti.

Sutta viitamisel on kasutatud standardviidet, mille puhul on toodud kogumiku lühend ja seejärel teksti numeratsioon.

KANOONILISTE TEKSTIDE VIIDETES KASUTATUD LÜHENDID

Lühend	Paalikeelne nimetus	Eestikeelne vaste
Abhi	Abhidhammapiṭaka	„Abhidhammakorv“
AN	Aṅguttaranikāya	„Jaotuste kogu“
Dhp	Dhammapada-pāḷi	„Dhammavärsid (paali)“
DN	Dīghanikāya	„Pikkade kogu“
KN	Khuddakanikāya	„Lühikeste kogu“
Kp	Khuddakapāṭha-pāḷi	„Lühikesed lugemised (paali)“
MN	Majjhimanikāya	„Keskmiste kogu“
SN	Saṃyuttanikāya	„Rühmade kogu“
Vb	Vibhaṅga-pāḷi	„Jaotused (paali)“
Vin	Vinayapiṭaka	„Vinajakorv“
Vv	Vimānavatthu-pāḷi	„Taevalossilood (paali)“
Snp	Suttanipāta-pāḷi	„Suttagrupp (paali)“

POSTKANOONILISTE TEKSTIDE VIIDETES KASUTATUD LÜHENDID

Lühend	Paalikeelne nimetus	Eestikeelne vaste
PvA	Petavatthu-aṭṭhakathā	„Peetalugude selgitus“
Vism	Visuddhimagga	„Puhastumise tee“
Vim	Vimuttimagga	„Vabanemise tee“
VvA	Vimānavatthu-aṭṭhakathā	„Taevalossilugude selgitus“
DhA	Dhammapada-aṭṭhakathā	„Dhammavärsside selgitus“

MUUD LÜHENDID

Lühend	Selgitus
BD	Buddhist Dictionary
jj	ja järgmised leheküljed
jm	ja mujal
jt	ja teised
PED	Pali-English Dictionary
PTS	Pali Text Society
Sansk	Sanskrit

SAATEKS

Tänapäeva maailmas, kus Buddha antud õpetus on segunenud paljude teiste õpetuste ja filosoofiatega, nõuab selge arusaama loomine sellest, mis on autentne *buddhadhamma* ja mis ei ole, üsna suurt jõupingutust. Käesolev raamat püüab seda ülesannet pisut hõlbustada, tuues lugejateni vaid selle osa õpetusest, mida Buddha ise on õpetanud. Raamatu eesmärk ongi tutvustada Buddha autentset õpetust just nii, nagu see on kirja pandud ainsana tervikuna säilinud kõiki Buddha õpetusi sisaldavas paalikeelses kogumikus – „Tipiṭakas“.

Paljud tuntud teadlased ja filosoofid nagu näiteks Arnold Toynbee, Albert Einstein ja teised on Buddha õpetusest rääkides väljendanud end ülivõrdes. Maailm on pööranud oma näo Buddha õpetuse poole, kuna see pakub lihtsaid ja praktilisi lahendusi probleemidele ja väljakutsetele, millega tänapäeva ühiskond silmitsi seisab.

Buddha õpetus on oma olemuselt lihtne ja selge meelega arendamise süsteem, mille eesmärk on kõikidest kannatustest vabanemine. Ta kinnitab, et õnn ja õnnetus ei pärine mõnest kurjast vaimust või kusagil kõrgel asuvast jumalast. Kannatus ei pärine inimesest väljastpoolt, vaid selle allikaks on inimese enda meeles esinev iha, viha, pettekujutlus, kirg, teadmatuse jt meelt reostavad plekid. Buddha õpetus pakub lahendusena välja tarkuse, kõlbluse ja meelega arendamisel põhineva tervik-süsteemi, mis võimaldab vabaneda kõigest sellest, mis takistab olemasolu tõelise olemuse mõistmist ning saavutada kõikidest kannatustest lõplik vabanemine, virgumine ning vaibumine.

Olen siiralt tänulik kõikidele oma Mahachulalongkornrajavidyalaya Ülikooli tudengitele ja Auväärsele Dr. Walmoruwe Piyaratanaale Peradeniya Ülikoolist, kes olid mulle abiks selle raamatu koostamisel. Minu siiras tänu kuulub ka Tallinna ülikooli humanitaarteaduste instituudi India ja Kesk-Aasia kultuuriloo lektorile Martti Kaldale ja Tartu Ülikooli orientalistika teadurile Teet Toomele, kes olid lahkelt nõus raamatu teksti üle vaatama ja sõnavara kohendama. Olen südamest tänulik keeleteoime-tajatele Kaido Kangurile, Erik Arrole ja Marko Lepikule, kelle panusena muutus tekst selgemaks ja kergemini loetavamaks. Tänan ka Sai Soe Mini toetuse eest ning Preeda Prakotmaki, kes annetas lahkelt oma fotod raamatu illustreerimiseks.

Selle raamatu kirjutamise idee sündis Aegna saarel, kus asub ka Eesti Theravaada Sangha ja Wat Phra That Doi Suthepi templi poolt ellukut-sutud WDS Aegna Meelearenduskeskus, kuhu on oodatud kõik, kes soovivad õppida autentset dhammat ja meele arendamist – just nii, nagu seda on õpetanud ajalooline Gotama Buddha.

Ṭhitañāṇa

Aegna saarel, 2561 B (2017 AD)

KOLM KALLISKIVI

A large, stylized leaf in shades of orange and yellow, serving as a background for the text. The leaf has a prominent central vein and several smaller veins branching out, with a serrated edge. It is positioned on the right side of the frame, partially overlapping the text.



Buddha oli Indias elanud õpetaja, kes virgus ja andis virgumisõpetuse edasi kõigi nende hüvanguks, kes suudavad seda mõista ja teostada. Tema õpetuse järgijad on kahe ja poole aastatuhande vältel jagunenud paljudeks koolkondadeks. Tänapäevani on säilinud kolm suuremat koolkonda: (1) theravaada (paali *thera* „vanem“, õppinud, targa ja kogenud bhikkhu austav tiitel + *vāda* „õpetus“, „kõne“) ehk vanemate õpetus, mida mõned nii varasemalt kui ka tänapäeval on ekslikult pidanud hina-jaanaks, (2) mahajaana (sansk *mahā* „suur“ + *yāna* „sõiduk“) ehk suur sõiduk ja (3) vadžrajaana ehk teemantsõiduk (sansk *vajrayāna*).

Varasemad ajaloolised uurimused on korduvalt kinnitanud, et theravaada on Buddha loodud sangha ehk järgijate kogukonna algupärane esindaja ja selle paalikeelne kaanon ehk „*Tiṭṭaka*“ on kõige autentsem Buddha õpetuste kogu.¹ Käesolev Buddha õpetusi tutvustav raamat põhinebki „*Tiṭṭakas*“ toodud originaalõpetustel ehk suttadel (sansk *sūtra*).

Buddha antud õpetus ehk *buddhadhamma* on vägivallatu virgumise doktriin, mis sisaldab õpetust (paali *dhamma*, sansk *dharma*) ja käitumisjuhiseid ehk vinajat (*vinaya*). Järgides dhammat ja vinajat on võimalik ületada valed vaated (*micchādiṭṭhi*), takistused (*nīvaraṇa*) ja meelt hägustavad plekid (*kilesa*).² Kui õige õpetuse ja kõlbluse teostuse tulemusena kõik köidikud (*saṃyojana*)³ ja meeli hägustavad tulvad (*āsavā*) lakkavad,⁴ realiseerub inimarengu kõrgeim potentsiaal, milleks on olemasolu tõelise olemuse (*yathābhūta*) läbinägemine, täielik virgumine (*bodhi*), lõplik vabanemine (*vimokkha*) ning igavene nibaana ehk vaibumine (*nibbāna*).

Buddha õpetuses on kõrgeimaks austuse objektiks kolm kalliskivi (*tiratana*), milleks on Buddha, dhamma ja sangha.⁵

1 Andrew Skilton, Budismi lühiajalugu. Tallinn: Koolibri, 2012, lk 11, 62 jt.

2 **Viis takistust** (*nīvaraṇa*) on (1) naudingusoo, (2) himu ja kuritahtlikkus, (3) laiskus ja loidus, (4) rahutus ja mure ning (5) kahtlus. **Kümme plekki** (*kilesa*) on ahnus, viha, pettekujutus, uhkus, vale vaade, kahtlus, laiskus, rahutus, häbitus ja (kõlbetu) kartmatus.

3 Köidikutest tuleb täpsemalt juttu peatükis „Aarija“.

4 Neli tulva on (1) naudingutulv, (2) olemasolutulv, (3) vaatetulv ja (4) mitteteadmisetulv. Vaata ka peatükki „Tegu ja uus sünd“.

5 Dhajagga-sutta SN 11.3.

„Raske on inimesena sündida,
raske on surelikuna elada,
raske on õiget dhammat kuulda,
raske on buddhaks saada.“⁶

Buddha [verbijuurest *bujjh* „see, kes on mõistnud“ (*bujjhati*), „see, kes on saavutanud teadmised“ ehk teostanud neli aarija tõde, „see, kes on saavutanud virgumise“, „virgunu“, „tark“]⁷ on Põhja-Indias elanud **Siddhattha Gotama** paalikeelne epiteet, mis tähendab „Mõistnu“ ehk „Virgunu“. Gotama oli ajalooline isik, kes sündis 6. sajandil e.m.a, mais täiskuu (*vesākha*) päeval Kapilavastu lähedal asuva Lumbinī linna pargis. Tema isa Suddhodana oli Himaalaja mäestiku jalamil (tänapäeva Nepalis) elava saakja hõimu (*sakyakulā*)⁸ valitseja ja ema Mahāmāyā oli valitseja naine. Mahāmāyā suri seitsmendal päeval pärast sünnitust ning tema nooremast õest Mahāpajāpatī Gotamist, kes oli samuti valitseja naine, sai lapse kasuema.⁹

Poisile pandi nimeks Siddhattha [*siddha* „lõppenud“, „saavutatud“ + *attha* (kõlbeline) „heaolu“, „soov“], mis tähendab „täitunud soov“ ehk „see, kes on saavutanud kõlbelise heaolu“. Hiljem tunti teda enamasti Gotama või Saakja targana (*sākyamuni*).¹⁰

6 „*kiccho manussapaṭilābho, kiccham macchāna jīvitaṃ; kiccham saddhamma-savanam, kiccho buddhānam uppādo.*“ – Dhṛp 182. Paalikeelsed tsitaadid on siin ja edaspidi tõlkinud autor.

7 PED lk 1111. Aarija mõistet selgitab täpsemalt ptk "Aarija".

8 Sela-sutta MN 92.

9 Buddha täpne sünniaeg ei ole teada. Algupärase Theravaada kohaselt, mis arvestab kuningas Asoka kroonimise aastaks 326 e.m.a, elas Buddha aastatel 623–543 e.m.a. Sri Lankal ja Kagu-Aasias on need traditsiooniliselt aktsepteeritud daatumid, mis võeti ka Buddha lõpliku vaibumise (*parinibbāna*) 2500. aastapäeva (1956/1957) ja täieliku virgumise (*sambuddhatta*) 2600. aastapäeva (2011/2012) tähistamise aluseks. Käsikirjades viidatakse Asokale kui hellenistlikule kuningale ja nende viidete alusel pakuvad tänapäeva teadlased tema inauguratsiooni ajaks 268 e.m.a. Need, kes võtavad aluseks pika kronoloogia, arvestavad Buddha eluajaks 566–486 e.m.a. Sanskritikeelsete Hiina ja Tiibeti allikate lühikese kronoloogia kohaselt suri Buddha 100 aastat varem, seega enne Asoka inauguratsiooni. Kui võtta arvesse Kreeka käsikirjades toodud Asoka kroonimise aega, oleks Buddha eluaja daatumiteks 448–368 e.m.a.

10 *munī* – püha mees, (mõtte)tark, arukas. Buddhale viitamine johtub reeglina tema elu kolmest etapist. Sünnist kuni suure loobumiseni nimetatakse teda Saakja printsiks ja Siddhatthaks, rändamisest kuni virgumiseni Saakja targaks ja bodhisattaks (virgumisolendiks) ning peale virgumist Buddhaks. Enese kohta kasutas Buddha terminit „Tathaagata“ (*tathāgata*), järgijad pöördusid tema poole tiitliga „Ülim“ (*bhagavā*), tavainimesed pöördusid Buddha

Lossi last vaatama tulnud pühakust joogi **Asita** ennustas kuningale, et prints puudutab jumalikku valgust, keerab dhammaratast, jõuab virgumiseni ning tema püha elu saab laialdaselt tuntuks.¹¹

Siddhattha sai kõrgeima hariduse. Vastavalt kohalikele tavadele abiellus ta kuueteistkümnendal eluaastal omavanuse nõo, printsess **Yasodharāga** ja nad elasid kolmteist aastat õnnelikult koos keset kuninglikku luksust ja igakülgset heaolu.

Noore mehena mõtlustas ta tihti selle üle, miks ta, olles ise sünni, vanaduse, haiguse, surma, leina ja meeleplekkide objekt, otsib elus seda, millel on sama olemus, mitte aga seda, millel on vabanemise ja vaibumise (*nibbāna*) loomus.¹² Ta mõistis, et majaperemehe elu on lämmatav, rõhuv ja tolmune tee ning kodus on täielikult püha elu elamine väga raske. Koduelu hüljanu tee on aga kui elamine vabas õhus ning vaid koduelu hüljanu saab täielikult pühendada meele, kõne ja käitumise puhastamisele ning saavutada ülima, püha ja puhta eluviisi. Noore printsina mõtles ta sageli koduelu hülgamisest ja pühasse ellu astumisest.¹³

Mõistnud eluga kaasnevaid kannatusi, otsustas noor bodhisatta 29-aastaselt loobuda kõikidest privileegidest ja luksuslikust elust ning saada erakränduriks (*pabbajita* – „see, kes on hüljanud kodu ja maise elu”), et leida tee, kuidas peatada vananemine, haigused ja surm.¹⁴ Oma aja

poole kasutades tema nime Gotama, ning mungad pöördusid Buddha poole kasutades tiitlit „Meister” või „Õpetaja” (*satthā*).

11 Nālaka-sutta Snp 3.11.

12 Ariyapariyesanā-sutta [Pāsarāsi-sutta] MN 26.

13 Mahāsaccaka-sutta MN 36. Vaata ka Sāmaññaphala-sutta DN 2.

14 Mahāsaccaka-sutta MN 36, Ariyapariyesanā-sutta [Pāsarāsi-sutta] MN 26. Bodhisatta [*bodhi* „virgumine” + *satta* „olend”] on virgumisolend, kes pole virgunud, kuid on asunud virgumisteele, eesmärgiga saada täielikult isevirgunud buddhaks (*sammā-sambuddha*). Buddha kasutas terminit bodhisatta vaid siis, kui rääkis iseendast eelmistes eludes ja viimases elus enne virgumist. Vaata Bhayabherava-sutta MN 4 ja Pāsarāsi-sutta MN 26. Bodhisattaid pole olnud rohkem kui buddhasid, sest vaid bodhisatta saab buddhaks. Kuna mahajaana koolkonna poolt hiljem loodud bodhisattva filosoofia hõlmab theravaada algupäraseid praktikaid, on kõik theravaada järgijad selle filosoofia kohaselt bodhisattvad. Kuigi igaüks võib võtta ette kümnet täiust sisaldava raske, kannatusterohke ja ülipika tee, ei ole Buddha seda õpetanud ega selle poole otsesõnu soovitanud püüelda. Samuti ei ole Gotama Buddha kunagi nimetanud bodhisatta ideaali arahandi teest kõrgemaks. Tänapäeval populaarne bodhisattva tee filosoofia pärineb mahajaana õpetajate kirjutatud suutratest, kus seda teed kirjeldav õpetus on pandud Buddha suhu. Virgumise järel õpetas Buddha ainult arahandi teed (*arahattamagga*), millesse mõned

tuntuimate õpetajate **Ālāra Kālāma** ja **Uddaka-Rāmaputta** juhendusel saavutas ta keskendumises kõrgeima, neljanda taseme vormita valla džhaana (*arūpajhāna*).¹⁵ Aga kuna seegi ei võimaldanud tal saavutada seatud eesmärki, alustas Siddhattha kuus aastat kestnud äärmuslikku askeesi ja praktiseeris pea kõiki tollel ajal õpetatud jooga liike.¹⁶ Jõudnud askeesi teel peaaegu surma piirile, mõistis ta, et ei askeesi ega enesevaevamise joogaga (*attakilamathānuyoga*) pole tema eesmärgi saavutamine võimalik. Ta loobus äärmuslikust enesevaevamisest ja jätkas oma püüdlusi.

Ühel õhtul, mais täiskuu (*vesākha*) päeval, kui ta oli 35-aastane, istus ta **Bodh-Gayā** lähedal asuva Bihari linna ääres Nerañjarā jõe kaldal **pūha viigipuu** (*assattha*) alla, mida tänapäeval tuntakse ka virgumispuu nime all, ning talle meenus lapsepõlves kogetud loomulik, täieliku keskenduse seisund. Sellest innustatuna süvenes ta neljandasse džhaanasse. Tol ööl saavutas ta meelega avardamise kaudu teadmised (1) enda eelmistest eludest (*pubbenivāsānussatiñāṇā*) ning (2) olendite kadumisest ja taasilmumisest (*cutūpapātañāṇā*). Avardades meelega (3) tulvade lõppemise teadmisele (*āsavakkhayeñāṇa*) saavutas ta teadmised kannatuse tõest ja tulvadest, nende tekkimisest, lakkamisest ja lakkamisele viivast aarija kaheksaosalisest teest. Need kolm nägemust lõpetasid tema meeles lõplikult naudinguiha, olemasolliku naasmise ja teadmatuse, ta oli vabanenud kõikidest meelt reostavatest plekkidest ning tulvadest ja koges puhast rõõmu, mõistes:

„Kõigutamatu on minu vabanemine, see on minu viimane sünd, uut olemasolu ei ole enam.“¹⁷

uued mahajaana tekstid suhtuvad kahjuks üleolevalt. Ka bodhisatta saab pärast virgumist arahandiks. Erinevalt bodhisattast suudab arahant õigel ja parimal moel juhendada kõiki virgumisteel käijaid. Kolm ideaali – Buddha, bodhisatta ja arahant – ei ole vastandlikud ega asetse üksteise suhtes hierarhias, vaid täiendavad üksteist harmooniliselt. Vaata Shanta Ratnayaka, The Bodhisattva Ideal of Theravāda, The Journal of the International Association of Buddhist Studies, Volume 8, Number 2 (1985): 85–110.

15 Džhaana (*jhāna*) tähendab nii meelega ühtesuunatust (*ekaggatā*) kui ka järjest süvenevaid keskendusastmeid.

16 Mahāsīhanāda-sutta MN 12, Ariyapariyesanā-sutta [Pāsārāsi-sutta] MN 26, Mahasaccaka-sutta MN 36 jt.

17 „*akuppā no vimutti, ayamantimā jāti, natthi dāni punabbhavo’ ti.*” – Ariyapariyesanā-sutta [Pāsārāsi-sutta] MN 26.

Mitteteadmine oli lakanud ja teadmine esile kerkinud, pimedus oli lakanud ja valgus esile kerkinud. Temast oli saanud Buddha – Mõistnu ehk Virgunu.¹⁸

Pärast virgumisele jõudmist andis Buddha Sārnāthi linnas (endine Isipatana) Vārānasī (endine Bārānasī/Benares) lähedal varem temaga koos virgumisele püüelnud viiele askeedile esimese õpetuse, milleks oli „Dhammaratta pöörlemapanemise sutta”,¹⁹ mis on ühtlasi tema õpetuse vundament.

Buddha polnud ei jumal (*deva*), pool-jumal, taevalik olend (*gandhabba*), vaimolend (*yakkha*), prohvet ega taevalik sõnumitooja.²⁰ Tema õpetuses puudub dogmaatiline usutunnistus, üleloomulike nähtustega seotud riitused ja pime usk. Buddha õpetus põhineb tema virgumise ööl nähtud neljal aarija tõel ja aarija kaheksaosalisel teel, mille sisuks on kannatuse (*dukkha*) mõistmine ning sellest tarkuse (*paññā*), kõlbluse (*sīla*) ja keskenduse (*samādhi*) arendamise teel lõplikult vabanemine.²¹

Buddha õpetas pärast virgumisele jõudmist veel 45 aastat dhammat, kuni ta 80. eluaastal mais täiskuu päeval (*vesākha*) Kusinagaris (endine Kusinārā) saalapuude salus lõplikult vaibus (*parinibbāna*). Suurima aarija ja inimkonna isetu õpetaja viimased sõnad olid:

18 „*avijjā vihatā, vijjā uppannā; tamo vihatō, āloko uppanno*”. – Mahāsaccaka-sutta MN 36, Dvedhāvitakka-sutta MN 19 jpt. Buddha saavutas kaheksa teadmist, milleks olid (1) läbinägemisteadmine (*vipassanā-ñāṇa*), (2) meele-keha-võime teadmine (*manomayiddhi-ñāṇa*), (3) üleloomulike võimete teadmine (*iddhividha-ñāṇa*), (4) taevase kõrva teadmine (*dibba-sota-ñāṇa*), (5) meele läbistamise teadmine (*ceto-pariya-ñāṇa*), (6) iseenda eelmiste elude meenutamise teadmine (*pubbenivāsānussati-ñāṇa*), (7) taevase silma teadmine (*dibbacakkhu-ñāṇa*) ja (8) tulvade lõppemise teadmine (*āsavakkhaya-ñāṇa*), vt Mahāsīhanāda-sutta MN 12. Buddhal oli kõikteadmine ehk kõigest igakülgne ja vastandpooli hõlmav teadmine (*sabb-aññuta-ñāṇa*), mis hõlmas teadmist nimest ja vormist (*nāma-rūpa*) ning selle tingitusest (*sankhārā*), nime ja vormi tekkimisest ning lakkamisest (*vikāra*), nime ja vormi üldistest ning spetsiifilistest omadustest (*lakkhaṇa*), kõikidest kontseptsioonidest, terminitest ja kirjeldustest (*paññatti*) ning iha lakkamisest ja vaibumisest (*nibbāna*) ehk mittetingitusest, vt Ps lk 131 jj; DA.I.99. Buddha oli **mitteõppija** (*asekkha*), kuna tal ei olnud enam midagi õppida, millestki hoiduda ega midagi arendada – kesken-duses nähtud teadmiste teel ta oli saavutanud vahetu ja täiusliku mõistmise ja seetõttu oligi ta Mõistnu.

19 Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11.

20 Doṇa(oka)-sutta AN 4.36.

21 Mahāparinibbāna-sutta DN 16.

„Nüüd, mungad, ma kinnitan teile: kõik moodustunud asjad lagunevad, püüelge tähelepanelikut!“²²

Gotama Buddha ei otsinud innustust või abi jumalatelt ega müstiliselt olenditelt. Ta oli tavaline inimene, kes virgus iseenda tarkuse, katkematu püüdlemise ja sihikindlate jõupingutuste teel ning andis virgumisõpetuse edasi neile, kes on suutelised seda mõistma ja teostama.

DHAMMA

„Kes elab dhamma järgi, seda kaitseb dhamma.“²³

Paalikeelse sõna *dhamma* tähendus sõltub kontekstist. Buddha dhamma tähendab õpetust sellest, kuidas asjad tõeliselt on (*yathābhūta*).

Buddha dhamma kui tõde eksisteerib igavesti, vaatamata sellele, kas mõni buddha on ilmunud inimeste maailma või mitte. Gotama sõnade kohaselt peaksid mungad eksiteele sattumise vältimiseks järgima ainult tema, Tathaagata²⁴ antud õpetusi (Buddha dhammat, mis on kirjas paalikeelses „Tipiṭakas“), mitte otsima abi teiste õpetajate dharmadest või usunditest²⁵ ning arendama järjekindlalt teadlikkust (*sati*) ja keskendust (*samādhi*).²⁶

Buddha õpetus põhineb tema isiklikul virgumiskogemusel. Ta hoidus **kahest äärmuslikust praktikast**, milleks on mentaalset arengut ja teostust pidurdavad **naudinguõnnele andumine** (*kāmasukhallikānuyoga*)

22 „*handa dāni, bhikkhave, āmantayāmi vo, vayadhammā saṅkhārā appamādena sampādetthāti.*“ – Mahāparinibbāna-sutta, DN 16

23 „*dhammo have rakikhati dhammacārim*“ – KN, Theragāthā, Dhammikattheragāthā, Thag 4.10.

24 Tathaagata (*tathāgata*) – Buddha epiteet, mida ta kasutas enamjaolt endast, harvem ka teistest virgunutest rääkides. Tathāgata enamlevinud tõlkevasteteks on (1) „nõnda-tulnud“ (*tathā + āgata*) ehk see, kes on tulnud kui virgumisolend (*bodhisatta*), et taasavas-tada iidne aarija õpetus (*ariyadhamma*) ja (2) „nõnda-läinud“ (*tathā + gata*), ehk see, kes on läinud omaenda õpetatud aarijaõpetuse teostamise teed parinibaanasse ehk lõplikku virgumisse (*parinibbāna*). Buddha enda kirjelduse Tathaagata mõiste sisulise tähenduse kohta toob ära Loka-sutta lti 112.

25 Buddha kinnitas, et tulevikus hakkavad osad mungad järgima teiste õpetajate, kirjanike ja filosoofide tekste, mistõttu tema antud õige virgumisõpetus kaob siit maailmast. Samas suttas manitseb Buddha munki, et nood järgiksid ainult tema, Tathaagata sõnu; vaata Āṇi-sutta SN 20.7.

26 Mahāparinibbāna-sutta DN 16.

ja **enesevaevamisele andumine** (*attakilamathānuyoga*), ning saavutas täieliku virgumise, järgides **keskteed** (*majjhimā paṭipadā*).²⁷

Buddha ei rääkinud kõigest, mida teadis, vaid õpetas ainult seda, mis on vajalik meele puhastamiseks ja virgumiseks.²⁸ Samuti kinnitas Buddha, et ei andnud ainsatki salajast ega esoteerilist või ainult õpetajalt õpilasele edasiantavat õpetust.²⁹ Iga inimese vabanemine sõltub õige dhamma kuulumisest, mõistmisest ja õigest teostamisest. Vale dhamma (*miccha-dhamma*) õppimine ja õpetamine juhib aga inimesed kannatustesse. Igasugune püüd virgumata inimese poolt virgumisõpetust ümber või juurde kirjutada, seda Buddha suhu panna ning juurde kirjutatut edasi õpetada, lõpeb uue vale vaate loomisega, mis Buddha sõnade kohaselt on kõige laiduväärsem, viib dukkhasse ning juhib nii selle inimese kui ka tema järgijate uue sünni kannatuste rohkesse Niraaja valda.³⁰

Buddha õpetuses on põhirõhk isiklikul vastutusel, kuna inimene ise teeb halba ja määrab oma meelt ning vaid tema ise saab ennast puhastada – keegi teine ei saa meie eest oskuslikult või mitteoskuslikult käituda, meie meelt treenida ega meie eest virguda.³¹ Pole olemas kõrgemat jõudu, kes määraks meie saatuse või suudaks meid päästa meie endi tehtud kurjast. Ka Buddha ei saa kedagi päästa. Ta õpetas:

„Sina ise pead püüdlema, tathaagatad on vaid [dhamma] kuulutajad; teele asunud keskenduse harjutajad vabanevad Māra kütkeist.“³²

Buddha läks veelgi kaugemale, kinnitades, et mungad ei tohiks ka tema enda sõnu pimesi järgida, vaid peaksid neid põhjalikult analüüsima ja uurima, et jõuda õpetuse tõelise väärtuse suhtes täieliku ja kindla veendumuseni.³³

27 Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11; Mahāsīhanāda-sutta MN 12; Ariyapariyesanā-sutta [Pāsārāsi-sutta] MN 26 jpt.

28 Cūḷamāluṅkya-sutta MN 63; Simsapā-sutta SN 56.31.

29 Mahāparinibbāna-sutta DN 16.

30 Tatiya Vagga AN 1.316–332; Jāṇussoṇi-sutta AN 10.177 jpt.

31 Dhṛp 165.

32 „*tumhehi kiccaṃ ātappaṃ akkhātāro tathāgatā, paṭipannā pamokkhanti jhāyino mārabandhanā.*” – Dhṛp 276. Māra on Buddha õpetuses isikustatud surm, ka häving, kurjus ja ahvatlus, mille vasteks on Eesti rahvapärimuses vikatimees, aga ka kurat, kurivaim, vanakurat, vanakuri jt.

33 Ilmikutele on vastavad juhised toodud Kālāma-suttas AN 3.65 ja munkadele Mahāparinibbāna-suttas DN 16.

Kuna virgumisõpetuse teostamisel on esimeseks sammuks nelja tõe suhtes õige mõistmise ja sellele vastava vaate väljakujundamine, siis on loomulik, et sel teel kohtab ka väärtõlgendusi ja spekulatsioone. Buddha on öelnud, et mitte Virgunu ei vaidle maailmaga, vaid maailm vaidleb Virgunuga.³⁴ Seni, kuni meeles esinevad teadmatus, ahnus, viha, pettekujutus ja valed vaated, esineb ka Buddha õpetuse ümberkirjutamist ning vääritimõistmist, sellest tulenevalt ekslikku tõlgendamist ja valet järgimist. Ta kuulutas, et Tathaagata õpetatud õiget dhammat ja vinajat kuulevad, mõistavad ja teostavad dhamma kohaselt vaid vähesed. Samas on väga palju neid, kes õiget virgumisõpetust ei kuule, või kui ka kuulevad, siis ei mõista, või kui mõistavad, siis ei teosta seda dhamma kohaselt ega virgu.³⁵

Kohe peale Buddha surma tõusid esile mittevirgunud bhikkhud, kes hakkasid tõlgendama Virgunu antud õpetusi ja juhiseid valesti ning soovisid hakata neid muutma. Et kaitsta dhammat ja kindlustada Buddha autentse õpetuse muutumatusena säilimine, kutsus Auväärne Mahā Kassapa kokku **Sanghakogu** (*saṅgāyana*), kus osales 500 virgunud arahanti. Mahā Kassapa esitas küsimusi ja Buddhaga enim koos olnud ning kõiki tema õpetusi peast teadev Ānanda Thera edastas Buddha poolt antud õpetuste (*dhamma*) osa.³⁶ Juukselõikaja-habemeajaja Upāli Thera andis aga edasi sangha korralduslikud juhised ehk vinaja (*vinaya*), misjärel kõik 500 arahanti kinnitasid Auväärse Ānanda Thera ja Auväärse Upāli Thera sõnade õigsust. Hiljem jaotati kõik tekstid 18 retsiteerijate grupi (*dīgha-bhāṇaka*, *majjima-bhāṇaka* jne) vahel ära ja nende munkade ainsaks ülesandeks kuni elu lõpuni sai Sanghakogul arahantide poolt kinnitatud Buddha dhamma täpne, sõnasõnaline meeleespidamine. Ilmselt peale teist Sanghakogu pandi suusõnaliselt edasiantud õpetused ka paali keeles kirja. Buddha loodud sangha (= theravaada) mungad on suutnud need tekstid sõna-sõnalt tänase päevani säilitada.

34 „*āhaṃ, bhikkhave, lokena vivadāmi, loko va mayā vivadati.*” – Puppha-sutta SN 22.94.

35 *Catuttha-vagga* AN 1.339-342; 347; 349. *Dhp* 182. Buddha pole kunagi väitnud, et mingil hetkel virguvad kõik olendid. Selline arvamus pärineb virgumata mahaajana õpetajate uuest filosoofiast, mis mõnikord on pandud ka Buddha suhu.

36 Ānanda Thera – Buddha onupoeg, tuntuim õpilane ja abiline, kes liitus Buddha loodud järgijate kogukonnaga ehk sanghaga teisel aastal pärast Buddha virgumist. Ānandal oli fenomenaalne mälu ja ta liikus 30 aastat kõikjal koos Buddhaga, olles nii kõige rohkem Buddha õpetusi kuulnud munk. Ka tänapäeval on sadu munki, kes suudavad peast ette kanda terve paalikeelse „*Tipiṭaka*” või mõne suurema osa sellest.

Kuna tol ajal hoiustati tekste rullikeeratuna suurtes korvides, sai tekstikogu nimeks „Tipiṭaka“ ehk „Kolm korvi“, milleks on (1) „Vinajakorv“ (*Vinayaṭiṭaka*), (2) „Suttakorv“ (*Suttaṭiṭaka*) ja (3) „Abhidhammakorv“ (*Abhidhammaṭiṭaka*, varasema nimega *mātikā*).³⁷ „Vinajakorv“ sisaldab sangha käitumis- ja treeningjuhiseid, „Suttakorv“ peamiselt Buddha antud dhammatekste ehk suttaid ning „Abhidhammakorv“ „Suttakorvis“ toodud õpetuste summeeritud ja süstematiseeritud analüüsi.

Et mõista, mis on Buddha õpetus, on esmalt kasulik vaadata, mida see ei ole. Buddha õpetus ei ole:

- müstiline ega rituaalne;
- skeptiline ega dogmaatiline;
- eternalistlik, nihilistlik, teistlik ega fatalistlik;
- enesevaevamine ega naudingutesse viskumine;
- täielikult siinpoolne ega teispoolne;
- ainult enesele ega ainult teistele suunatud;
- pessimistlik ega optimistlik – see on realistlik.³⁸

SANGHA

Sangha on Buddha enda poolt rohkem kui 2500 aastat tagasi rajatud järgijate kogukond, mis eksisteerib endiselt algupärasel kujul Tais, Sri Lankal, Kambodžas, Laos, Birmas (Myanmaris), Põhja-Vietnamis (Mekong Delta piirkonnas) ja Bangladeshis. Sangha pakub turvalist keskkonda ja soodsaid tingimusi neile, kes soovivad sihiteadlikult pühendada oma elu maisest loobumisele ja virgumise saavutamisele. Sangha kohustuseks on autentse õpetuse teostamine ja säilitamine. Samuti on sangha kohustuseks nõustada ilmikute kogukonda, anda neile edasi ainult õiget Buddha õpetust ning juhendada parimal viisil nende virgumisteostust.

37 Vaata ka peatükki „Kust õppida Buddha antud virgumisõpetust?“

38 Sāmaññaphala-sutta DN 2; Brahmajāla-sutta DN 1, Chavālāta-sutta AN 4.95.

Kui joogi Aññā-Kondañña oli kuulnud Buddha esimest jutlust, milleks oli „Dhammaratta pöörlemapanemise sutta”,³⁹ palus ta luba hakata tema järgijaks. Ta ajas pea paljaks ja pani selga kollase rüü – nii saigi sel päeval alguse bhikkhude ehk Buddha munkade sangha. Kuulnud viis päeva hiljem Buddhalt „Minatu olemuse sutta”,⁴⁰ mis räägib sellest, et olenditel puudub minaks nimetata ehk muutumatu omaolemus, said kõik Buddhaga koos metsas harjutanud viis joogit – Aññā-Kondañña, Bhaddiya, Vappa, Assaji ja Mahānāma – arahandiks⁴¹ ning ka ülejäänud neli liitusid Buddha sanghaga. Peagi liitusid sanghaga ka riisikaupmehe poeg Yasa ja tema 54 sõpra. Buddha juhtis nad kõik virgumisele ja seejärel saatis esimesed 60 arahanti levitama oma virgumisõpetust paljude hüvanguks ja õnneks.⁴²

Viis aastat hiljem, pärast bhikkhude sangha loomist, rajas Buddha ka bhikkhunit (bhikkhunī) ehk nunnade sangha. Saakja hõimust pärit Pajāpatist ja Yasodhārast, Buddha poja Rāhula emast, ning nende saatjaskonnast said esimesed nunnad. Buddha loodud sangha otseseimaks järglaseks on theravaada sangha.

Mungad ja nunnad ajavad iga kuu üks kord täiskuu ajal või kaks korda, täis- ja poolkuu ajal, pürgimuse ja maisest loobumise märgiks pea paljaks.

Sarnaselt Buddhale kannavad ka tänapäeva theravaada mungad ja nunnad safranikarva ehk kollakas-oranži rüüd (cīvara), mis on neile ilmi-kute poolt annetatud. Mõned metsas elavad mungad värvivad siiani iidse tava kohaselt ise oma rüüd, mistõttu selle värv varieerub sõltuvalt värvimisel kasutatud looduslikust ainest. Kuna tegemist on naturaalse kanga ja looduslike värvainetega, võib rüü värv muutuda nii aja kui ka iga pesukorraga. Tänapäeval on erinevates koolkondades välja kujunenud kindlad värvi eelistused.

39 Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11.

40 Anattālakkaṇa-sutta SN 22.59.

41 Vinayaṭṭaka, Mahākhanda Kd 1. Arahant on Buddha antud aarija tee õpetuse teostanu, vt täpsemalt ptk „Aarija”.

42 Vinayaṭṭaka, Mahākhanda Kd 1 (8. Mārakathā).

Et meelt mitte häirida ega virgumispüüdlusest kõrvale eksitada, on templi elukorraldus muudetud võimalikult lihtsaks. Kõik mungad järgivad vabatahtlikult 227 ja nunnad 311 juhust. Romantika ja seksuaalsuhted ei ole lubatud, kuna need ei toeta oluliselt peenemate ja sügavamate teadvusseisundite saavutamist ja arendamist. Buddha on õpetanud, et kui seksuaaltungi mitte jõustada, siis see hääbub. Tema õpetus sisaldab muuhulgas ka keskendusharjutusi (nt *asubhābhāvanā*), mille abil on võimalik seksuaaliha peatada ja lõplikult ületada.

Sangha liikmetel on ka kohustus hoolitseda üksteise eest. Kord kohtas Buddha üht haiget munka, kes kannatas kõhuhädade käes ning lebas iseenda kuses ja väljaheites. Kuna teised mungad arvasid, et ta pole enam võimeline virguma, ei pakkunud nad talle abi. Buddha pesi munga puhtaks, vahetas tema riided, asetas ta voodisse ja pöördus sangha poole, lausudes:

„Mungad, teil pole enam ema ega isa, kes teie eest hoolitseks. Kui te, mungad, ise üksteise eest ei hoolitse, kes siis hoolitseb teie eest? Mungad, kes iganes soovib minu eest hoolitseda, hoolitsegu haigete eest.”⁴³

Kuigi Buddha andis sangha harmooniliseks toimimiseks juhised ja reeglid, ütleb ta „Suures lõpliku vaibumise suttas“,⁴⁴ et pole tahtnud sanghat valitseda ega teha seda temast või mõnest teisest isikust ainusõltuvaks. Selle asemel soovib Buddha kujundada igaühel iseendast, tema antud dhammast ja vinajast saar, mis pakuks kindlat kaitset ning aitaks väljuda sansaarast (*saṃsāra*) ehk sünni ja surma ringkäigust ning juhiks virgumisse ja vaibumisse.

Sanghaks nimetatakse ka ilmikutest meeste (*upāsaka*) ja naiste (*upāsikā*) kogukonda, kes järgivad Buddha õpetusi ning kannavad hoolt munkade ja nunnade eest. Tänapäeval järgib Buddha vägivallatut virgumisõpetust 7,1 % maailma elanikkonnast, sh nii Tais, Sri Lankal, Bhutanis, Birmas, Kambodžas, Jaapanis, Hiinas, Vietnaxis, Taiwanis, Koreas, Mongoolias, Indias jm.

43 *“natthi vo, bhikkhave, mātā, natthi pitā, ye vo upaṭṭhaheyyuṃ. tumhe ce, bhikkhave, aññaṃaññaṃ na upaṭṭhahissatha, atha ko carahi upaṭṭhahissati? yo, bhikkhave, maṃ upaṭṭhaheyya so gilānaṃ upaṭṭhaheyya.”* – Cīvarakkhandhaka Kd 8 (23. Gilānavatthukathā).

44 Mahāparinibbāna-sutta DN 16.

BUDDHA ÕPETUS – FILOSOOFIA, RELIGIOON VÕI MIDAGI ENAMAT?

Ikka ja jälle võib kohata arutelusid selle üle, kas Buddha dhamma – mis tähendab nii tõde kui õpetust sellest tõest – on religioon, teadus, filosoofia või midagi muud. Kui võrrelda Buddha dhammat mõne monoteistliku (ainujumala) või polüteistliku (paljude jumalate) usundiga, siis eristub see neist selgelt dogmade puudumise ja jumala(te) kummardamise poolest. Buddha õpetus asub pigem kusagil filosoofia ja psühholoogia piirimal, kuid ei ole kumbki. Kindlasti ei sobitu aga Buddha õpetus läänelikku jumalausul põhinevasse arusaama, kuna tegemist on sisuliselt meelega arendamise süsteemiga, mis põhineb teadlikkuse ja keskenduse (meditatsiooni) süsteemsel arendamisel, mille kasulik mõju inimese heaolule ja üldisele toimetulekule on teaduslikult tõestatud. Seda, mis eristab Buddha õpetust ja usundeid, aitab selgitada järgnev võrdlus.

- Buddha õpetus rajaneb neljal aarija tõel, mis selgitavad olemasolu lõplikku rahulolu mittesisaldavat ehk dukkhalikku olemust ja esitlevad aarija kaheksaosalist teed, mille kaudu on iseenda püüdluste najal võimalik kannatustest lõplikult vabaneda.¹ Erinevad ususüsteemid tuginevad aga usule üleloomulikku jõudu omavasse jumalasse, tema kummardamisele ja teenimisele, mille läbi loodetakse pääseda kas paradiisi või jumala enda juurde, saada soodsam ümbersünd, vabaneda kannatustest või saavutada mõni muu ihaldatav eesmärk.
- Erinevate usundite kohaselt on olemas kas üks jumal (monoteistlikud religioonid nagu kristlus, islam, judaism, sikhism) või mitu jumalat (nt Vana-Kreeka, Vana-Rooma, Vana-Skandinaavia ja Vana-India polüteistlikud religioonid), kellest paljud usutakse olevat igavesed. Buddha õpetuse järgi inimestest erinevate võimetega deevad (*deva*) ehk jumalused küll eksisteerivad erinevates olemasolu valdades, kuid nemadki on lõksus uute sündide rattas. Ka deevad peavad kunagi surema ja vastavalt oma tegude iseloomule uuesti sündima.
- Budalased lähevad kolme kaitse alla, milleks on Buddha, dhamma ja sangha, et teostada Buddha õpetatud kaheksaosaline

1 Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11.

aarija tee ja vabaneda kõikidest kannatustest. Aga usklikud otsivad varjupaika jumalas, kuna usuvad, et vaid usk jumalasse võib päästa soovimatust ja kannatusrohkest põrgust.

- Budalased kummardavad Buddha kuju ees väljendamaks alandlikkust ja lugupidamist oma õpetajasse. Buddhalt millegi palumine on kasutu, kuna Buddha on lõplikult vaibunud (saavutanud *parinibbāna*): ta ei saa meile midagi anda, meie eest kõlbeliselt käituda ega meie eest meelt arendada. Ka jumalatelt millegi palumine ja nende poole palvetamine on Buddha õpetuse seisukohast kasutu. Buddha on öelnud, et tema maise keha kummardamine on ajaraiskamine ja selle asemel tuleks otsustavalt püüelda virgumise poole.² Erinevate ususüsteemide usklikud aga kummardavad jumala või erinevate jumalate kujude ees, väljendamaks neile oma ustavust või tänu, või palumaks, et jumal nende soove täidaks.
- Kristluse kohaselt on inimene juba sündides patune, ta on sündinud patust ja patu sisse. Kuid kui inimene oma patud üles tunnistab ja on jumalale ustav, puhastab jumal ta ülekohtust ja annab patud andeks.³ Buddha aga õpetas, et meie sünd vastab meie endi tegudele ja on tegude vältimatu tagajärg. Religioossele arusaamale vastava patu mõistet Buddha õpetuses ei eksisteeri. See, kes on eelmistes eludes käitunud oskuslikult ehk hästi (sõltumata sellest, kas ta järgib kristlust, hinduismi, Buddha õpetust või peab end ateistiks), sünnib uuesti soodsates ja soovitud tingimustes, vastasel juhul aga sünnib ta seal, kus tuleb taluda puudust ja kannatusi, mis on võrdväärsed nendega, mida ta ise on oma eelmistes eludes loonud.⁴ Buddha on öelnud, et inimene ise määrab ära enda meelega ainult tema ise saab oma meelega puhastada.⁵
- Buddha õpetuse kohaselt on õnnetunne või selle puudumine tingitud meie meeleaseisundist. Kui puhastada meel ahnusest,

2 Mahāparinibbāna-sutta DN 16.

3 "Kui me oma patud tunnistame, on tema ustav ja õige, nõnda et ta annab andeks meie patud ja puhastab meid kogu ülekohtust." – Johannese esimene kiri 1,9.

4 Dvedhāvitakka-sutta MN 19; Nibbedhika-sutta AN 6.63; Sāleyyaka-sutta MN 41; Saṅkhadhama-sutta SN 42.8 jt.

5 "Tõesti, ise tehakse halba, ise end määratakse ära. Ise jäetakse halb tegemata, ise end puhastatakse. Puhtus ja mittepuhtus kuuluvad meile, keegi ei saa teist puhastada." – Dhp 165.

vihast, pettekujutlustest, uhkusest, kadedusest, häbitusest jm plekkidest ning arendada järjepideva keskendumise harjutamisega kiretust, meelerahu, lahkust, sõbralikkust, kaasrõõmu ja teisi heaolu jõustavaid meeleseisundeid ning asjade ja nähtuste tõelise olemuse mõistmist, püsib ka meel rahulik ja rõõmus, sõltumata välistest teguritest. Kristluses on aga nii õnne kui õnnetuse loojaks jumal.⁶

- Kristluses on kõige olemasoleva, seal hulgas maa, taeva, valguse ja pimeduse loojaks jumal.⁷ Buddha õpetus aga seab asjade ja nähtuste tekkimist sõltuvusliku tekkimise kaudu (*paṭiccasamuppāda*), mis toimib põhjus-tagajärg põhimõttel ja mille kohaselt kõik tekkiv on vastavate põhjuste ja tingimuste loomulik tagajärg.⁸ Maailma ja inimesi ei kaitse mingi müstiline kõrgem jõud ning inimesed ei ole jumala loodud, vaid inimese loojateks on tema ema ja isa (*brahmāti mātāpitāro*).⁹
- Kuna kristluses peaks jõudma lunastuse ja igavese eluni jumalasse uskumise, jumala teenimise ja palvetamise kaudu,¹⁰ siis pole võimalik, et rohkem kui 2000 aastat varem elanud inimene, kellel polnud võimalik piiblit lugeda ega jumalasse uskuda, teda teenida ega tema poole palvetada, saavutaks igavese elu ja jumala andestuse. Buddha dhamma järgijad aga saavutavad kõikidest kannatustest vabanemise ja lõpliku virgumise järjepideva tarkuse (*paññā*), kõlbelise käitumise (*sīla*) ja keskendumise (*samādhi*) arendamise abil,¹¹ sõltumata sellest, millisel aastatuhandel või millises maailma paigas nad virgumisõpetust teostavad.
- Usundites saadakse lunastus vm ususpetsiifiline *summum bonum* pärast surma. Kristluses peaks toimuma pääsemine

6 „Mina valmistan valguse ja loon pimeduse, mina annan õnne ja toon õnnetuse, mina, Issand, teen seda kõike.” – Jesaja 45,7.

7 „... ja valge ette tuua kõigile, mis on selle saladuse korraldus, mis on kätketud aegade algusest peale Jumalas, kes kõik on loonud.” – Pauluse kiri efeslastele 3,9.

8 Paṭiccasamuppāda-sutta SN 12.1; Vibhaṅga-sutta SN 12.2, jt.

9 Tittthāyatana-sutta AN 3.61.

10 „Mina olen ülestõusmine ja elu. Kes minusse usub, see elab, isegi kui ta sureb.” – Johannese evangeelium 11,25.

11 Sāmaññaphala-sutta DN 2.

Issanda kohtumõistmise tulemusel.¹² Buddha õpetuse eesmärk – kõikidest kannatustest lõplik vabanemine ning virgumine – on aga saavutatav õige dhamma teostamise kaudu juba selles elus, siin ja praegu.¹³

- Usundites on olulisimal kohal täielik ja tingimusteta usk jumalasse, kõige loojasse, kuna vaid seeläbi on võimalik pääseda jumala vihasst. Buddha on aga öelnud, et keegi ei tohiks uskuda tema õpetust pimesi, iga inimene peab ise jõudma arusaamiseni sellest, kas mingi õpetus on õige ehk oskuslik või mitte, kas see toob kasu või kahju, ning järgima õpetust vaid juhul, kui see toob heaolu ja õnne nii temale endale kui ka kõikidele teistele elusolenditele.¹⁴ Buddha ei õpetanud järgima ennast, vaid tõde.

Buddha kinnitas, et tõepoolest on lõpmatu kosmose avaruses olemas inimesele nähtamatud kõrgemad olendid ehk deevad (*deva*), kuid eitas kõikelooja issanda (*issara*) olemasolu. „Devadaha sutta”¹⁵ kohaselt usutakse issand-loojast juurdunud vaate (*issaranimmana-hetu-ditṭhi*) puhul ekslikult, et on olemas suur Brahmā või issand-jumal, kõikvõitnu, keda keegi ei suuda vallutada, kõikvõimas, kõike nägev ja kõike teadev, ülim, täiuslik valitseja, kõige olnu, oleva ja tuleva looja ning kõikide inimeste ja olendite isa. Kui aga olenditele põhjustaks nende looja-jumal nii õnne ja kannatust, oleks nad ilmselgelt kurja jumala loodud, kuna inimene peab läbi elu kogema loendamatul hulgal erinevaid kannatusi. Iga päev surevad maailmas tuhanded lapsed nälga ning pannakse toime tuhandeid kuritegusid, sh julmi vägistamisi, peksmisi, orjastamisi, rüüstamisi, piinamisi, mõrvasid jms. Suttas selgitab Buddha, et kui selliseid kannatusi loov jumal olekski olemas, oleks see jumal taunimist väärt. Kui aga sellist kõikeloajat jumalat ei ole olemas, siis on issand-loojasse uskumise õpetamine taunimist väärt.

Buddha õpetuses sisalduva usu (*saddhā*) tähendus erineb oluliselt usu tähendusest teistlikes jumalausu religioonides. See on pigem usaldus, mis sünnib õige dhamma kuulumisest ja teostamisest tuleneva isikliku kogemuse ning vahetu nägemise teel ja kujuneb lõplikult välja taipamisel

12 „Sest Issand on meie kohtumõistja, Issand on meie käsuandja, Issand on meie kuningas, tema päästab meid.” – Jesaja 33.

13 Sāmaññaphala-sutta DN 2, Saṃyuttanikāya, Okkantikasamyyutta.

14 Kālāma-sutta AN 3.65.

15 Devadaha-sutta MN 101.

põhinevast tarkusest.¹⁶ Buddha on võrrelnud pimedat usku ühest nööri kinni hoides edasi liikuvate pimedate meestega, kes järgnevad mehele, kes on samuti pime.¹⁷ 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) alusetu (*amūlakasaddhā*), või (2) kindel, teadmuspõhine (*aveccappasāda*) ehk arukas ja põhjendatud (*ākāravatisaddhā*). Virgumisõpetus kutsub vaatama ja nägema (*ehipassika*),¹⁸ mitte pimesi uskuma.

Samas esineb ka tänapäeval Buddha järgijate seas teadmatust ning pimedat usku. Osad õpetajad käituvad eriliselt sõbralikult ja kaastundlikult või tunduvad inimestele mõnel muul põhjusel põneva ja karismaatilisena. Paljud usuvad nende õpetajate igat sõna ja järgivad neid pimesi. Kui aga põhjalikumalt uurida, võib selguda, et nende õpetajate sõnad, mõtted ja teod ei ole alati nii puhtad, kui arvatakse. Mõned neist käituvad kõlbelt, elavad luksuses või on klammerdunud rituaalidesse. Teised järgivad ja õpetavad edasi tantrismist, brahmanismist, hinduismist või virgumata õpetajate kirjutistest pärit õpetusi ja praktikaid või käituvad muul moel Buddha munga jaoks sobimatult. Osad budismi alla liigitatud praktikad on aga Buddha autentse dhammaga suisa vastuolus. Mõned virgumata õpetajad ei ole kohkunud tagasi panemast väljamõeldud tekste ja spekulatsioone isegi Buddha enda suhu. Buddha nägi seda ette ja õpetas:

„Need kaks on, bhikkhud, Tathaagata laimajad. Millised kaks? See, kes Tathaagata mitteräägitut ja mitteöeldut selgitab kui Tathaagata räägitut ja öeldut, ning see, kes Tathaagata räägitut ja öeldut selgitab kui Tathaagata mitteräägitut ja mitteöeldut.“¹⁹

16 Kosambi-sutta SN 12.68.

17 Caṅkī-sutta MN 95.

18 Sekha-sutta MN 53; Paṭhamavibhaṅga-sutta SN 48.9; Brahmācariyogadha-sutta SN 55.2 jpt.

19 *“dveme, bhikkhave, tathāgataṃ abbhācikkhanti. katame dve? yo ca abhāsitaṃ alapitaṃ tathāgatena bhāsitaṃ lapitaṃ tathāgatenāti dīpeti, yo ca bhāsitaṃ lapitaṃ tathāgatena abhāsitaṃ alapitaṃ tathāgatenāti dīpeti. Ime kho, bhikkhave, dve tathāgataṃ abbhācikkhantīti.”* – Bāla Vagga AN 2.23. Kuna hiljem tekkinud sektides loodud „uued suutrad“, mida mõnikord sügavast teadmatusest isegi Buddha algõpetuse „taastamiseks“ peetakse, ei ole Buddha õpetatud, siis ei saa neid pidada ajaloolise Buddha Gotama õpetuse teostamiseks, veel vähem algõpetuse taastamiseks.

Kui selline valskus välja tuleb, tunnevad inimesed pettumust. Osad lõpetavad meditatsioonipraktika ja teised kaotavad usalduse virgumisõpetusse, visates nii pesuveega ka lapse minema. Et säilitada õige dhamma puhtus ja pikaajaline kestmajäämine, õpetas Buddha munkadele järgima vaid tema antud dhammat.²⁰ Ta kinnitas, et tulevikus hakkavad osad bhikkhud järgima teiste õpetajate, kirjanike ja filosoofide tekste, mis ongi põhjuseks, miks tema antud õige virgumisõpetus siit maailmast kaob.²¹ Tõelise dhamma kadumist ei põhjusta Buddha sõnade kohaselt maa-, vee-, tule-ega tuuleelement, vaid arutud ja tühised isikud (*mogha-purisā*), kes põhjustavad tõelise dhamma võltsimise. Seejuures ei kao õige dhamma ühekorraga nagu uppuv laev, vaid pikema aja jooksul, järk-järgult.²²

Buddha juhise kohaselt ei peaks munk tema sõnadeks nimetatud tekste pimesi autentseks tunnistama, vaid ta peaks (1) kuulnud põhjalikult analüüsima ning võrdlema neid paali kaanonis toodud (2) algtekstide ehk suddade ja (3) vinajaga. Kui neid sõnu või tekste ei leita paali suddadest ja ka Vinaja ei paku ühtegi sellekohast kinnitavat tõendit, tuleb järeldada, et need sõnad ja tekstid ei kuulu Ülimale, Arahandile, Õigesti Mõistnule (*bhagavato vacanaṃ arahato sammāsambuddhassa*) ega ole õige virgumisõpetus; need on valesti või halvasti vastu võetud (*duggahitan*) ning tuleks hüljata ja kõrvale heita (*chaḍḍeyyātha*). Kui aga need sõnad ja tekstid on leitavad teistes suddades ning leiavad kinnitust vinajas, siis tuleks järeldada, et need kuuluvad tõepoolest Ülimale, Arahandile, Õigesti Mõistnule, need on õigesti ja hästi vastu võetud (*suggahitan*) ning munk peaks võtma need virgumise teostamise aluseks.²³ Buddha on kinnitanud, et ta on ülim tarkuses, ületamatu inimeste suunaja, võrreldamatu õpetaja ning tema antud õpetus on ajatu ja täiuslik – hästi kuulutatud ja selgitatud (*svākkhāto bhagavatā dhammo*), siin ja praegu nähtav (*sandiṭṭhika*), edasiviiv (*opaneyyiko*) ning avastama kutsuv (*ehipassika*), mida peab iga tark ise mõistma (*paccattaṃ veditabbo viññūhī*).²⁴

20 Mahāpadesasutta [Mahāpadesadesanā] AN 4.180.

21 Āṇi-sutta SN 20.7.

22 Saddhammappatirūpaka-sutta SN 16.13.

23 Mahāpadesasutta [Mahāpadesadesanā] AN 4.180.

24 „*itipi so bhagavā araham sammāsambuddho vijjācaraṇasampanno sugato lokavidū anuttaro purisadammasārāhi satthā devamanussānam buddho bhagavā ti.*” Samasugust vormelit sisaldavad mitmed suddad, sh Sekha-sutta MN 53; Paṭhamavibhaṅga-sutta SN 48.9; Brahmacariyogadha-sutta SN 55.2; Nivesaka-sutta AN 3.75; Akkhaṇa-sutta AN 8.29; Vitthata-sutta AN 5.2; Mahāparinibbāna-sutta DN 16; Uposatha-sutta AN 3.70 jpt.

Buddha ei ole kunagi õpetanud ega isegi vihjanud, et tema õpetatud dhammat võiks mittevirgunu (munk, laama või keegi muu) täiendada või kaasajastada, või et keegi võiks tema suhu panna dharmat, mida ta kunagi õpetanud ei ole, põhjendades seda näiteks arvamusega, et „kõik dharmad on võrdsed“ või pidades sellist käitumist Buddha antud õpetuse kaasajas- tamiseks, täiendamiseks, edasiarendamiseks või hoopis algse õpetuse taastamiseks. Selline arusaam on sügavalt ekslik, Buddha juhistega vastu- olus olev ja väljendab autentse virgumisõpetuse mittetundmist.

Et mõista, mis on õige virgumise tee ning sel teel kindlalt püsida, tuleb pöörduda paalikeelses „Tipitakas“ toodud algtekstide juurde. Vaid Buddha enda sõnadele vastavus määrab ära selle, mis on õige õpetus ja aarija tee, ning mis seda ei ole. Õige dhamma järgija ei lähe mitte kunagi ühegi teise õpetaja ega laama kaitse alla, vaid ainult virgunud Buddha, tema antud dhamma ja sangha kaitse alla.²⁵

Kuna Buddha õpetuse puhul pole tegemist tõestamatu ususüsteemiga, mis tunnistaks kõrgema jumala olemasolu, kes on kõige looja, omab ini- meste 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:

*„Kõiksugu kurja mittetegemine, oskusliku omandamine,
oma teadvuse puhastamine – see on buddhade õpetus.“²⁶*

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.

25 Madhura-sutta MN 84.

26 „sabbapāpassa akaraṇaṃ, kusalassa upasampadā, sacittapariyodapanaṃ, etaṃ buddhāna sāsanaṃ.“ – Dhp 183. Need on ka Ovādapāṭimokkha neli esimest rida.

NELI AARIJA TÕDE





Pärast kuus aastat kestnud pingelist ja katkematut püüdlemist saavutas Gotama mais täiskuu päeval (*vesākha*) Bodhgayās bodhipuu all virgumise. Oma esimeses õpetuses, milleks oli „Dhammaratta pöörlemapanemise sutta“¹, rääkis ta neljast aarija tõest ja aarija kaheksaosalisest teest, mis moodustavad kannatustest vabanemise õpetuse vundamendi ning millel põhineb kogu tema virgumisõpetus. Buddha ei ole nende tõdede looja ega väljamõtleja, vaid ta nägi neid virgunud meeleseisundis.²

NELI AARIJA TÕDE (*cattāro ariya sacca*)

1. Kannatuse aarija tõde	(<i>dukkha ariyasacca</i>)
2. Kannatuse tekkimise aarija tõde	(<i>dukkhasamudaya ariyasacca</i>)
3. Kannatuse lakkamise aarija tõde	(<i>dukkhanirodha ariyasacca</i>)
4. Kannatuse lakkamisele viiva tee aarija tõde	(<i>dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasacca</i>)

Allikas: Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11

Buddha nimetas eeltoodud nelja avaldust „Dhammaratta pöörlemapanemise suttas“ tõeks (*sacca*), kuna need väljendavad eksistentsiga kaasnevaid ümberlükkamatuid fakte, mis on tõesed, muutumatud ja ajatud. Auväärse Buddhaghosa Thera selgituse kohaselt nimetatakse neid aarija tõdedeks (*ariyasacca*), kuna need (1) esindavad kõrgeimat ehk aarijale omast meeleseisundit, milleni ühel olendil on võimalik jõuda; (2) on õpetatud Ülima Aarija enda poolt, kes ise selle meeleseisundi ka saavutas; ning (3) on antud Ülima Aarija järgijatele (*sangha*), kelle eesmärgiks on siseneda aarija tee, teostada neli aarija tõde ning aarija kaheksaosaline tee. Selleks läbib aaria teele sisenenud aaria isik neli puhastumise etappi, mille kulminatsiooniks ongi aaria isiku lõplik väljakujunemine ehk arahandiks saamine, virgumine (*bodhi*) ning vaibumine (*nibbāna*). Kuigi neli aarija tõde avaldas inimkonnale Buddha, eksisteerisid need juba enne tema sündi ja eksisteerivad ka pärast Buddha lõplikku vaibumist (*parinibbāna*).³

1 Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11.

2 Dvedhāvitakka-sutta MN 19.

3 Nagara-sutta SN 12.65.

KANNATUSE AARIJA TÕDE

Kannatuse aarija tõde (*dukkha ariya sacca*) ütleb, et kannatused on olemasolu lahutamatu osa:

„See aga, mungad, on kannatuse aarija tõde. Sünd on ju kannatus, vanadus on ju kannatus, haigus on ju kannatus, surm on ju kannatus; kokkupuude ebameeldivaga on kannatus ja lahusolek meeldivast on kannatus; kannatus on see, kui ei saada, mida ihaldatakse; lühidalt: viis olemasollu klammerdumise kogumikku on kannatus.“⁴

Kui enamiku religioonide aluseks on uskumus, mis rajaneb tõestamatule legendile või müüdile mingist vältimatust autoriteedist, siis Buddha õpetus johtub inimkonna universaalsest kogemusest – me kõik puutume kokku kannatustega ja me kõik soovime neist vabaneda.

„Tõe jaotuste suttas“ ja „Suures teadlikkuse loomise suttas“⁵ täpsustab Buddha nelja tõe sisu. **Sünd** (*jāti*) on viie olemasollu klammerdumise kogumiku ja tajude ilmnemine.⁶ Sünd on kannatus nii emale kui lapsele ning sellest saavad alguse kõik elu ja vananemisega kaasnevad vaevad kuni surmani välja. **Vanadus** (*jārā*) tähendab hammaste lagunemist ja väljakukkumist, halli ja kiilanevat pead, kortsulist nahka, küürduvat selga, kuulmise ja nägemise halvenemist ning järjepidevalt kahanevat eluiga. Vanadusega käivad paratamatult kaasas elujõu raugemine ja **haigused** (*vyādhi*), mis kätkevad endas nii kehalist valu kui kurbust.

Kuna olemasolu on ajaline, on **surm** (*marāṇa*) paratamatu. Surm on ainelise vormi (*rūpa*) ehk keha (*kāya*) laialilagunemine ja kõikide tajude lakkamine, olendite kadumine. Kuigi surm ise ei valmista kehalist valu (seda teeb haigus vm tegur), on surmahirm suurim vaimse kannatuse põhjustaja. Hirm surma ees võib olla nii suur, et sunnib mõnd muidu

4 „*idaṃ kho pana, bhikkhave, dukkhaṃ ariyasaccaṃ – jāti pi dukkhā, jarā pi dukkhā, byādhī pi dukkho, maraṇampi dukkhaṃ, appiyehi sampayogo dukkho, piyehi vippayogo dukkho, yampicchaṃ na labhati tampi dukkhaṃ – saṃkhittena pañcupādānakkhandhā dukkhā.*“ – Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11.

5 Saccavibhaṅga-sutta MN 141; Mahāsatipaṭṭhāna-sutta DN 22.

6 Viis olemasollu klammerdumise kogumikku on see, mida virgumata meel tajub inimese või isikuna. Kuue taju abil toimub maailmaga suhestumine. Vaata ka ptk „Viis klammerdumise kogumikku“.

terve mõistusega inimest uskuma pimesi müstilisi ja seletamatuid, ebaloogilisi jõude. Kuna surma saabudes tuleb lahkuda oma elukaaslasest, lastest, perest ja kõikidest tuttavatest, on surm tavainimese (*puthujjana*) jaoks äärmiselt hirmutav. Teadmatus olemasolu ja inimkeha tõelisest olemusest tekitab kõikehaaravat surmahirmu ja muret selle ees, mis juhtub pärast surma.

Erinevates suttades on Buddha nimetanud *dukkha*'ks ka leina, hala, valu, pahameelt ja ahastust (*sokaparidevadukkhadomanassupāyāsā*).⁷

Surmaga seoses kogetav **lein** (*soka*) on seotud sügava sisemise mure ja kurbusega. **Hala** (*parideva*), kurtmine ja hädaldamine näiteks pärast lähedase inimese surma on samuti kannatus. Pidevat kurtmist ja nutulaulu on raske taluda nii halajal endal kui ka neil, kes seda kuulma peavad.

Kannatust põhjustavad nii **kehaline valu** (*dukkha*), nagu näiteks pea- ja liigesvalu, kui ka kurbusega kaasnevad psühhosomaatilised vaevused, nagu näiteks leinast ja muretsemisest tingitud südamevalu.

Pahameel (*domanassa*) on meeleline kannatus, näiteks meeles tekkinud ebameeldiv ja rusuv tunne, mis võib olla tingitud soovimatuga kokkupuutest, ajalise olemasoluga leppimatuses või jõuetusest muuta elu oma soovi kohaselt. Pahameel on seotud ka viie kaotusega (*pañca byasanāni*), milleks on lähedase inimese kaotus, vara kaotus, tervise kaotus ja pika eluea võimaluse kahanemine, kõlbeline allakäik ning õigest vaatest valesse vaatesse häälbimine.⁸

Ahastus (*upāyāsa*), mis võib olla tekkinud masendusest, lõplikust lootuse kaotamisest või jõuetuks tegevast hirmust surma ja teadmatuses ees, on samuti kannatus.

Kannatus on ka **kokkupuude ebameeldivaga** (*appiyehi sampayoga*), nagu näiteks matustel viibimine, kus tuleb tunnistada lähedase täielikku ja lõplikku kadumist. Kuigi selline *dukkha* pole otseselt kehaline valu, kogevad inimesed siiski ebameeldivaid tundeid. Siia alla kuulub iga sugune kokkupuude ebameeldiva või vastumeelse vormi, heli, lõhna,

7 Lein, hala, valu, masendus ja ahastus ei esine „Dhammaratta pöörlemapanemise suttas“, kuid esinevad „Tõe jaotuste suttas“, „Suures teadlikkuse loomise suttas“ jm.

8 Saṅgīti-sutta DN 33, Vb lk 183.

maitse ning kombitava või meelelise objektiga, sealhulgas inimesega, kes soovib õnnetust, kahju, haiguseid või rikkuda meelerahu.

Ka **lahusolek meeldivast** (*piyehi vippayoga*) loob kannatusi. Kallist inimesest, isast, emast, vennast, õest, sõbrast, kaaslasest või sugulasest lahusolek, lootuste mittetäitumine ning unistuste purunemine tekivad pettumust, viha, süüdlaste otsimist ja süüdistamist ning vaenlaste loomist – kõik need on kannatuse erinevad avaldumisvormid. Siia alla kuulub igasugune lahusolek meeldivast või meeltülendavast vormist, helist, lõhnast, maitsest ning kombitavast või mentaalsest objektist, sh inimesest, kes soovib õnnestumisi, kasu, tervist ja rahu.

Kannatus on ka **ihaldatava mittesaamine** (*icchitālābha*). Siia alla kuulub ka iha vabaneda eluga kaasnevatest kannatustest ja uutest sündidest. Kui puudub aga selge arusaam sellest, mis on kannatus ja kuidas see tekib, samuti teadmine kannatuse lakkamisele viivast kaheksaosalisest teest, või kui see teadmine on pelgalt akadeemiline, intellektuaalse dispuudi või õpetamise objekt, siis ei ole kannatuse lõppemine võimalik.

„Dhammaratta pöörlemapanemise suttas“ tõdeb Buddha kokkuvõtvalt, et kannatus on **viis klammerdumise kogumikku** (*pañcupādānakkhandhā*) – vorm, tunne, tajus, moodustised ja teadvus –, mis koos moodustavad selle, mida virgumata meel peab inimeseks.⁹ Mitteteadmisest (*avijjā*), ihast (*taṇhā*) ja valest vaatest (*micchādiṭṭhi*) tingitud viiekordne klammerdumine olemasollu ongi Buddha õpetuse kohaselt kannatuse tekkimise juurpõhjus.

Igapäevaeluga kaasnev kannatus ja sellest teadlikolek on universaalne. See väljendub erinevates usundites, õpetustes, teaduses ja kunstis. Aga arusaam sellest, mis on kannatuse põhjus, kuidas see tekib ja kuidas on võimalik seda ületada, erineb. Mõned usuvad, et kannatusi loob jumal, et inimesi proovile panna või „läbi katsuda“. Teised kummardavad puid ja pöösaid või päikest ja kuud, lootes, et see meeldib eriliste võimetega kõrgematele olenditele ja nood vabastavad nad kannatustest. Osad inimesed usuvad, et kannatusi saab ületada näiteks kõrge mäe tippu ronides või andudes täielikult mõnele muule kannatusi unustada aitavale

9 Vaata ka ptk „Viis klammerdumise kogumikku“.

või naudingut pakkuvale tegevusele. On ka neid, kes otsivad kannatustele leevendust kristallidest ja metallidest. Sellised virgumise suhtes piiravad uskumused on eksisteerinud enne meid ja jäävad alles ka tulevikus. Kõiki neid uskumusi ühendab aga mõistmine, et elus esineb kannatus ja sellest soovitakse vabaneda.

KANNATUSE TEKKIMISE AARIJA TÕDE

Kannatuse tekkimise aarija tõde (*dukkha samudaya ariya sacca*) selgitab kannatuse päritolu:

„See aga, mungad, on kannatuse tekkimise aarija tõde. Selleks on iha, mis juhib uutesse sündidesse, millega kaasnevad kirm ja nauding, mis ilmnevad kord siin, kord seal – naudinguiha, olemasoluiha ja mitteolemasoluiha.”¹⁰

KOLM IHA (<i>tāṇhā</i>)	
1. Naudinguiha	(<i>kāmatāṇhā</i>)
2. Olemasoluiha	(<i>bhavatāṇhā</i>)
3. Mitteolemasoluiha	(<i>vibhavatāṇhā</i>)
Allikas: Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11	

Kannatuse tekkimise aarija tõde ütleb, et kannatusel on põhjus, milleks on *taṇhā* – iha. Klammerdumise järjest uuenevatesse ihadesse ongi Buddha õpetuse kohaselt üks *kamma* (sansk *karma*) tekke allikas, meie kõigi kannatuste tuum ja kogu inimeksistentsi juurpõhjus.

Iha (*taṇhā*) liigitub Buddha õpetuses mitteoskusliku alla. **Tahe** ehk kavatsus (*cetanā*) võib olla kas oskuslik või mitteoskuslik, sõltuvalt tahte tekke põhjuseks olevast. Ahnusest, vihast ja pettekujutlusest (*lobha*, *dosa*, *moha*) võrsunud tahe on mitteoskuslik ja nende kolme puudumisest

¹⁰ „*idaṃ kho pana bhikkhave, dukkhasamudayo ariyasaccaṃ: yāyaṃ taṇhā ponobhavikā nandi rāgasahagatā tatra tatrābhinandinī, seyyathīdaṃ: kāmatāṇhā bhavatāṇhā vibhavatāṇhā.*” – Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11.

(*alobha, adosa, amoha*) tekkinud tahe on oskuslik. **Soov** (*chanda*) aga liigitub enamasti oskusliku ehk virgumist soodustava alla.

Naudinguiha (*kāmaṭaṇhā*) on lakkamatu himu kogeda kõigi kuue meele abil naudinguid, mida pakuvad näiteks kaunis vaatepilt, meeldivad helid ja lõhnad, maitsev toit, naudingut pakkuvad puudutused või erutav filosoferimine.¹¹

Olemasoluiha (*bhavataṇhā*) ehk uuesti sündimise iha rajaneb eternalistlikul ehk igavikulisel vaatel (*sassatadiṭṭhi*) ja minavaatel (*attadiṭṭhi*), mille kohaselt eksisteerivad igavesti nii maailm kui ka aatman (*attan, sansk ātman*) ehk mina (*atta*) või hing (*jīva*). See on iha sündida üha uuesti kas naudingutasandil (*kāmabhūmi*), vormitasandil (*rūpabhūmi*) või vormitatasandil (*arūpabhūmi*).¹² Lõputu ihade rahuldamine loob piiratud uskumuse, et naudingud ei lõpe kunagi, mis läbi iha olemasolu ja uuesti sündimise järele vaid hoogustub.

Olemasoluiha allikas on mitteteadmine (*avijjā*), mille kaudu ilmnevad **kolm moonutust** (*vipallāsa*), mis takistavad nägemast olemasolu nii, nagu see tõeliselt on: (1) tajumoonutused (*saññāvipallāsa*), (2) teadvusemoonutused (*cittavipallāsa*) ja (3) vaatemoonutused (*diṭṭhivipallāsa*). Tekkinud moonutuste tõttu kujuneb väär uskumus, et püsitu (*anicca*) on püsiv (*nicca*), kannatus (*dukkha*) on õnn (*sukha*), mitte-mina (*anatta*) on mina (*attā*) ja ebameeldiv (*asubha*) on meeldiv (*subha*).¹³ Moonutused ei võimalda näha nelja tõde ja soodustavad seeläbi kannatusi tekitavat käitumist.

Kuigi olemasoluiha on alusetu ja ei ole võimalik öelda, et enne seda polnud iha ja pärast seda tekkis iha, on see põhjuslikult tingitud (*idappaccayatā*). Buddha on selgitanud „Iha suttas“¹⁴, et:

- olemasoluiha põhjustav tingimus on mitteteadmine (*avijjā*);
- mitteteadmine on põhjuslikult tingitud viiest takistusest (*pañca nīvaraṇa*);¹⁵

11 Vaata ka ptk „Sõltuvuslik tekkimine“.

12 Saṅgīti-sutta DN 33; Dasuttara-sutta DN 34; Dutiyakoṭigāma-sutta SN 56.22 jt.

13 Vipallāsa-sutta AN 4.49.

14 (Āhāra) Taṇhā-sutta AN 10.62.

15 Vaata ka ptk „Mida tähendab meele arendamine?“.

- viis takistust on põhjuslikult tingitud kolmest kannatusi toovast käitumisest (*tiduccarita*);¹⁶
- kolm kannatusi toovat käitumist on põhjuslikult tingitud võimete mitteohjamisest (*indriya asaṃvara*);¹⁷
- puudulik meelte ohjamise võime on põhjuslikult tingitud mitte-teadvustatud arusaamisest (*asata sampajañña*);
- mitteteadvustatud arusaamise põhjuslikuks tingimuseks on mitteamukas tähelepanu (*ayoniso manasikāra*);
- mitteamukas tähelepanu on põhjuslikult tingitud (usaldava ja aruka) usu puudumisest (*assaddhiya*);
- (usaldava ja aruka) usu puudumise põhjuslikuks tingimuseks on mitteõige dhamma kuulamine (*asaddhammassavana*);
- mitteõige dhamma kuulmise põhjuslikuks tingimuseks on suhtlemine väärivate meestega (*asappurisasamseva*).

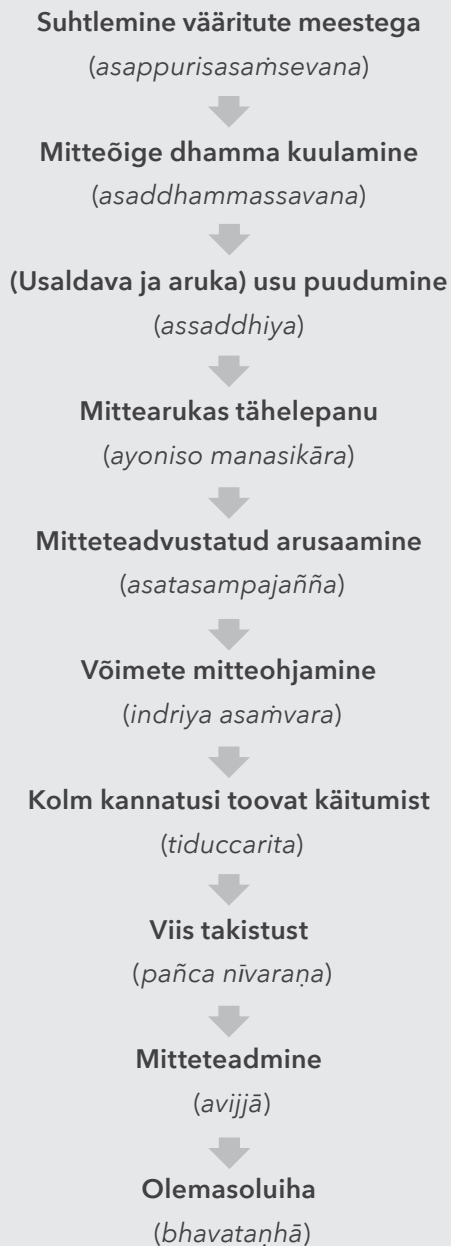
Samamoodi on tingitud ka vabanemisteadmiste saavutamine (*vijjāvimuttimpāha*), mille erinevust olemasoluiha põhjustavatest tingimustest selgitavad uue sünni iha ja vabanemise põhjusliku tingituse joonised.

Mitteolemasoluiha (*vibhavataṇhā*) rajaneb lõpliku hävinemise vaatel (*ucchedadiṭṭhi*) ehk uskumusel, et on olemas vaid praegune elu, millele uut sündi ei järgne – surm on täielik ja lõplik hävinemine. Sestap tahetakse võtta elult kõik, mis võtta annab ja kogeda võimalikult palju erinevaid naudinguid. Teised jälle sooritavad enesetapu, lootes, et see päästab kannatustest, kuid paraku järgneb sellisele oskamatule teole uus sünd veelgi raskemates tingimustes. Taoline mõtteviis ei toeta tarkuse, kõlbluse ja keskendumise arendamist ega soodusta ennast, teisi inimesi ja keskkonda kahjustavast käitumisest hoidumist.

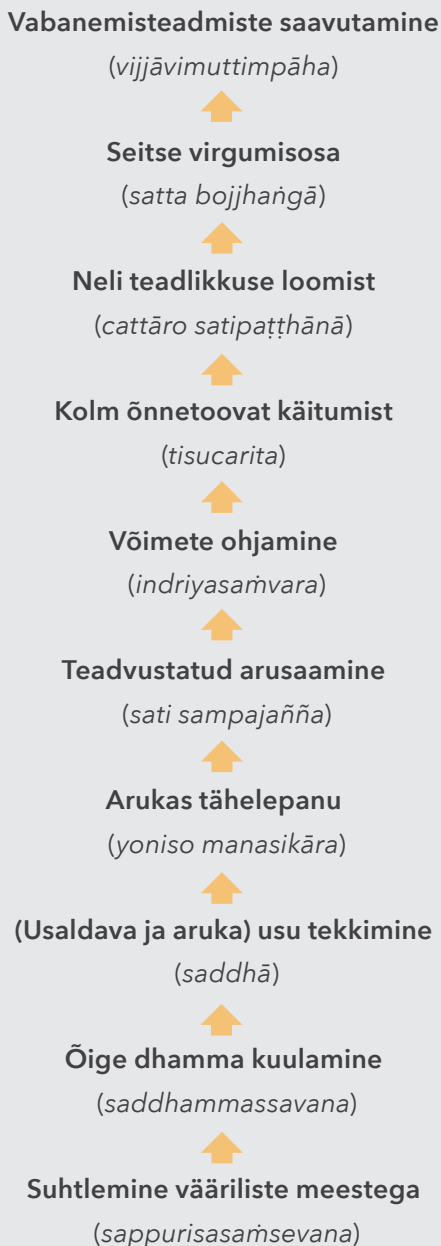
16 Kolm kannatusi toovat käitumist on keha, kõne ja meele tasandil tehtud mitteoskuslikud teod, mis on võrsunud kolmest mitteoskuslikust juurest, milleks on ahnus, viha ja pettekujutus (*lobha, dosa, moha*).

17 Võimete ohjamine (*indriyasamvara*) tähendab kuue võime (nägemine, kuulmine jt) teadvustamist ning kontrollimist.

UUE SÜNNI IHA PÕHJUSLIK TINGITUS



VABANEMISE PÕHJUSLIK TINGITUS



Allikas: Taṇhā-sutta AN 10.62

Buddha on öelnud, et kõik hädad, raskused ja vaen, alates peresisesest tülist kuni riikidevaheliste sõjaliste konfliktideni välja, on iha (*taṇhā*) vili.¹⁸ Ihaldatavasse klammerdumine juhib inimese kaosesse. Kõigi majanduslike, sotsiaalsete ja poliitiliste konfliktide põhjuseks on isekas „mina tahan“. Inimese vajadused on kasinad, kuid ihadel ei ole lõppu. Kuni maailma juhtivad poliitikud püüavad rahu saavutada ja säilitada vaid majanduslike, poliitiliste ja sõjaliste vahenditega, pööramata tähelepanu põhipõhjusele – ihale, juhitakse ühiskonda edasi kui iha orja (*taṇhādāso*).

KANNATUSE LAKKAMISE AARIJA TÕDE

Kannatuse lakkamise aarija tõde (*dukkhanirodha ariyasacca*) ütleb, et meie kannatus on vabatahtlik ning sellest on võimalik vabaneda. „Dhammaratta pöördlemapanemise suttas“ Buddha lausub:

„See aga, mungad, on kannatuse lakkamise aarija tõde, milleks on selle iha jäägitu, kiretu lakkamine, sellest loobumine, selle hülgamine ja ihkamisest vabanemine.“¹⁹

Kui vabastada ennast ihadest, lakkavad ka kannatused. Ihad ei lakka mitte nende rahuldamise, vaid neist järk-järgult loobumise teel. Seega on meil Buddha sõnul valida: kas taluda kannatusi või kõikidest kannatustest vabaneda.

Kannatuse täielik ja lõplik lakkamine ongi nibaana ehk vaibumine (*nibbāna* [*ni* „ei“, „mitte“ + *vana* iha (*taṇhā*) kujundlik väljend]), mis tähendab tajupõhiste naudingutega (*kāma*) seotud ihade lõppemist.²⁰ „Tipiṭakas“ on virgumist kirjeldatud totaalse transformatsioonina, mis tekib kõlbeliste virgumisteadmiste (*dhammavinaya*) sihikindla teostamise tulemusel. Virgumisseisundis on mitteteadmine (*avijjā*) ületatud ning kirm (*rāga*), viha (*dosa*), pettekujutus (*moha*) jäädavalt lakanud.²¹

18 Mahādukkhakkhandha-sutta MN 13.

19 „*idaṃ kho pana bhikkhave dukkhanirodham ariyasaccaṃ: yo tassā yeva taṇhāya asesavirāganirodho cāgo paṭinissaggo mutti anālayo.*“ – Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11.

20 „... *nikkāmo nibbano...*“ – Pārāyanānugītigāthā Snp 5.19.

21 „... *rāgakkhayo dosakkhayo mohakkhayo – idaṃ vuccati nibbānaṃ'ti.*“ – Nibbānapañhā-sutta SN 38.1.

Igavest ja täielikku vabanemist kõikidest kannatustest pole mittevirgumisel vastava kogemuse puudumise tõttu võimalik lõpuni mõista. Kuna virgumine asub väljaspool loogikat ja arutlusvõimet (*atakkāvacara*) ning kuna sõnad kui asju, mõtteid ja kogemusi esindavad sümbolid on oma olemuselt piiratud, on Buddha püüdnud anda virgumise seisundit edasi rohkete selgituste, metafooride ja poeetiliste epiteetide toel. Tema sõnade kohaselt iseloomustab nibaanat ehk vaibumist (*nibbāna*) kõikide tulvade lakkamine (*āsavakkhaya*),²² jäägitu vabanemine kümnest koidikust (*dasa saṃyojana*),²³ vankumatus (*acala*),²⁴ täielik püsivus (*accuta*),²⁵ täielik loobumine (*nekkhamma*),²⁶ tüüne rahulikkus (*santipada*),²⁷ kõikide moodustiste (*saṅkhāra*),²⁸ iha (*taṇha*) ja kire (*rāga*)²⁹ ning olemasolliku (*bhava*) tulemise lõplik lakkamine (*nirodha*).³⁰ See on teadvuse (*viññāṇa*) täielik peatumine ja kõigutamatu, absoluutse ning igavese rahu ja häirimatuse saavutamine.

Vaibumine (paali *nibbāna*, sansk *nirvāṇa*) ise ei ole otseselt millegi (iha, viha, teadmatuse vms) lõppemine, kuna liigitub lõpliku tõe alla,³¹ mis tähendab, et see ei ole tekkinud, ilmnenu, loodud ega moodustunud³²

22 „... sāvakā āsavānaṃ khayā ...” – Arakkheyya-sutta AN 7.58.

23 „... sabbasaṃyojanātītaṃ vanā nibbanam āgataṃ...” – Nāga-sutta AN 6.43; Udāyittheragāthā Thag 15.2.

24 „patto acalaṭṭhānaṃ...” – Maṇḍūkadevaputtavimānavatthu Vv 51.

25 „... nibbānaṃ accutaṃ padaṃ.” – Ekadhammassavanīyattheraapadāna, Tha Ap 429.

26 „... vanā nibbānaṃ āgataṃ, kāmehi nekkhammarataṃ...” – Nāga-sutta AN 6.43.

27 „santiti nibbutiṃ ṇatvā...” – Tuvaṭṭaka-sutta Sn 4.14.

28 „...sabbasaṅkhārasamatho... nibbānaṃ.” – Brahmāyācana-sutta SN 6.1.

29 „... taṇhakkhaya virāgo nirodho nibbānaṃ.” – Brahmāyācana-sutta SN 6.1; „... virāgāya nirodhāya...” – Tathāgata parammaraṇa-sutta SN 16.12.

30 „... bhavanirodho nibbānanti.” – Auväärse Mūsila, Auväärse Pavitṭha, Auväärse Nārada ja Auväärse Ānanda vahelisest vestlusest, vaata Kosambi-sutta SN 12.68.

31 Suttantas esinevad mõisted „aarija tõe” (*ariyasacca*) ja „mitteaarija tõe” (*anariya-sacca*). Abhidhamma kohaselt eksisteerivad kaks tõe: suhteline tõe (*sammutisaccā*) ja lõplik tõe (*paramatthasaccā*). Suhteline tõe on üldtunnustatud tõe, mille moodustavad subjektiivsed, ajas muutuvad vaated (uskumused, eelarvamused, hoiakud ja väärtushinnangud). Suhteline tõe rajaneb mõtlemisel ja kujundab subjektiivse reaalsuse. Lõplik tõe esindab objektiivset eksistentsi, muutumatut tõelisust, milleks on: (1) teadvus (*citta*), (2) meeletegurid (*cetasika*), (3) vorm ehk mateeria (*rūpa*) ja (4) vaibumine (*nibbāna*). Abhidhammapiṭaka, Kathāvatthu; Aṅguttaranikāya Aṭṭhakathā, Manorathapūraṇī ja Kathāvatthu, Aṭṭhakathā, Paramattadīpanī.

32 „...ajātaṃ abhūtaṃ akataṃ asaṅkhataṃ...”. Tatiyanibbānapaṭisaṃyutta-sutta [Parinibbāna 3] Ud 8.3.

ja ei saa seetõttu olla muutumise, lagunemise ega lakkamise objekt. See pole põhjus, tingimus ega tagajärg. Ainus viis nibaanat mõista ja näha, on saavutada see kaheksaosalise aarija tee kaudu, kuid saavutatu pole aarija tee tagajärg, samamoodi nagu valgus ei ole nägemise tagajärg.

Vaibumine ei ole ka füüsiline eksistentsi vald, kuhu virgunud suunduvad – selline vaade ei vasta Buddha autentsele õpetusele. Virgumise saavutanud Buddha või arahant vaibub pärast keha surma lõplikult (*parinibbāna*). Kuna klammerdumine, iha ja teised teadvusplekid (*cittakilesa*), mis on viie klammerdumise kogumiku ilmnenemise vältimatuks tingimuseks, on lõplikult lakanud, ei ilmne virgunu enam üheski olemasoluvallas, mistõttu ei saa ka kannatus enam tekkida. Buddha ise on nibaanat kirjeldanud järgnevalt:

„Mungad, on vald, kus pole maad, pole vett, pole tuld, pole tuult, pole lõputu ruumi valda, pole lõputu teadvuse valda, pole mittemillegi valda, pole ei teadvuse ega mitteteadvuse valda; pole ka seda maailma, pole selle taga olevat maailma, pole kuud ega päikest. Seal, mungad, ma ütlen, pole tulemist, pole minemist, pole jätkumist, pole lakkamist, pole uut sündi, ei vähimatki tuge, vähimatki liikumist, vähimatki objekti – see on kannatuse lõppemine.“³³

Pärast virgunu keha surma saavutatavat lõplikku vaibumist ei ole võimalik mittevirgunule sõnade abil edasi anda,³⁴ mistõttu nimetas Buddha küsimust „Mis saab arahandist pärast surma?“ vastamatuks (*avyākata*). Virgumisseisundit suudab täielikult mõista vaid inimene, kes teostab Buddha antud aarija tee õpetuse.

33 „*atthi, bhikkhave, tadāyatanaṃ, yattha neva paṭhavī, na āpo, na tejo, na vāyo, na ākāsaṇācāyatanaṃ, na viññāṇaṇcāyatanaṃ, na ākiñcaññāyatanaṃ, na nevasaññānāsaññāyatanaṃ, nāyaṃ loko, na paraloko, na ubho candimasūriyā. tatrāpāhaṃ, bhikkhave, neva āgatiṃ vadāmi, na gatiṃ, na ṭhitiṃ, na cutiṃ, na upapattiṃ; appaṭiṭṭhaṃ, appavattaṃ, anārammaṇamevetaraṃ. ehevanto dukkhassā ti.*“ – Paṭhamanibbānapaṭisaṃyutta-sutta [Parinibbāna 1] Ud 8.1.

34 Paṭhamasaraṇānisakka-sutta SN.55.24.

Kolmas aarija tõde defineerib üheselt kannatuse lõppemise tingimuse, milleks on iha (*taṇha*) lõplik ja jäägitu lakkamine. Pole võimalik, et Buddha kuju ees kummardamine, virgumispuusse piima valamine, pühitsuste andmine, reliktide kummardamine, palveveski keerutamine, mantrate lugemine, kellegi poole palvetamine või muu rituaalne või kultuurispetsiifiline tegevus suudaks meele ihast, vihast, kadedusest või teadmatusest puhastada ja kannatuse peatada.³⁵ Buddha on korduvalt ning selgesõnaliselt kinnitanud, et kannatuse lakkamisele viib ainult aarija kaheksaosalise tee teostamine.³⁶

KANNATUSE LAKKAMISELE VIIVA TEE AARIJA TÕDE

Kannatuse lakkamisele viiva tee aarija tõde (*dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasacca*) ütleb, et kannatuste lakkamise seisundisse ehk nibaanasse (*nibbāna*) viib aarija kaheksaosaline tee (*ariya aṭṭhangika magga*):

„See aga, mungad, on kannatuse lakkamisele viiva tee aarija tõde. See on kaheksaosaline tee, milleks on õige vaade, õige mõte, õige kõne, õige tegu, õige eluviis, õige püüdlus, õige teadlikkus, õige keskendus.“³⁷

35 Brahmanistlikest [braahman – India traditsioonilise seisusliku ühiskonnakorralduse kõrgeim seisus (sansk *brāhmaṇa*)] tekstidest ja veedadest pärit salatekstitid (sansk *tantra*), kosmilised diagrammid (sansk *yantra*) ja manad (sansk *mantra*), mida praktiseeritakse mitte-theravaada koolkondades (vadžrajaanas, eriti Tiibeti budismis), pole Buddha õpetatud, vaid pärinevad hilisemast tantrismist, kus braahmani seisusest pärit meessoost askeedid tarbisid alkoholi ja narkootikume ning astusid seksuaalühtesse madalast seisusest naistega. Buddha keelas rangelt oma järgijatel taolisi asju teha, kuna tegu on mitteoskusliku ehk virgumist mittesoodustava käitumisega. Näiteks, suguuhe naisega klassifitseerub vinajas nelja kaotuse (*pārājika*) ehk nn suure eksimuse alla, millele peab järgnema sanghast pöördumatu väljaarvamine. Paritta Jalanandana kohaselt hülgab õigel virgumise teel käija kõik jantrad ja mantrad (*yantra mantra haraṃkatavā*), kuna virgumisele ei vii mitte hinduismist ega tantrismist pärit praktikad, vaid ainult Buddha antud kaheksaosaline aarija tee. Buddha kinnitas, et ükski mantra ei suuda meelt puhastada, vt Saṅgārava-sutta SN 46.55.

36 Mahāsatipaṭṭhāna-sutta DN 22; Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11 jt.

37 *„idaṃ kho pana bhikkhave, dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasaccāṃ: ayameva ariyo aṭṭhaṅgiko maggo, seyyathidaṃ: sammādiṭṭhi sammāsāṅkappo sammāvācā sammākammanto sammāājīvo sammāvāyāmo sammāsati sammāsamādhī.“* – Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11.

Buddha õpetuses esinevad sellised mõistepaarid nagu õige-vale (*sammā-micchā*) ja oskuslik-mitteoskuslik (*kusala-akusala*) ei ole kindlasti ei moraliseerivad ega halvustavad (nagu „mul on õigus” – „sina eksid”), vaid viitavad sellele, kas miski on õige või vale Buddha antud virgumisõpetuse suhtes. Näiteks, õige vaate vastandiks on *micchādiṭṭhi*,³⁸ mis tähendab valet vaadet, ehk vaadet, mis ei ole kooskõlas Buddha antud virgumisõpetusega.

Buddha õpetus pole pelgalt filosoofiline või metafüüsiline klassifikatsioonide jada, nagu mõned õpetlased seda näevad. Buddha dhamma on praktiline meelega virgumise õpetus, mille Virgunu sügavast kaastundest ajendatuna paljude heaoluks ja õnneks edasi andis. Siin pole midagi pistmist üleloomuliku jõu kummardamise, palvetamise ega kellegi teenimise või jumaldamisega. Buddha auks korraldatavad pidustused, kultuurispetsiifilised austusavaldused ning templites läbiviidavad tseremooniad võivad toetada ja innustada neid, kel on vähem teadmisi Buddha autentsest õpetusest, kuid neil pole midagi pistmist õpetuses antud tee (*magga*) ja viljaga (*phala* = arahant). Buddha algõpetuses, mida esindab theravaada, pole midagi sellist, mis tänapäevases mõistes liigituks usundi alla. See nendib lihtsalt üldtunnustatud fakte:

1. olemasoluga kaasneb kannatus;
2. elu on pidevalt muutuv ja ei saa seetõttu sisaldada lõplikku, muutumatut rahulolu ega omaolemust;
3. kannatuse põhjuseks on iha;
4. kui lakkab kannatuse põhjus ehk iha, lakkab ka kannatus.

Kannatuse lakkamine saavutatakse Buddha õpetuse kohaselt kaheksaosalise tee teostamise kaudu, milleks on (1) tarkuse, (2) kõlbluse ja (3) keskenduse arendamine.

38 PED lk 1570.

NELI AARIJA TÕDE (cattāro ariya sacca)

1.

Kannatuse aarija tõde

Kannatus on:
sünd, vanadus, haigus, surm,
lein*, hala*, valu*,
masendus*, ahastus*,
kokkupuude ebameeldivaga,
lahusolek meeldivast,
ihaldatava mittesaamine.
Kokkuvõtvalt viis olemasollu
klammerdumise kogumikku.

2.

Kannatuse tekkimise aarija tõde

Kannatuse põhjuseks on iha,
mis juhib uutesse sündidesse,
ning sellega kaasnevad
kirk ja nauding.
Kolm iha on
naudinguiha, olemasoluiha
ja mitteolemasoluiha.

3.

Kannatuse lakkamise aarija tõde

Kannatus lakkab koos iha
ja kire jäägitu lakkamise,
ihast loobumise,
selle hülgamise
ja ihkamisest vabanemisega.

4.

Kannatuse lakkamisele viiva tee aarija tõde

Kannatuse lakkamisele viib
aarija kaheksaosaline tee:
õige vaade, õige mõte,
õige kõne, õige tegu,
õige eluviis, õige püüdlus,
õige teadlikkus,
õige keskendus.



AARIJA KAHEKSA- OSALINE TEE



Aarija kaheksaosalist teed (*ariya aṭṭhangika magga*) nimetas Buddha „keskteeks” (*majjhimā paṭipadā*), kuna see vältis tol ajal laialt levinud kahte äärmuslikku praktikat, milleks olid **naudinguõnnele andumine** (*kāmasukhallikānuyoga*) ja **enesevaevamisele andumine** (*attakilamathānuyoga*).¹ See on parim ja ühtlasi ainus tee nägemise puhastamiseks ja virgumiseks.² Kuna teiste õpetajate õpetused ei sisalda aarija kaheksaosalist teed, ei saa need viia virgumisele.³

Buddha on kinnitanud, et õpetas aarija kaheksaosalist teed nii munkadele, nunnadele kui ka ilmikjärgijatele.⁴ Kaheksaosaline tee on universaalne ning seda saavad järgida kõik, kes soovivad kannatustest vabaneda.

„Tee analüüsi sutta”⁵ toob ära Buddha selgitused selle kohta, mida aarija kaheksaosaline tee endas täpsemalt kätkeb.

AARIJA KAHEKSAOSALINE TEE (<i>ariya aṭṭhangika magga</i>)	
1. Õige vaade	(<i>sammādiṭṭhi</i>)
2. Õige mõte	(<i>sammāsaṅkappa</i>)
3. Õige kõne	(<i>sammāvācā</i>)
4. Õige tegu	(<i>sammākammanta</i>)
5. Õige eluviis	(<i>sammāājīva</i>)
6. Õige püüdlus	(<i>sammāvāyāma</i>)
7. Õige teadlikkus	(<i>sammāsaṭi</i>)
8. Õige keskendus	(<i>sammāsamādhi</i>)

Allikas: Maggavibhaṅga-sutta SN 45.8

1 Neid kahte praktikat kirjeldab Upāli-sutta MN 56.

2 Dhṛp 273, 274.

3 Mahāparinibbāna-sutta DN 16.

4 „*tadabhiññāya ācikkhiṃ bhikkhūnaṃ bhikkhunīnaṃ upāsakānaṃ upāsikānaṃ.*” – Nagara-sutta SN 12.65.

5 Maggavibhaṅga-sutta SN 45.8.

ÕIGE VAADE

Õige vaade (*sammādiṭṭhi*) põhineb õigel arusaamisel (*anubodha*) ja läbistaval nägemisel (*paṭivedha*):

1. neljast aarija tõest (*catusacca sammādiṭṭhi*),
2. teo omamisest (*kammassakatā sammādiṭṭhi*)⁶ ja
3. sõltuvuslikust tekkest (*paṭiccasamuppāda*).⁷

Mõistmine tähendab tavainimese puhul teadmistel põhinevat intellektuaalset arusaamist. Läbistavat nägemist on võimalik arendada üksnes džhaanas, kui kõik viis takistust (*pañca nīvaraṇa*) on peatunud ning meel (ajutiselt) vabanenud ebapuhtusest.⁸

Nelja aarija tõe vahetu nägemiseni jõuavad iseseisvalt õigestimõistnu (*sammāsambuddha*) ehk täiuslikult virgunud buddha ja üksimõistnu (*paccekabuddha*)⁹ ehk üksikbuddha.¹⁰ Kuulmise kaudu virgunud järgija ehk õpilane (*sāvakabodhi*) on arahant, kes saavutab nelja aarija tõe mõistmise ja läbistava nägemise Virgunu antud õpetuse õppimise ja teostamise teel.

Õige vaade teo omamisest tähendab õiget arusaamist teo (*kamma*) ja sellele vastava tagajärje (*kammavipāka*) seaduspärast.¹¹ „Väiksemas teo analüüsi suttas“ õpetab Buddha braahmanist õpilasele Subha Todeyyaputtale õiget vaadet teo omamisest ja selgitab, kuidas eelmises olemasolus tehtud teod on seotud käesoleva elu kogemustega:

6 Maggavibhaṅga-sutta SN 45.8; vt ka Māgaṇḍīyasuttaniddesa Mnd 9 ja Sāriputta-sutta AN 3.33.

7 Kaccānagotta-sutta SN 12.15, Upanisa-sutta SN 12.23, Mahānidāna-sutta DN 15 jt.

8 Paṭhamakoṭṭigāma-sutta SN 56.21.

9 *pacceka* [*paṭi* + *eka*] - igaüks, üksinda, eraldi, erinev, eraldiseisev, ühele kuuluv.

10 Üksimõistnu on arahant, kes saavutab iseseisvalt, ilma teistelt dhammat kuulmata täieliku mõistmise, kuid varasema ebapiisava täiuse (*pāramī*) tõttu ei kuuluta virgumisõpetust. Üksimõistnu ei ilmne ajal, mil maailmas eksisteerib täiuslikult virgunu antud dhamma. Vaata Isigili-sutta MN 116.

Kommentaariumites toodud buddhade neljane jaotus on järgmine: (1) *sabaññubuddhā*, kes teostab 4, 8 või 16 *asankheyya* (loendamatu tsükkel) + 100 000 *kappa* (ajastu) jooksul kümmet täiust (*pāramitā*), (2) *paccekabuddhā*, kes teostab 2 *asankheyya* + 100 000 *kappa* jooksul kümmet täiust, (3) *catusaccabuddha* ehk kõik tulvad ületanud arahant ja (4) *sutabuddhā*. Vaata SA.i.20; AA.i.65.

11 Sammādiṭṭhi-sutta MN 9.

„Bhikkhud, olendid [on oma] tegude omanikud, tegude pärijad, tegudest põlvnenud, tegude sugulased ja tegude varjupaigas. Millist iganes tegu tehakse – hüvelist või kurja – seda samal määral [ka] saadakse. Tegu [on see mis] eristab olendid madalaks ja kõrgeks.“¹²

Kõik, mis tekib, see lakkab, kõik, mis sünnib, see sureb. Kui aga lõpeb tekkimine ja sünd, lõpeb ka lakkamine ja surm. „Kaccānagotta sutta“¹³ õpetab Buddha õiget vaadet **sõltuvusliku tekkimise** kaudu ja selgitab, et mitteteadmise põhjustab moodustised (*avijjāpaccayā saṅkhārā*), moodustised põhjustavad teadvuse (*viññāṇa*), teadvus põhjustab nime ja vormi (*nāmarūpa*), nimi ja vorm põhjustavad kuus tajualust (*saḷāyatana*), kuus tajualust põhjustavad kontakti (*phassa*), kontakt põhjustab tunde (*vedanā*), tunne põhjustab iha (*taṇhā*), iha põhjustab klammerdumise (*upādāna*), klammerdumine põhjustab olemasolu (*bhava*), olemasolu põhjustab sünni (*jāti*) ja sünd põhjustab vanaduse ja surma (*jarāmarāṇa*) ning sellega kaasneva leina, hala, valu, pahameel ja ahastuse (*soka-paridevadukkhadomanassaupāyāsa*) – see ongi kannatuse tekkimine. Kuid mitteteadmise ja kire järgitu lakkamisega lakkavad moodustised (*avijjāya tveva asesavirāganirodhā saṅkhāranirodho*), moodustiste lakkamisega lakkab teadvus, teadvuse lakkamisega lakkavad nimi ja vorm, nime ja vormi lakkamisega lakkavad kuus tajualust, kuue tajualuse lakkamisega lakkab kontakt, kontakti lakkamisega lakkab tunne, tunde lakkamisega lakkab iha, iha lakkamisega lakkab klammerdumine, klammerdumise lakkamisega lakkab olemasolu, olemasolu lakkamisega lakkab sünd, sünni lakkamisega lakkavad vanadus ja surm, vanaduse ja surma lakkamisega lakkab *dukkha* – see ongi kannatuse lakkamine.¹⁴ Õige vaatega inimene näeb, et kõik mis tekib, on vaid kannatus ja kõik mis lakkab, on vaid kannatus (*dukkhameva uppajjamānaṃ uppajjati, dukkhaṃ nirujjhamānaṃ nirujjhati*).¹⁵

12 “*kammassakā, bhikkhave, sattā kammaḍāyādā kammayonī kammabandhū kammaṭṭisaraṇā. yaṃ kammaṃ karonti - kalyāṇaṃ vā pāpakaṃ vā - tassa dāyādā bhavanti.*” – *Saṃsappanīya-sutta* AN 10.216. “*kammaṃ satte vibhajati yadidaṃ hīnappaṇītātāyā.*” – *Cūḷakammavibhaṅga-sutta* MN 135. Sama lõigu toovad ära ka *Saṃsappanīya-sutta* AN 10.216, *Paṭhamaāghātapāṭivīnaya-sutta* AN 5.161 jt.

13 Kaccānagotta-sutta SN 12.15; vaata ka Nibbedhika-sutta AN 6.63.

14 Vaata ptk „Sõltuvuslik tekkimine“.

15 Kaccānagotta-sutta SN 12.15.

Pideva tekkimise, muutumise ja lakkamise õige mõistmine ei tekita masendust ega eufooriat, vaid võimaldab näha elu ja olemasolu vahetult – nii, nagu see tõeliselt on (*yathābhūta*). Seetõttu pole Buddha õpetus ei pessimistlik ega optimistlik, vaid **realistlik**. Dhamma viitab olemasolule objektiivselt. See ei hirmuta inimesi patu või igavese põrgutulega ega meelita paradiisinaudingutega, vaid kutsub igat inimest isikliku kogemuse kaudu mõistma olemasolu tõelist olemust ning pakub välja tee täielikku vabadusse ja rahusse. Kes soovib kannatusest vabaneda, leiab tee vaid siis, kui on täielikult mõistnud nelja aarija tõde, teo ja tagajärje seaduspära ning sõltuvuslikku tekkimist.¹⁶

Buddha on hoiatanud **kolme tagajärjetu käitumise vaate** (*akiriyadiṭṭhi*) eest, kinnitades, et tulevikus elavad selles maailmas inimesed, (1) kes arvavad, et kõik, mis juhtub, on tingitud ainult nende eelmise eksistentsi tahtelistest tegudest (*pubbekatahetudiṭṭhi* = determinism), (2) kes usuvad pimesi, et kõige loojaks on issand jumal (*issaranimmaṇahetudiṭṭhi* = teism), või (3) usuvad, et nähtused ilmnevad ilma põhjuste ja tingimusteta (*ahetuapaccayadiṭṭhi* = fatalism).¹⁷ Nad tapavad elusolendeid, varastavad, rikuvad abielu, valetavad, laimavad, kurjustavad, räägivad tühja juttu, on ahned, vihkavad ja hoiavad kinni valedest vaadetest, kuna ei usu, et oleviku teod loovad uut kammata, mille viljad nad peavad juba selles või järgmises olemasolus vastu võtma. Nad ei soovi pingu-tada, et teha vahet, millised tegevused on oskuslikud (*kusala*) ja millised mitteoskuslikud (*akusala*) ning sestap ei saa neil tekkida õiget vaadet, mis aitaks vabaneda sansaara (*samsāra*) köidikuist.¹⁸

Kõige levinumad valed vaated on **kehapõhine vaade** (*sakkāyadiṭṭhi*)¹⁹ ja **minavaade** (*attadiṭṭhi*), mille kohaselt usutakse eksisteerivat meele

16 „Õige vaate suttas” on toodud põhjalik ülevaade sellest, mida õige vaade tähendab. Vaata Sammādiṭṭhi-sutta MN 9.

17 „Brahma võrgu suttas” on toodud Buddha eluajal laialt levinud 62 valet vaadet, millest 18 on seotud mineviku ja 44 tulevikuga. Neist 7 on seotud mina hävimisega pärast keha surma (*ucchedadiṭṭhi*) ning 55 uskumusega, et mina on igavene (*sassatadiṭṭhi*). Samas suttas lükkab Buddha kõik need valed vaated ümber. Vaata Brahmajāla-sutta DN 1.

18 Tittthāyatana-sutta AN 3.61.

19 *sakkāya* [*sat* + *kāya* ehk „olemasolev keha”] on viit klammerdumise kogumikku tähistav termin, mida Auväärne Nāṇamoli on tõlkinud ka kehastumise (ingl *embodiment*) vaa-teks. Kehapõhise vaate kohaselt eksisteerib viie klammerdumise kogumike sees või taga hävimatu hing, aatman vms.

ja keha kombinatsioonina mina, ise, sina, mees, naine, isiksus jne. Minavaate kohaselt eksisteerib mina (*atta*) või aatman (*attan*, sansk *ātman*) igikestva olevusena, kes vaid kasutab füüsilist keha. Sellest pettekujutluse (*moha*) rammusast pinnasest on võrsunud tuhanded valed vaated ja eksitavad uskumused.

Vale vaate kohaselt pole midagi antud, pole midagi pakutud, pole midagi annetatud; pole vilju ega tagajärgi ei headel ega halbadel tegudel; pole seda maailma, pole järgnevat maailma; pole ema, pole isa; pole spontaanselt uuesti sündinud olendeid (taevastes valdades); pole braahmaneid ega erakuid, kes on õigesti elanud ja harjutanud ning vahetult mõistnud ja enese jaoks realiseerinud nii selle kui järgneva maailma ning kes kuulutavad neid. Õige vaade on eelloetletud kümne vale vaate vastand.²⁰

Õige vaade võib olla (1) **maine** (*lokiyasammādiṭṭhi*), st esineb koos tulvadega, seotud pälvimuste ja viljade saamisega, või (2) **maistületav** (*lokuttarasammādiṭṭhi*) ehk aarijalik, ilmalikust loobunud, tulvadest vaba, ja seotud tee teguriga (vooguastunust kuni arahandini välja).²¹ Maistületavat õiget vaadet iseloomustab tulvadest vaba aarija teadvus (*ariyacittassa anāsavacittassa*), aarija tee teguri (*sotāpanna, sakadāgāmi, anāgāmi, arahant*) olemasolu, tarkusevõime (*paññindriya*), tarkusejõud (*paññābala*) ja dhamma analüüs virgumisosade seisukohast (*dhammavicayasambojjhaṅgo*).²²

Õige vaade saab alguse Virgunu antud õige õpetuse kuulmisest ja õigest hoiakust õpetuse suhtes.²³ Õige vaate omandamine eeldab munkade puhul ilmalikust elust eraldumist (*viveka*) ja vabanemispüüdlusele põhineva kiretuse (*virāga*) ja lakkamise (*nirodha*) arendamist – ainult nii on võimalik saavutada õige vaade ning kõik teised aarija tee osad.²⁴

20 Natthidinna-sutta SN 24.5.

21 „*sammādiṭṭhi sāsavā puññābhāgiyā upadhivepakkā atthi bhikkhave, sammādiṭṭhi ariyā anāsavā lokuttarā maggaṅgā*” – Mahācattārisaka-sutta MN 117. Sama sutta selgitab, mis on aarija kaheksaosalise tee osade puhul maine ja mis on maistületav.

22 Mahācattārisaka-sutta MN 117.

23 Mahāvedalla-sutta MN 43.

24 „*bhikkhu sammādiṭṭhiṃ bhāveti vivekanissitaṃ virāganissitaṃ nirodhanissitaṃ vossaggapariṇāmiṃ sammāsaṅkappaṃ bhāveti vivekanissitaṃ virāganissitaṃ nirodhanissitaṃ vossaggapariṇāmiṃ, sammāvācaṃ bhāveti vivekanissitaṃ virāganissitaṃ nirodhanissitaṃ vossaggapariṇāmiṃ...*” – Upaḍḍha-sutta SN 45.2.

Õige vaade on täiesti ainulaadne – seda ei leia ühestki teisest õpetusest. Usundid ei pea maise kannatuse põhjuseks iha, vaid püüavad selgitada kannatuse olemasolu mõne mütoloogilise olendi või jumala tahte kaudu ja usuvad, et kannatusest saab vabaneda selle sama kannatuse looja teenimise, kummardamise või usurituaalide abil. Buddha õpetuse kohaselt on aga kannatuse põhjuseks teadmatuse (1) kannatuse tekkimisest, põhjusest, lakkamisest ja lakkamisele viivast teest, (2) teo ja vilja seaduspärast ning (3) asjade ja nähtuste sõltuvuslikust tekkimisest. Õige õpetuse kaudu on võimalik vabaneda teadmatusest, saavutada kannatuse tekkimise ja lakkamise ning teo ja vilja seaduspära mõistmine, ning õppida nägema maailma sõltuvusliku tekkimise kaudu – just nii nagu see tõeliselt on.

Õige vaade on virgumise seisukohast kõige olulisem. Valest vaatest saab alguse vale mõte, sellest omakorda vale kõne, vale tegu jne, kuni vale keskenduseni välja. Samamoodi saab õigest vaatest alguse õige mõte, sellest omakorda õige kõne, õige tegu jne, kuni õige keskenduseni välja.²⁵

ÕIGE MÕTE

„Viha on ületatav viha puudumisega,
kurjus on ületatav kurjuse puudumisega,
ihnus on ületatav heldusega,
vale on ületatav tõega.“²⁶

Buddha eristas kahte liiki mõtlemist (*vitakka*), milleks on (1) naudinguline mõtlemine (*kāma vitakka*), kuritahtlik mõtlemine (*byāpāda vitakka*) ja vägivaldne mõtlemine (*vihimsā vitakka*) ning (2) naudingutest ja maisest elust loobunud mõtlemine (*nekkhamma vitakka*), mittekuritahtlik mõtlemine (*abyāpāda vitakka*) ja mittevägivaldne mõtlemine (*avihimsā vitakka*).

25 Micchatta-sutta AN 10.103.

26 „akkodhena jine kodham asādhum sādhunā jine, jine kadariyam dānena saccena alikavādinam.“ – Dhṛp 223.

Õige mõte (*sammāsaṅkappa*) põhineb õigel vaatel ning kätkeb endas:

1. loobunud mõtlemist (*nekkhammasaṅkappa*),
2. mittekuritahtlikku mõtlemist (*avyāpādasāṅkappa*) ja
3. mittevägivaldset mõtlemist (*avihimsāsaṅkappa*).²⁷

Mitteoskuslikud mõtted juhivad kannatustesse ja oskuslikud mõtted juhivad kannatustest välja. Buddha soovitas uurida mõtteid kolmel viisil: kuidas need mõjutavad (1) mind, (2) teisi ja (3) nii mind kui ka teisi (omavahelisi ja muid suhteid). Seejärel soovitas ta luua selge arusaama sellest, kas meeles esile kerkinud mõtted on mitteoskuslikud, ehk viivad kannatustesse ja juhivad virgumisest eemale, või on oskuslikud, ehk viivad kannatustest välja ja juhivad virgumisele. Vastavalt sellele tuleks mitteoskuslikest mõtetest loobuda ning hakata kasvatama ja arendama oskuslikke mõtteid.²⁸

Õige mõtlemise väljakujundamise eelduseks on ilmalikust elust ja naudingutest loobumine. Buddha on õpetanud, et kui inimene kuuleb dhammat ja temas tekib õige mõistmine, siis ta saab aru, et kohustusi ja toimetusi täis pereinimese elu ei võimalda täie pühendumusega liikuda täiuslikult puhtasse, pühasse ellu, mis särab kui lihvitud merekarp. Ta hülgab maise elu, ajab maha juuksed ja habeme, paneb selga safrankollase rüü ja liitub sanghaga.²⁹

Maisest loobunud mõtlemine võrsub nime ja vormi (*nāmarūpa*) suhtes iha ületanud meeleseisundist. See esindab mõtlemist, mis on vaba ihast kuue meelenaudingu (meeldivad vaatamisväärsused, helid, lõhnad, maitsed, puudutused ja ideed), viie klammerdumise kogumiku (*pañcupādānakkhandhā*), olemasolemise ja uue sünni järele.

27 Maggavibhaṅga-sutta SN 45.8.

28 Dvedhāvitakka-sutta MN 19. Meeles esile kerkiva oskamatu mõtte ületamise viis võimalust on loetletud peatükis „Õige teadlikkus“.

29 Kevaṭṭa-sutta DN 11.

Aarija tee on universaalne ja seda saavad järgida ka ilmikud.³⁰ Näiteks, majaperemees, kes järgib kaheksaosalist teed, kel on kõik suurmehe 32 tunnust ja kes järgib dhammat, võib saavutada seitse aaret (ratta-, elevandi-, hobuse-, vääriskivi-, naise-, majaperemehe- ja nõuandja aare)³¹, soodsa uue sünni kõrgemas deevade vallas ja palju muid hüvesid. Kuid ainult see, kes loobub täielikult vabanemist mittetoetavast majaperemehe elust, hülgab ilmaliku elu ja naudingud ning valib maisehüljanu elu (*pabbajita*), saab parimal moel virguda.³²

Vägivallatusega seoses võib kerkida esile küsimus, kas liha söömine liigitub vägivalla alla või mitte. Kui munk Devadatta tegi Buddhale ettepaneku, et mungad peaksid täielikult loobuma kala ja liha söömisest, ei nõustunud Buddha sellega.³³ Buddha ei ole keelanud munkadele tarvitada toiduks liha või kala, välja arvatud juhul, kui munk näeb, kuuleb või kahtlustab, et elusolend on tapetud spetsiaalselt temale annetamiseks.³⁴ Vinaja keelab munkadel süüa toorest liha ja kümne olendi ehk elevandi, hobuse, koera, mao, lõvi, tiigri, leopardi, karu, hääni ja inimese liha.³⁵

Buddha ei keelanud munkadele süüa liha ega ei innustanud neid harrastama taimetoitlust.³⁶ See põhimõte teenib ka munkade ja neile igapäevast toitu annetavate ilmikute pikaajalist ja harmoonilist suhet. Sangha käekäik sõltub ilmikute lahkusest, kuna mungad ei tohi ise toitu kasvatada, poest osta ega seda valmistada (v.a erandjuhtudel). Kui mungad

30 Nagara-sutta SN 12.65.

31 Mahāsudassana-sutta DN 17, Cakkavatti-sutta SN 46.42, Metta-sutta AN 7.62 jt. Hilisemad kommentaariumid kirjeldavad seitset aaret üsna ebamaistena, vt nt DNA lk 17.

32 Mahāpadāna-sutta DN 14; Pabbajjā-sutta Snp 3.1. Suurmehe 32 tunnust on loetletud ka „Lakkhaṇa-suttas“ DN 30. „Tipiṭaka“ sisaldab ka lugusid perega koos elanud ja erinevaid ameteid pidanud ilmikutest, kellest said tänu nende eelnevates eludes pürgijatele tehtud annetustele ja sihikindlale meeleharjutamisele vooguastunud, ükskordnaasjad või isegi arahandid; vaata Migasālā-sutta AN 6.44 jt. See juhib tähelepanu faktile, et theravaada kohaselt pole virgumise tee eksklusiivselt munkadele ja nunnadele. Kõik, kes teostavad Buddha antud õpetust õigel moel, võivad virguda.

33 Vinaya, Saṃghabhedakakkhandhaka Kd 17 (6. Pañcavattthuyācanakathā).

34 Jīvaka-sutta MN 55; sama on toodud ka Vinayapiṭakas.

35 Vinayapiṭaka, Mahāvagga, Bhesajjakhandhaka Kd 6.

36 Umbes viissada aasta peale Buddha lõplikku vaibumist tekkinud mahajaana sektis väljamõeldud Buddha taimetoitlase kuvand ei vasta ajaloolisele tõele ning seda kirjeldavad tekstid on hiljem Buddha suhu pandud.

hakkaksid nõudma ainult taimetoitu, võivad inimesed tõlgendada sellist käitumist halvustava üleoleku või tänamatusena. Kuigi munk võtab annetatud toidu alati tänu tundes ja alandlikult vastu, on tal vabadus otsustada, mida ta sööb. Kui aga annetatud toitu jääb pisut üle, võib munk seda jagada kõikide elusolenditega.

ÕIGE KÕNE

Õige kõne (*sammāvācā*) tähendab:

1. vale rääkimisest hoidumist (*musāvādāvirati*),
2. laimavast kõnest hoidumist (*pisuṇavācāvirati*),
3. karmist kõnest hoidumist (*pharusavācāvirati*) ning
4. tühjast lobast hoidumist (*samphappalāpa-virati*).³⁷

Vale kõne vale kõnena teadmine ja õige kõne õige kõnena teadmine näitab õige vaate olemasolu.³⁸

Valetamine on vale rääkimine moel, nagu oleks tegemist tõega või tõe rääkimine moel, nagu oleks tegemist valega. Kui inimene on midagi kuulnud või näinud ja teab, et see on tõde, siis võib ta seda rääkida ilma midagi juurde lisamata.³⁹ Enese ega teise kasuks valetamine pole Buddha õpetuse järgijale lubatud mitte ühelgi juhul.

Laim ja tagarääkimine kahjustab inimestevahelist usaldust, tekitab lahk-arvamusi ja süüdistamist, naeruvääristamist, negatiivseid hoiakuid, eelarvamuslikku käitumist ja tõrjutust. Virgumise teel käija hoidub edasi rääkimast jutte, mis võivad tekitada lahk-arvamusi: nii lepitab ta lahku läinuid ja liidab veelgi neid, kes on koos. Ta räägib vaid seda, mis ühendab ja julgustab inimesi. Ta armastab koosmeelt, rõõmustab koosmeeles, naudib koosmeelt ja räägib vaid seda, mis loob ja jõustab koosmeelt.⁴⁰

37 Maggavibhaṅga-sutta SN 45.8.

38 Mahācattārisaka-sutta MN 117.

39 Cunda-sutta AN 10.176.

40 *Ibid.*

Karm kõne on kurjustav, ähvardav, ründav, alandav ja halvustav. Siia alla liigitub igasugune kõne, mis ahistab või solvab kedagi tema rassi, religiooni, rahvuse, seksuaalse orientatsiooni, soo või staatuse põhjal. Buddha on öelnud, et isegi kui röövlid ja mõrvarid saaksid mungal jäsemeid otsast, ja munk annab vihale voli, oleks see Buddha õpetuse mittejärgmine. Õige kõne on alati sõbralik ja hooliv ning vaba igasugusest, sh ka varjatud kurjusest, karmusest ja pahatahtlikkusest.⁴¹

Virgumise tee asunu hoidub **tühjast lobast** ja virgumise suhtes viljatutest juttudest. Ta räägib vaid siis kui ta teab fakte ja kui rääkimiseks on õige ning sobiv aeg, kui tema kõne on kasulik, kooskõlas *dhammavinaya*'ga, väärtuslik, konkreetne, mõõdukas ning arukas.⁴² Sestap on tühjast-tähjast lobisemine nagu ka meelelahutuseks kirjutatud juttude ja luuletuste lugemine või lihtsalt lõbu pärast mängude mängimine virgumise seisukohast kasutu tegevus. Kuulujutt leiab õige vaatega inimese kõrvu jõudes oma lõpu.

„Sandaka sutta“⁴³ kohaselt on vaimsele pürgijale sobimatud **32 loomaliikku kõnet** (*tiracchānakathā*) või madalat ja tühist jututeemat, milleks on rääkimine (1) kuningatest, (2) röövlitest, (3) riigijuhtidest, (4) sõjaväest, (5) ärevust tekitavatest hädaohtudest, (6) võitlustest, (7) toitudest, (8) jookidest, (9) riietusest, (10) magamisasemetest, (11) lillekimpudest ja vanikutest, (12) parfüümidest, (13) sugulastest, (14) sõidukitest, (15) küladest, (16) turg-linnadest, (17) suurlinnadest, (18) linnajagudest, (19) naistest, (20) kangelastest, (21) tänavatel levivatest kuulujuttudest, (22) veevõtukohtades levivatest kuulujuttudest, (23) surnud sugulastest, (24) tühjast-tähjast (nt filosoofiline väitlus minevikust ja tulevikust), (25) maa-ilmal algusest ehk päritolust, (26) ookeanide algusest ehk päritolust, (27) usu hävimisest, (28) igavese elu uskumusest, (29) maisest kasust, (30) maisest kahjust, (31) ihadele järeleandmisest ja (32) enesepiinamisest.⁴⁴

41 Cunda-sutta AN 10.176.

42 *Ibid.*

43 Sandaka-sutta MN 76.

44 *rajakathā, corakathā, mahāmatthakathā, senākathā, bhayakathā, yuddhakathā, annakathā, pānakathā, vatthakathā, sayanakathā, mālākathā, gandhakathā, nātikathā, yānakathā, gāmakathā, nigamakathā, nagarakathā, janapadakathā, itthikathā, sūrakathā, visikhākathā, kumbatthānakathā, pubbapetakathā, nānattakathā, lokakkhāyikakathā, samuddakkhāyikakathā.* Teemad 27-32 on tuntud kui *itibhavābhavakathā*. Loetelu esimest 27 kõneteemat on toodud Mahāsakuludāyi-suttas MN 77, Udumbarika-suttas DN 25, Sandaka-suttas MN 76,

„Loomaliku kõne suttas“ selgitab Buddha, et sellised jututeemad ei ole virgumise seisukohast olulised ega toeta brahmalikku käitumist, need ei tule kasuks vaimse elu teostamisele, ei juhi olemasolutüdimusse, kiretusse ega lakkamisse, rahusse, kõrgemasse teadmisse, virgumisse ega vaibumisse.⁴⁵

„Loobuva elu viljade suttas“ öeldakse, et ka *dhammavinaya* teemadel tuleks hoiduda sellistest vaidlustest, nagu:

„Sa ei saa sellest dhammast ja vinajast aru. Mina olen see, kes saab sellest dhammast ja vinajast aru. Kuidas saaksidki sa mõista seda dhammat ja vinajat? Sa teostad seda valesti. Mina teostan õigesti. Ma olen järjepidev. Sina ei ole järjepidev. Mida tuleks öelda esimesena, ütled sa viimasena, mida tuleks öelda viimasena, ütled sina esimesena. Mida ütlen mina, on kindel, mida ütled sina, ei ole. See, mille väljamõtlemine võttis sul nii palju aega, on täielikult kummutatud. Sinu õpetus on ümberlükatud. Sa oled lüüasaanud. Mine ja püüa päästa oma õpetus ja vabasta end kui suudad!“⁴⁶

Kõlbeline bhikkhu ei lasku sellistesse vaidlustesse. Kui ta mõistab, et Buddha nime all antav õpetus ei ole kooskõlas suttades või Vinajas tooduga, ei hakka ta vaidlema. Vastandumata heidab ta valed õpetused kõrvale ja hülgab need, ei võta neid järgimiseks ega õpeta edasi.⁴⁷

„Lõvimõirge suttas“ ja „Suures lõvimõirge suttas“ õpetab Buddha, et tema suhtlemine põhineb alljärgneval **kümnel Tathaagata jõul** (*dasa tathāgatabala*), mis on oma olemuselt teadmised asjadest ja nähtustest nii nagu need tõeliselt esinevad (*yathābhūtaṃ pajānāti*).

Paṭhamakathāvatthu-suttas AN 10.69 jt. Viimased viis on toodud Vinajas. Kõik 32 loomalikku kõnet on toodud MA.iii.233. Numeratsiooni allikas: Ledi Sayādaw, A Manual of the Path Factors (Maggāṅga Dīpanī). England: Association for Insight Meditation, lk 44–45.

45 Tiracchānakathā-sutta SN 56.10, sama Paraṃmarāṇa-sutta SN 16.12 jt.

46 „*seyyathidaṃ - na tvaṃ imaṃ dhammavinayaṃ ājānāsi, ahaṃ imaṃ dhammavinayaṃ ājānāmi, kiṃ tvaṃ imaṃ dhammavinayaṃ ājānissasi, micchā paṭipanno tvamasi, ahamasmi sammā paṭipanno, sahitaṃ me, asahitaṃ te, pure vacanīyaṃ pacchā avaca, pacchā vacanīyaṃ pure avaca, adhiciṇṇaṃ te viparāvattaṃ, āropito te vādo, niggahito tvamasi, cara vādappamokkhāya, nibbeṭhehi vā sace pahosīti iti vā iti evarūpāya viggāhikakathāya paṭivirato hoti.*“ – Sāmaññaphala-sutta DN 2.

47 Mahāpadesa-sutta AN 4.180.

1. Võimaliku kui võimaliku ja mittevõimaliku kui mittevõimaliku teadmine nii, nagu see tõeliselt on.
2. Minevikus, tulevikus ja olevikus tehtud tegude põhjuse, tagajärgje ja vilja teadmine nii, nagu see tõeliselt on.
3. Kõikjale viivate teede (st kuhu üks või teine praktika välja viib) teadmine nii, nagu see tõeliselt on.
4. Paljude erinevate elementidega maailma teadmine nii, nagu see tõeliselt on.
5. Olendite erinevate kalduvuste teadmine nii, nagu need tõeliselt on.
6. Teiste olendite ja isikute võimete teadmine nii, nagu need tõeliselt on.
7. Džhaanas vabanemise keskendussaavutuse, plekkidest puhastumisest ja [teadmiste] esile kerkimise teadmine nii, nagu see tõeliselt on.
8. Tathaagata paljude erinevate eelnevate olemasolude meenutamise teadmine.
9. Kõikide olendite – nii madalate kui kõrgete, kauni välimusega kui mittekauni välimusega, õnnelike kui mitteõnnelike – endi tegudele vastava kadumise ja ilmumise teadmine nii, nagu see tõeliselt on (selline teadmine saavutatakse puhastunud taevalliku silma tekkimisel).
10. Tulvade hääbumise, tulvadeta teadvuse vabanemise, juba selles elus tarkuse vabanemise, ülimate teadmiste, tõe nägemise saavutamise ja selles saavutuses viibimise teadmine.⁴⁸

48 „(1) *thānañca thānato aṭṭhānañca aṭṭhānato yathābhūtaṃ pajānāti*; (2) *atītānāga-tapaccuppannānaṃ kammaśamādānānaṃ thānaśo hetuso vipākaṃ*; (3) *sabbattha-gāminīṃ paṭipadaṃ yathābhūtaṃ pajānāti*; (4) *anekadhātunādhātuloka yathābhūtaṃ pajānāti*; (5) *sattānaṃ nānā-dhimuttikataṃ yathā-bhūtaṃ pajānāti*; (6) *parasattānaṃ parapuggalānaṃ indriyaparopariyattaṃ yathābhūtaṃ pajānāti*; (7) *jhānavimokkhaśa mādhisaṃmāpattīnaṃ saṅkilesaṃ vodānaṃ vuṭṭhānaṃ yathābhūtaṃ pajānāti*; (8) *anekavihiṭaṃ pubbenivāśaṃ anussarati*; (9) *dibbena cakkhunā visuddhen*; (10) *tathāgato āśavānaṃ khayā anāśavaṃ cetovimuttiṃ paññāvimuttiṃ diṭṭheva dhamme sayama abhiññā sacchikatvā upasampajja viharati*.” – Sīhanāda-sutta AN 10.21, Mahāsīhanāda-sutta MN 12, Nāṇavibhaṅga Vb 16, 10. Dasakamātikā jt.

Õige kõne on faktitäpne, tõene, kasulik, seotud kõrgema sihiga, armastusväärne, meeldiv ning räägitud õigel ajal.⁴⁹ Seda, kas kõne on või ei ole oskuslik ning kasulik nii mulle kui teistele, tuleks teadvustada nii enne kõne alustamist, kõnelemise ajal, kui ka peale kõne lõpetamist.⁵⁰ Õige kõne ei kahjusta rääkijat ennast ega ka teisi, on alati rahumeelne ja viisakas, johtudes kavatsusest mitte tekitada tüli ja lõpetada vastuseis. Sobilik on rääkida:⁵¹

- tagasihoidlikkusest (*appiccha*),
- rahulolust (*santutṭhi*),
- eraldumisest (*paviveka*),
- (ilmalikuga) mitteseotusest (*asaṃsagga*) ehk loobumisest,
- energilisest püüdlemisest (*vīriyārambha*),
- kõlblusest (*sīla*),
- keskendusest (*samādhi*),
- tarkusest (*paññā = ñāṇa*),
- vabanemisest (*vimutti*) ning
- vabanemise teadmise ja nägemisest (*vimuttiñāṇadassana*).

„Aarija otsingu suttas“ õpetab Buddha, et juhul kui mungad tulevad kokku, on neil kohustus rääkida ainult dhammast (*dhamma-kathā*) või säilitada aarija vaikus (*ariyo tuṇhībhaṇṇo*).⁵² „Kolita sutta“ kohaselt tähendab aarija vaikus teist džhaanat, kus mõtlemine ja läbiuurimine on vaibunud.⁵³ Seega on munkadel koos olles sobilik rääkida kas dhammast või viibida džhaanas ja arendada meelt, kuna miski muu virgumisele ei vii.

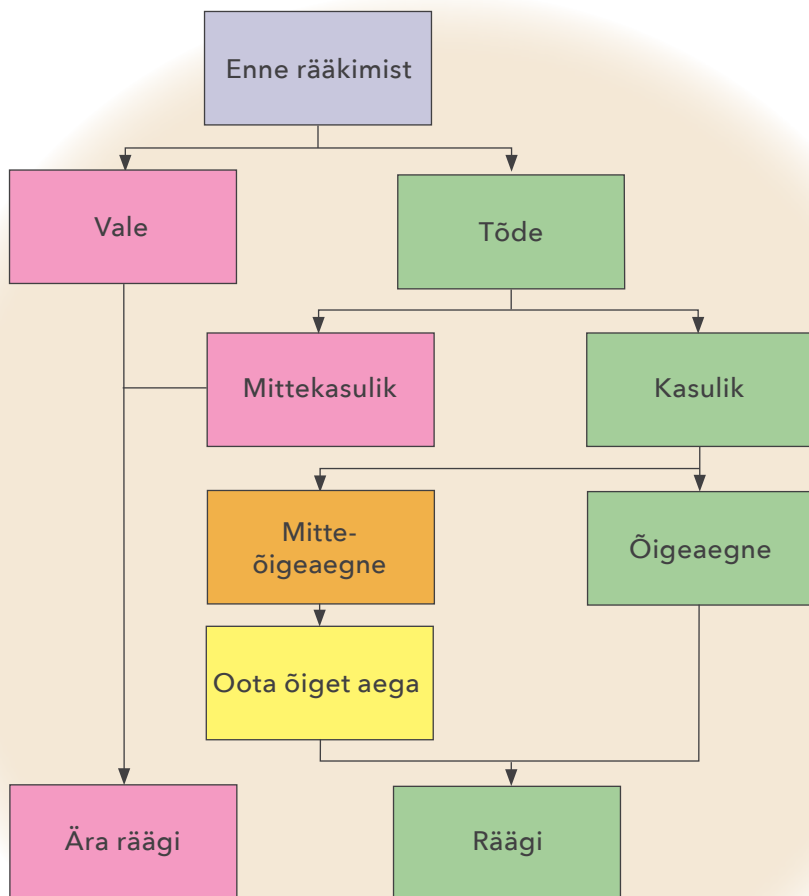
49 Abhayarājakumāra-sutta MN 58.

50 Ambalaṭṭhikarāhulovāda-sutta MN 61.

51 Kathāvatthu-sutta AN 10.69.

52 Ariyapariyesanā-sutta [Pāsārāsi-sutta] MN 26.

53 Kolita-sutta SN 21.1.



Allikas: Abhayarājakumāra-sutta MN 58

ÕIGE TEGU

Õige tegu (*sammākamanta*) tuleneb õigest kõnest ja tähendab:

1. elu hävitamisest hoidumist (*pāṇātipāta virati*),
2. mitteantu võtmisest hoidumist (*adinnādāna virati*)⁵⁴ ning
3. naudinguid pakkuvast valest käitumisest hoidumist (*kāmesumicchācāra virati*).⁵⁵

⁵⁴ *adinnādāna* [a „mitte“ + *dinna* „antud“ + *ādāna* „võtmine“, „haaramine“] hõlmab munga puhul kõike, mida ei ole talle käest-kätte antud või annetatud. Ainsaks erandiks on Vinaja kohaselt vesi.

⁵⁵ *Saccavibhaṅga-sutta* MN 141. *Vibhaṅga-sutta* SN 45.8 on naudinguid pakkuva vale käitumise (*kāmesu micchācāra*) asemel mittebrahmalik käitumine (*abrahmacariyā*).

Tapmine kui tahtlik tegu hõlmab kõiki kolme mitteoskuslikku juurt (*akusalamūla*), milleks on ahnus (*lobha*) viha (*dosa*) ja pettekujutus (*moha*), ning selle vili naaseb ühel päeval vääramatult surma põhjustaja juurde tagasi. Tahtlik inimese tapmine on sageli motiveeritud vihast, loomade tapmine aga pimedast religioosest usust (ohverdamine), lihasöömise himust, küttemisihast ja ignorantsest vaatest, mille kohaselt loomade valu ja surmahirm erineb inimeste omast, või et see on mingil moel vähemoluline. See, kes teab, et kõik elusolendid kogevad inimesele sarnaselt surmahirmu ja valu ning on mõistnud, et iga tegu naaseb kord selle tegija juurde, keeldub otsustavalt elusolendile haiget tegemisest ja elu kahjustamisest. Elu hävitamine tähendab ka raseduse tahtlikku katkestamist,⁵⁶ munade lõhkumist ning putukate (puukide, sääskede, sipelgate jt kahjuriteks nimetatud elusolendite) kahjustamist või tapmist. Elu hävitamisest hoidumise juhis puudutab eelkõige inimesi, kuid avaramas mõttes ka kõiki surmava vägivalla eri vorme kõikide tajuvate olendite suhtes, sõltumata sellest, kas elusolend on sündinud munast (*aṇḍaja*), üsast (*jalābuja*), niiskusest (*saṃsedaja*) või spontaanselt (*opapātika*).⁵⁷

Mitteantu võtmisest hoidumine tähendab seda, et munk ei tohi võtta mitte midagi (välja arvatud vesi), mida ei ole talle käest kätte antud. Laiemas kontekstis tähendab see teadlikku loobumist igasugusest tahtlikust, nii avalikust kui salajasest vargusest, sõltumata sellest, kas tegu on elutu (maavarad, vesi, taimed jms) või elusa (kodu- ja lemmikloomad) omandiga.

Naudingut pakkuv vale käitumine on joovet tekitavate ning naudingut pakkuvate ainete ja jookide tarbimine, mängude (kaartide, male, täringute) mängimine jms. Ilmikud käsitlevad seda ettekirjutust tavaliselt kui abielurikkumisest hoidumist. Vana-India kontekstis tähendab see mehe ja naise vahelist seksuaalsuhet ajal, mil naine on oma vanemate kaitse all, pole veel abielus või kui naise abikaasa on veel elus.

56 Mahātaṇhāsaṅkhaya-sutta MN 38, Assalāyana-sutta MN 93.

57 „aṇḍajā yoni, jalābuajā yoni, saṃsedajā yoni, opapātikā yoni.” – Mahāsīhanāda-sutta MN 12.

Pühale teele asunute (mungad, nunnad, joogid, braahmanid, erakud jt) puhul tähendab naudingut pakkuvate valede tegevuste vältimine mittebrahmalikest (*abrahmacariya*) tegudest hoidumist ehk ilmalikust elust lahtiütlemist ja kõikidest naudingutest loobumist.

Buddha õpetuse kohaselt toob iga tegu kaasa sellele vastava vilja ehk tagajärje, mistõttu tuleb enda mõtlemist, mis on samuti tegu, selgelt teadvustada ning hoolikalt ja läbimõeldult tegutseda. Mitteoskuslik käitumine toob kannatusi ja oskuslik käitumine juhib kannatustest välja. Suttas nimega „Mis on eesmärk?” selgitab Buddha Ānanda Therale, kuidas oskuslik ja kõlbeline käitumine on virgumisega seotud:

(Ānanda:) „Bhante, mis on oskusliku ja kõlbelise (kusalāni sīlāni) käitumise eesmärk ja tasu?”

(Buddha:) „Oskusliku ja kõlbelise käitumise eesmärk ja tasu on kahetsuse ja süümepiinade (avippaṭisāra) puudumine, Ānanda.”

„Aga kahetsusest ja süümepiinadest vabanemise eesmärk ja tasu?”

„Heameel (pāmuja), Ānanda.”

„Aga heameele eesmärk ja tasu?”

„Rõõm (pīti), Ānanda.”

„Aga rõõmu eesmärk ja tasu?”

„Rahunemine (passaddhi), Ānanda.”

„Aga rahunemise eesmärk ja tasu?”

„Õnn (sukha), Ānanda.”

„Aga õnne eesmärk ja tasu?”

„Keskendus (samādhi), Ānanda.”

„Aga keskenduse eesmärk ja tasu?”

„Asjade tõelise olemuse teadmine ja nägemine (yathābhūtañāṇadassanaṃ), Ānanda.”

„Aga asjade tõelise olemuse teadmise ja nägemise eesmärk ja tasu?”

„Olemasolutüdimus ja kiretus (nibbidāvirāgo), Ānanda.”

„Aga olemasolutüdimuse ja kiretuse eesmärk ja tasu?”

„Vabanemise teadmine ja nägemine (vimuttiñāṇadassanatto),
Ānanda.”⁵⁸

Õige tegutsemise tulemuseks on rõõm vabast ja tervest elust, ainelisest heaolust ning harmoonilistest suhetest. See toob kaasa pika eluea, kauni välimuse, rõõmu, kõrge positsiooni ja uue sünni mõnes taevases vallas⁵⁹ ning juhib kindlalt virgumisele.

ÕIGE ELUVIIS

Õige eluviis (*sammājīva*) tuleneb õigest teost ja tähendab:

1. halbatoovast valest eluviisist hoidumist
(*duccarita micchājīva virati*),
2. sobimatust valest eluviisist hoidumist
(*anesana micchājīva virati*),
3. petlikust valest eluviisist hoidumist
(*kuhanādi micchājīva virati*) ja
4. loomalikust valest eluviisist hoidumist
(*tiracchānavijjā micchājīva virati*).⁶⁰

58 „kimatthiyāni bhante kusalāni sīlāni kimānisaṃsānīti. avippaṭisārattāni kho ānanda kusalāni sīlāni avippaṭisārānisaṃsānīti. avippaṭisāro pana bhante kimatthiyo kimānisaṃsoti? avippaṭisāro kho ānanda pāmojjattho pāmojjānisaṃso. pāmojjaṃ pana bhante kimatthiyaṃ kimānisaṃsanti: pāmojjaṃ kho ānanda pītattamaṃ pītānisaṃsaṃ. pīti pana bhante kimatthiyā kimānisaṃsāti. pīti kho ānanda passaddhatthā passaddhānisaṃsā. passaddhi pana bhante kimatthiyā kimānisaṃsāti? passaddhi kho ānanda sukhatthā sukhānisaṃsā. sukhaṃ pana bhante kimatthiyaṃ kimānisaṃsanti? sukhaṃ kho ānanda samādhattamaṃ samādhānisaṃsaṃ. samādhi pana bhante kimattho kimānisaṃsoti? samādhi kho ānanda yathābhūtañāṇadassanatto yathābhūtañāṇadassanānisaṃso. yathābhūtañāṇadassanaṃ pana bhante kimatthiyaṃ kimānisaṃsanti? yathābhūtañāṇadassanaṃ kho ānanda nibbindanattamaṃ nibbidānisaṃsaṃ. nibbidā pana bhante kimattho kimānisaṃsoti? nibbidā kho ānanda virāgatthā virāgānisaṃsā. virāgo kho ānanda vimuttiñāṇadassanatto vimuttiñāṇadassanānisaṃso ti.” – Kimatthiya-sutta AN 11.1.

59 Pañcaṭṭhadhamma-sutta AN 5.43.

60 Maggavibhaṅga-sutta SN 45.8.

Halbatoov vale eluviis tähendab elamist moel, mis sisaldab kolme mitteoskuslikku tegu, milleks on elu hävitamine, mitteantu võtmine ja naudingut pakkuv vale käitumine⁶¹ ning nelja liiki mitteoskuslikku kõnet, milleks on vale rääkimine, laimav ja karm kõne ning tühi loba.⁶²

Buddha julgustas loobuma kõikidest elusolendeid kahjustavatest tegevustest. Selline põhimõte on toodud ka „Kauplemise sutta“⁶³, kus Buddha loetleb **viis ilmikjärgijale keelatud kauplemisvaldkonda** (*pañcimā vaṇijjā upāsakena akaraṇīyā*), milleks on:

1. **kauplemine relvadega** (*satthavaṇijjā*) – relvad ja igasugune muu sõjaline varustus on loodud eesmärgiga hävitada elu. Siia alla liigituvad kõik tegevused, mis on seotud sõjatehnika tootmise, vahendamise, müügi, hoolduse jms.
2. **kauplemine elusolenditega** (*sattavaṇijjā*) – siia alla kuuluvad kõik elusolendid, nii loomad, linnud, kalad kui ka inimesed. Selle avalduse alusel võib Buddhat lugeda üheks esimeseks teadaolevaks õpetajaks inimkonna ajaloos, kes rohkem kui 2500 aastat tagasi kutsus üles loobuma orjakaubandusest ja orjapidamisest.
3. **kauplemine lihaga** (*maṃsavaṇijjā*) – liha müümine on seotud loomadelt elu võtmisega. Siia alla kuuluvad ametid nagu lihunik, lihakaupmees, vorstimeister jt. Liha söömine ei hoia ära haigestumist, vananemist ega surma. Uskumus, et teise olendi tapmine on mingilgi moel õigustatud, tuleneb hoolimatusest ja mitteteadmisest.
4. **kauplemine alkoholiga** (*majjavaṇijjā*) – siia alla käivad kõik alkohoolsed ja joovet tekitavad joogid, mis juhmistavad meelt ja vähendavad teadlikkust ning vastutusvõimet.
5. **kauplemine mürgiga** (*visavaṇijjā*) – Buddha eluajal oli tavaks enda vaenlasi mürgitada ja mürgimüüja oli turul omaette amet.

61 Vaata peatükk „Õige tegu“

62 Vaata peatükk „Õige kõne“

63 „*pañcimā, bhikkhave, vaṇijjā upāsakena akaraṇīyā. katamā pañca? satthavaṇijjā, sattavaṇijjā, maṃsavaṇijjā, majjavaṇijjā, visavaṇijjā-imā kho, bhikkhave, pañca vaṇijjā upāsakena akaraṇīyā ti.*“ – Vaṇijjā-sutta AN 5.177.

Kõik viis kauplemisvaldkonda on virgumise seisukohast mitteoskuslikud nii selles kui järgmistes eludes ning loovad erinevates vormides kannatusi.

Sobimatu vale eluviis munga jaoks Vinaja kohaselt on:

1. arstipraksise pidamine,
2. sõnumitoojana tegutsemine,
3. ilmiku korraldusel tegutsemine,
4. paisete/koeranaelte lahtilõikamine,
- 5.–9. õli, oksendusvahendite või kõhulahtistite andmine ja õli valmistamine nina raviks või mõneks muuks meditsiiniliseks otstarbeks,
- 10.–17. pilliroo, taimelehtede, lillede, puuviljade, seebisegu, hambatikkude, näopesu vee või talgipulbri kinkimine,
- 18.–19. meelitavate sõnade ja pooltõdede rääkimine,
20. lastesse kiindumine ning
21. ilmalike asjadega tegelemine.

Petlik vale eluviis hõlmab: (1) silmakirjalikku, omakasu ajendil manipuleerimist (*kuhana*), (2) lipitsevat või tahtlikult segadusse ajavat rääkimist (*lapana*), (3) omakasu või meelehea saamise eesmärgil vihjete või märkeannete tegemist (*nimitta*), (4) ahistavat, lugupidamatut või halvustavat sõnakasutust (*nippesana*) ja (5) omakasu nimel teistele millegi andmist (*lābhena lābha*) või nende aitamist.

Loomalik vale eluviis munga jaoks on enda sidumine mitteoskuslike dhammadega ja virgumisele mitteviivate tegevustega, milleks on:⁶⁴

1. tähtede, sümbolite, unenägude, kehamärkide, hiirte näritud riidetüki, riisiterade (nagu ka kohvipaksu) vms põhjal ennustamine,
2. loomade käitumise tõlgendamine,

64 Brahmajāla-sutta DN 1. Numeratsiooni allikas: Ledi Sayādaw, A Manual of the Path Factors (Maggāṅga Dīpanī). England: Association for Insight Meditation, lk 45–46. Vt ka Sāmaññaphala-sutta DN 2.

3. kalliskivide, kariloomade vm kauba hindamine,
4. armee liikumise prognoosimine,
5. planeetide liikumise või taevas toimuvate ebatavaliste nähtuste (välk, 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. investeeringu nõustamine,
13. õnnetoovate amulettide valmistamine ja müümine, neist kütkestumine,
14. musta maagiaga tegelemine, sh loitsimine, mantrate manamine jms,
15. jumalate kummardamine,
16. ehitusplatside pühitsemine,
17. rituaalsete kümbluste läbiviimine,
18. meditsiinilise ravi osutamine.

Munkade ja nunnade puhul tähendab õige eluviis hoidumist igasugusest tegevustest, mis hägustab selget arusaamist kamma toimimise ja sõltuvusliku tekke seaduspärast ning on vastuolus dhamma ja vinajaga, nagu näiteks:

- kellegi teise poolt ettemääratud saatusesse või kamma vilju kustutada ja tekitada suutvatesse müstilisse rituaalidesse (mantrate lausumine või retsiteerimine, palvetamine, ohverdamine jms) uskumine ja uskumisele õhutamise;

- materiaalseste asjade (reliikviad, amuletid, kivid, kristallid, palveveskid, Buddha kujud jms) maagilisse jõusse uskumine ja uskumisele õhutamine;
- kannatustest vabanemiseks ja meele puhastamiseks jumalate või nähtamatute kaitseinglite poole palvetamine ning palvetesse uskumine ja uskumisele õhutamine jms.⁶⁵

Õige eluviis ei kahjusta ühtegi elusolendit, sealhulgas ka iseennast, on laitmatu ning austuse vääriline.

ÕIGE PÜÜDLUS

Õige püüdlus (*sammāvāyāma*) tekib õigest eluviisist. Neli püüdlust on:

1. esile kerkimata mitteoskuslike dhammade [= meeleseisundite] vältimise püüdlus (*anuppannānaṃ akusalānaṃ dhammānaṃ anuppādāya vāyāmo*),
2. esile kerkinud mitteoskuslike dhammade hülgamise püüdlus (*uppannānaṃ akusalānaṃ dhammānaṃ pahānāya vāyāmo*),
3. esile kerkimata oskuslike dhammade arendamise püüdlus (*anuppannānaṃ kusālānaṃ dhammānaṃ uppādāya vāyāmo*) ja
4. esile kerkinud oskuslike dhammade säilitamise püüdlus (*uppannānaṃ kusālānaṃ dhammānaṃ bhiyyo bhāvāya vāyāmo*).⁶⁶

Õige püüdlus sisaldab seega kahte liiki tegevusi – oskuslikke (*kusala*) ja mitteoskuslikke (*akusala*), vastavalt millele on esile kerkinud (*uppanna*) või veel mitte esile kerkinud (*anuppanna*) oskuslikud või mitteoskuslikud meeleseisundid.⁶⁷ Virgumise teel käija peaks hoiduma kõigist veel

65 Kui ilmikud usuvad jumalatesse, teevad jumalakujude ees kummardusi ning pakuvad jumalatele annetusi, siis võivad nad seda teha, kuid munga puhul on vinaja kohaselt jumala poole palvetamine ja jumalatele annetuste tegemine mitteoskuslik käitumine. Ükski jumal ei saa inimese ega ühegi teise olendi meelt puhastada ega teda virgumisele viia.

66 Maggavibhaṅga-sutta SN 45.8.

67 Mitteoskuslikud meeleseisundid on võrsunud kolmest mitteoskuslikust juurest, milleks on ahnus, viha ja pettekujutus (*lobha, dosa, moha*), oskuslikud meeleseisundid on võrsunud nende kolme mitteoskusliku juure puudumisest (*alobha, adosa, amoha*). Abhidhamma kohaselt kuuluvad siia alla 52 meeletegurit (*cetasika*). Vaata ka „Oskuslik ja mitteoskuslik käitumine“.

mittetekkinud mitteoskuslikest meeleseisunditest, mis võivad tulevikus takistada kaheksaosalise aarija tee teostamist, ning hülgamma kõik juba esile kerkinud mitteoskuslikud meeleseisundid, mis seda takistavad. Oskuslikke meeleseisundeid arendada ja säilitada tähendab harjutada järjepidevalt juba esile kerkinud oskuslikke omadusi (kõlblus, sõbralikkus jms) ja püüelda selle poole, et kaheksaosalise aarija tee teostamisel saaksid juba selles elus esile kerkida kõikide tulvade ületamist võimaldavad seitse virgumisosa (*satta bojjangā*).⁶⁸

ÕIGE PÜÜDLUS (<i>sammāvāyāma</i>)		
	Oskuslik	Mitteoskuslik
Esile kerkinud	SÄILITADA	ÜLETADA
Esile mittekerkinud	ARENDADA	VÄLTIDA
Allikas: Maggavibhaṅga-sutta SN 45.8		

„Pingutuse suttas“⁶⁹ tutvustatakse nelja õige püüdlusega sarnast nelja õiget pingutust (*cattāro sammāpadhānā*), milleks on:

1. ohjamise pingutus (*saṃvarapadhāna*),
2. hülgamise pingutus (*pahānapadhāna*),
3. arendamise pingutus (*bhāvanapadhāna*) ja
4. säilitamise pingutus (*anurakkhaṇāpadhāna*).

Ohjamise pingutus tähendab, et munk kontrollib oma meeli ja ei seo ennast juba esile kerkinud vormi, heli, lõhna, maitse, keha või meele tajumulgega, ei selle osa ega terviku suhtes. Ta püüab hoiduda sellest, mille kaudu kurjus või mitteoskuslikud meeleseisundid nagu ahnus, viha või pettekujutus võiksid esile kerkida, ning jälgib, valvab ja ohjab oma meeli.

68 Bojjhaṅga Saṃyutta, Nibbedhabhāgiya-sutta SN 46.28, Ekadhamma-sutta SN 46.29.

69 Padhāna-sutta AN 4.13.

Hülgamise pingutus tähendab, et munk ei hoia meeles ainsatki juba tekkinud sensuaalse naudingu või kurjusega seotud mõtet ega mitteoskuslikku meeleseisundit. Ta hülgab ja hävitab need, põhjustades nende lakkamise.

Kui mingi objektiga seoses kerkib meeles esile kurjusest, ahnusest, vihast või pettekujutlusest võrsunud oskamatu mõte, on seda võimalik ületada viiel moel. Selleks tuleb:

1. oskamatu objekt asendada oskusliku objektiga;
2. mõtiskleda oskamatu mõtte kahjulikkuse, laiduväärsuse ja kannatuste rohkuse üle;
3. mitte pöörata oskamatule mõttele tähelepanu;
4. kaaluda oskamatu mõtte siduvat olemust; ning
5. sellest otsustavalt loobuda.⁷⁰

Arendamise pingutus tähendab, et munk arendab seitset virgumisosa (*satta bojjaṅgā*).⁷¹

Säilitamise pingutus tähendab, et munk säilitab juba esile kerkinud heade omadustega keskendumärke (*bhaddaka samādhinimitta*),⁷² mille objektideks on

1. kondid ehk skelett (*aṭṭhika*),
2. ussitav laip (*puḷavaka*),
3. värvust muutnud (sinakas/lillakas/pruun) laip (*vinīlaka*),

70 Vitakkasaṅṭhāna-sutta MN 20.

71 Seitset virgumisosa käsitleb põhjalikumalt Bojjaṅga-sutta AN 10.102 ja nende arendamist Ānāpānasati-sutta MN 118. Seitse virgumisosa on toodud peatükis „Õige teadlikkus“.

72 *samādhinimitta* [*samādhi* „keskendus“ + *nimitta* „märk“] ehk keskendumärk on keskenduse teatud etapis meeles ilmnev kujund. Õige keskenduse korral ilmub objektispetsiifiline *nimitta* 10-100 cm kaugusele näo ette. Hingamise teadvustamise puhul on see tavaliselt säravvalget, kuldkollast vm värvi, *kaṣiṇa* puhul esmalt *kaṣiṇa* vastandvärvi, hiljem *kaṣiṇa* värvi. Keskendumärgi suurus ja värv erinevad sõltuvalt inimesest, keskendusobjektist, objekti kaugusest (nt mida kaugemal asub kasinamandala, seda väiksem on meeles tekkiv *nimitta*) jm. Õige keskenduse korral saavutatakse *nimitta* üsna kiiresti.

- | | |
|-----------------------------|---------------------------------------|
| 4. auklikuks mädanenud laip | (<i>vicchiddaka</i>) ja |
| 5. ülestursunud laip | (<i>uddhumātaka</i>). ⁷³ |

ÕIGE TEADLIKKUS

Õige teadlikkus (*sammāsati*) tekib õigest püüdlusest ja tähendab igas hetkes püsivat ja kirkast teadlikolekut kõigest kogetavast. Sellise teadlikkuse loomist kirjeldab „Teadlikkuse loomise sutta.“⁷⁴ Õige teadlikkuse arendamine kätkeb nelja alljärgneva keskendusobjekti analüüsiva vaatlemise (*anupassanā*) ja teadlikkuse loomise (*satipaṭṭhāna*) harjutamist, milleks on:

1. keha vaatlemine ja teadlikkuse loomine
(*kāyānupassanā satipaṭṭhāna*),
2. tunnete vaatlemine ja teadlikkuse loomine
(*vedanānupassanā satipaṭṭhāna*),
3. teadvuse vaatlemine ja teadlikkuse loomine
(*cittānupassanā satipaṭṭhāna*) ja
4. dhammade vaatlemine ja teadlikkuse loomine
(*dhammānupassanā satipaṭṭhāna*).⁷⁵

Keha vaatlemine ja teadlikkuse loomine hõlmab (1) hingamise, (2) nelja kehaasendi (kõndimine, seismine, istumine, lamamine), (3) tegevuste, (4) 31 kehaosa, (5) nelja elemendi ning (6) surnuaias üheksat tüüpi laipade vaatlemist ja teadlikkuse loomist.⁷⁶ Järjepideval harjutamisel muutub meel kolme-nelja kuu pärast niivõrd keskendunuks, et tekib võime hoida tähelepanu pikka aega ühel kindlal objektil.

73 Saṃvara-sutta AN 4.14; Saṅgīti-sutta DN 33 jt.

74 Mahāsatipaṭṭhāna-sutta MN 10.

75 Maggavibhaṅga-sutta SN 45.8.

76 Buddha eluajal oli võimalik surnuaias vaadelda matmata laipade lagunemist ja jälgida erinevaid lagunemisastmeid. Selline praktika aitab mungal mõista keha tõelist loomust ja vabaneda eksitavast kehapõhisest vaatest (*sakkāyadiṭṭhi*) ja minavaatest (*attadiṭṭhi*) ning kehaga seotud ihadest.

Tunnete vaatlemine ja teadlikkuse loomine hõlmab üheksal moel meeldivate, ebameeldivate ja ei meeldivate ega ebameeldivate tunnete vaatlemist ja teadlikkuse loomist. Lisaks hõlmab see majapere-mehe ehk kodueluga seotud ilmalike tunnete ja kodutu ehk munga eluga seotud tunnete vaatlemist ja teadlikkuse loomist. Järjepidev keskendumine pidevalt muutuvatele tunnetele võimaldab ületada tunnetega seotud meelelise rahutuse.

Teadvuse vaatlemine ja teadlikkuse loomine hõlmab kuueteistkümne teadvusseisundi vaatlemist ja teadlikkuse loomist alljärgneval moel: kas teadvus esineb hetkel (1) koos kirega või (2) ilma kireta; (3) koos vihaga või (4) ilma vihata; (5) koos pettekujutlusega või (6) ilma pettekujutlusega; kas teadvus on (7) koondunud või (8) mittekoondunud; (9) suurelt avardunud või (10) mittesuurelt avardunud; (11) ülenenud või (12) mitteülenenud; (13) rahunenud või (14) mitterahunenud; (15) vabanenud või (16) mittevabanenud.⁷⁷

Järjepidev muutuvate teadvusseisundite vaatlemine ja teadlikkuse loomine võimaldab ületada mõtlemisega seotud mentaalse rahutuse.

Dhammade vaatlemine ja teadlikkuse loomine tähendab meeleobjektide teadvustamist ja teadlikkuse loomist, milleks on:

1. viis takistust (*pañca nīvaraṇā*);⁷⁸
2. viis olemasolul klammerdumise kogumikku (*pañcupādānakkhandhā*);
3. kuus sisemist ja välimist tajualust (*cha āyatanāni*);⁷⁹
4. seitse virgumisosa (*satta bojjhaṅgā*);⁸⁰
5. neli aarija tõde (*cattāro ariya saccā*).⁸¹

77 Vastavalt: *sarāga* - *vītarāga*; *sadosa* - *vītadosa*; *samoha* - *vītamoha*; *saṅkhitta* - *vikkhitta*; *mahaggata* - *amahaggata*; *sauttara* - *anuttara*; *samāhita* - *asamāhita*; *vimutta* - *avimutta*. Vt Mahāsatipaṭṭhāna-sutta MN 10.

78 Vaata „Meele arendamine“.

79 Viie olemasolul klammerdumise kogumiku ja ning kuue sisemise ja kuue välimise tajualuse kohta vaata ptk „Viis klammerdumise kogumikku“.

80 Vaata ptk „Tegu ja uus sünd“.

81 Vaata ptk „Neli aarija tõde“.

Viie takistuse (*pañca nīvaraṇā*) järjepidev vaatlemine ja nende esinemise suhtes teadlikkuse arendamine võimaldab ületada takistustega seotud meele rahutuse ja saavutada sügava džhaana, misjärel on võimalik jätkata läbinägemise arendamise (*vipassanā bhāvanā*) abil erinevate asjade ja nähtuste tõelise olemuse (*anicca, dukkha, anatta*) vaatlemist ning sellele vastava püsiva teadlikkuse ja taju (*saññā*) loomist.

Viie klammerdumiskogumiku (*pañcupādānakkhandhā*) järjepidev vaatlemine ja nende esinemise suhtes teadlikkuse arendamine loob selge arusaama „minaks“ nimetatava kehalistest ja meelelistest protsessidest ning aitab mõista, kuidas viis sisemist tajualust (silm, kõrv, nina, keel, keha) ja meel ning neile vastavad välised tajuobjektid (vorm, heli, lõhn, maitse, puude ja mõtted) esindavad kõigest tajumuljel rajanevat kogemuste voogu, millega samaaegselt ilmneb teadvus. Klammerdumiskogumike järjepidev vaatlemine ja nende suhtes teadlikkuse arendamine vabastab teadmatusest (*avijjā*) ja ihast (*taṇhā*) tekkinud kehapõhisest valest vaatest (*sakkāya-diṭṭhi*) ning eksitavast minavaatest (*attadiṭṭhi*).

Kuue sisemise ja kuue välimise tajualuse (*cha āyatanāni*) järjepidev vaatlemine ja nende esinemise suhtes teadlikkuse arendamine võimaldab bhikkhul kujundada välja täpse teadmise sisemisest ja välimisest tajualusest (nt silmast ja vormist) ning nendest kahest esile kerkinud köidikust (*saṃyojana*). Ta teab täpselt, kuidas iga tajualuse puhul (1) esile kerkimata köidik esile kerkib, (2) kuidas esile kerkinud köidik hüljata ja (3) kuidas hüljatud köidik enam ei teki.

Seitse virgumisosa (*satta bojjhaṅgā*) on järgmised.⁸²

1. Teadlikkuse virgumisosa (*satisambojjhaṅga*)
2. Dhamma uurimise virgumisosa (*dhammavicayasambojjhaṅga*)
3. Energia virgumisosa (*vīriyasambojjhaṅga*)
4. Rõõmu virgumisosa (*pītisambojjhaṅga*)
5. Rahu virgumisosa (*passaddhisambojjhaṅga*)
6. Keskenduse virgumisosa (*samādhisambojjhaṅga*)
7. Neutraalsuse virgumisosa (*upekkhāsambojjhaṅga*)

82 Himavanta-sutta SN 46.1; Kāya-sutta SN 46.2; Sīla-sutta SN 46.3 jt.

Virgumisosade arendamiseks peab bhikkhu teadma virgumisosa toidet. Nii nagu keha püsimine sõltub toidust, nii sõltub ka virgumisosade esile kerkimine ja esile kerkinud virgumisosa täielik väljaarendamine selle aluseks olevast toidust (*āhāra*). Iga virgumisosa toiduks on osaspetsiifilised dhammad ning esile kerkimise ja arendamise tingimused, mis on koondatud järgnevasse tabelisse.

TOIT (<i>āhāra</i>)	TINGIMUS	TULEMUS
Teadlikkuse virgumisosa aluseks olevad dhammad (<i>satisambojjhaṅgaṭṭhānīyā dhammā</i>)	1. Erakluses elamine (<i>vūpakaṭṭho viharanto</i>) 2. Dhamma taasmeenutamine (<i>anussarati</i>) 3. Dhammast taasmõtlemine (<i>anuvitakketi</i>)	Kujuneb teadlikkuse virgumisosa (<i>satisambojjhaṅga</i>)
1. Oskuslikud ja mitte-oskuslikud dhammad (<i>kusalākusalā dhammā</i>) 2. Laiduväärsed ja mitte-laiduväärsed dhammad (<i>sāvajjānavajjā dhammā</i>) 3. Madalad ja kõrged dhammad (<i>hīnapaṇītā dhammā</i>) 4. Pimeduse ja valguse vastand-dhammad (<i>kaṇhasukkasappaṭibhāgā dhammā</i>)	Teadlik dhamma tarkusega 1. analüüsimine (<i>pavicinati</i>) 2. mõtestamine (<i>pavicarati</i>) 3. täielik läbiuurimine (<i>parivīmaṃsamāpajjati</i>)	Kujuneb dhamma uurimise virgumisosa (<i>dhammavicaya-sambojjhaṅga</i>)
1. Algatuselement (<i>ārambhadhātu</i>) 2. Vastupidavuselement (<i>nikkamadhātu</i>) 3. Edasiliikumiselement (<i>parakkamadhātu</i>)	Dhamma uurimise virgumisosast tekkinud energiline mitteloidus ehk ärksus (<i>vīriya asallīna</i>)	Kujuneb energia virgumisosa (<i>vīriyasambojjhaṅga</i>)

Rõõmu virgumisosa aluseks olevad dhammad (<i>pītisambojjhaṅgaṭṭhānīyā dhammā</i>)	Energilisusega tõuseb meeles esile rõõm (<i>pīṭimanassa</i>)	Kujuneb rõõmu virgumisosa (<i>pītisambojjhaṅga</i>)
1. Keha rahunemine (<i>kāyapassaddhi</i>) 2. Teadvuse rahunemine (<i>cittapassaddhi</i>)	Rõõmust tekib keha ja teadvuse rahunemine (<i>kāyopiccittampi passambhati</i>)	Kujuneb rahu virgumisosa (<i>passaddhisambojjh- aṅga</i>)
1. Rahu märk (<i>samathanimitta</i>) 2. Mittehajuv märk (<i>abyagganimitta</i>)	Rahu arendamisel ja täiustumisel muutub rahunenud keha õnnelikuks ja teadvus keskendunuks (<i>passaddhakāyassa sukhino cittaṃ samādhiyati</i>)	Kujuneb keskenduse virgumisosa (<i>samādhisambojjh- aṅga</i>)
Naturaalse virgumisosa aluseks olevad dhammad (<i>upekkhāsambojjhaṅgaṭṭh ānīyā dhammā</i>)	Keskenduse arendamine (<i>samādhibhāvanā</i>) 1. esimeses džhaanas 2. teises džhaanas 3. kolmandas džhaanas 4. neljandas džhaanas	Kujuneb neutraalsuse virgumisosa (<i>upekkhāsambojjh- aṅga</i>)
Sīla-sutta SN 46.3, Kāya-sutta SN 46.2		

ÕIGE TEADLIKKUS (sammāsati)

I. KEHA vaatlemine ja teadlikkuse loomine <i>(kāyānupassanā satipaṭṭhāna)</i>	II. TUNNETE vaatlemine ja teadlikkuse loomine <i>(vedanānupassanā satipaṭṭhāna)</i>
1. hingamine 2. neli kehaasendit 3. tegevused 4. kolmkümmend üks kehaosa 5. neli elementi 6. üheksat tüüpi laibad	1. meeldiv 2. ebameeldiv 3. ei meeldiv ega ebameeldiv 4. kehaline meeldiv 5. meeleline meeldiv 6. kehaline ebameeldiv 7. meeleline ebameeldiv 8. kehaline ei meeldiv ega ebameeldiv 9. meeleline ei meeldiv ega ebameeldiv
IV. DHAMMADE vaatlemine ja teadlikkuse loomine <i>(dhammānupassanā satipaṭṭhāna)</i>	III. TEADVUSE vaatlemine ja teadlikkuse loomine <i>(cittānupassanā satipaṭṭhāna)</i>
1. viis takistust 2. viis klammerdumise kogumikku 3. kuus sisemist ja kuus välimist tajualust 4. seitse virgumisosa 5. neli aarija tõde	1.-2. kirega või ilma kireta 3.-4. vihaga või ilma vihata 5.-6. pettekujutlusega või ilma pettekujutluseta 7.-8. koondunud või mittekoondunud 9.-10. suurelt avardunud või mitteduurelt avardunud 11.-12. ülenenud või mitteülenenud 13.-14. keskendunud või mittekeskendunud 15.-16. vabanenud või mittevabanenud

Nelja aarija tõe (*cattāro ariya saccā*), aga ka kõikide teiste dhammade järjepideval vaatlemisel ja nende suhtes teadlikkuse arendamisel uurib bhikkhu dhammadega seotud sisemisi ja välimisi aspekte. Uurimuse tulemusena tekib selge arusaam dhammade (1) esinemisest, (2) tekkimisest, (3) lakkamisest ning (4) uuesti mittetekkimisest, ning kujuneb välja vahetu, mõistmispõhine teadlikkus ja taipamus. Kui bhikkhu on läbinägemise arendamise teel saavutanud püsiva ja vahetu teadlikkuse dhammade tõelisest olemusest nii nagu need tõeliselt on (*yathābhūta*), ei ole ta enam sellest maailmast sõltuv ega klammerdu maisesse.⁸³

Õiget vaadet, õiget püüdlust ja õiget teadlikkust pole võimalik arendada eraldiseisvalt, kuna need on lahutamatult läbipõimunud.⁸⁴

Õige teadlikkuse lakkamatut harjutamist on Buddha nimetanud „Teadlikkuse loomise suttas“ *ekāyano maggo*’ks ehk teeks, millel on vaid üks võimalik sihtpunkt – *nibbāna*. Sutta kohaselt on võimalik ainuüksi teadlikkuse loomise arendamise teel saavutada lõplik vabanemine juba selles elus hiljemalt seitsme aasta jooksul.

ÕIGE KESKENDUS

„Seal, mungad, on puude juured,
seal tühjad eluasemed,
harjutage džhaanat, mungad;
ärge olge hooletud,
ärge hiljem kahetsege;
see on meie nõuanne teile.“⁸⁵

Õige keskendus (*sammāsamādhī*) kujuneb välja õigest teadlikkusest ja hõlmab erinevaid keskendustasandeid. Õige keskenduse saavutamiseks harjutatakse keskendumist neljas järjest süvenevas džhaanas ehk keskendustasandil (*jhāna*), milleks on:

83 Mahāsatipatṭhāna-sutta MN 10; Samādhī-sutta SN 56 jt.

84 Mahācattārīsaka-sutta MN 117.

85 „*etāni bhikkhave rukkhamūlāni, etāni suññāgārāni, jhāyatha bhikkhave, mā pamādattha, mā pacchā vippaṭṭisārino ahuvattha, ayaṃ vo amhākaṃ anusāsānī ti.*” – Kamma-sutta SN 35.145.

1. keskendumine esimeses džhaanas (*paṭhamajjhāna samādhi*),
2. keskendumine teises džhaanas (*dutiyajjhāna samādhi*),
3. keskendumine kolmandas džhaanas (*tatiyajjhāna samādhi*),
4. keskendumine neljandas džhaanas (*catutthajjhāna samādhi*).⁸⁶

Nii nagu lugemisoskuse omandamiseks tuleb alustada tähestikust, on ka keskenduse arendamiseks vaja esmalt saavutada esimene džhaana, kuna sellest saavad alguse kõik järgnevad meele arendamise etapid.

Buddha õpetas **rahu arendamist** (*samatha bhāvanā*) ja **läbinägemise arendamist** (*vipassanā bhāvanā*). Kui rahu arendamise abil on džhaana saavutatud, meel tasakaalustunud ning kirm (*rāga*) ja viis takistust (*pañca nīvaraṇā*) ajutiselt peatunud, on võimalik jätkata läbinägemise arendamisega.⁸⁷ Neljandas džhaanas saavutatakse vahetult taipamisel põhinevate teadmiste esile kerkimise järel üleloomulikud võimed (*iddhividhā*) ja ülimald teadmised (*abhiññā*) ning kannatuse (*dukkha*) ja tulvade (*āsavā*), nende põhjuste, lakkamise ja lakkamisele viiva tee ning uute sündide rattast pöördumatu vabanemise teadmine ja nägemine.

Suttades on Buddha kirjeldatud **üleloomulikke võimeid** (*iddhividhā*) järgmiselt: (1) olles üks, saab temast mitu, olles mitu, saab temast üks; (2) ta ilmub ja kaob; (3) ta läheb takistamatult läbi seinte ja mägede; (4) ta sukeldub maa sisse ja maast välja nagu oleks see vesi; (5) ta kõnnib vee peal nagu oleks see maa; (6) istudes ristatud jalgadega liigub ta läbi õhu nagu tiivuline lind; (7) ta suudab puudutada päikest ja kuud; (8) tal on võim oma kehast kuni Brahmā maailmani välja.⁸⁸ Buddha ei lubanud munkadel üleloomulikke võimeid ilmitulele näidata.⁸⁹

Paali kaanonis on enamasti toodud kas kolmene või kuuene **ülimine teadmine** (*abhiññā*) loetelu. Kuuene loend sisaldab teadmisi, mis on seotud: (1) eelloetletud üleloomulike võimetega (*iddhividhaññā*); (2) taevase kõrvaga (*dibbasotaññā*); (3) meele läbistamisega (*cetopariyaññā*); (4) iseenda eelmiste eksistentsidega (*pubbenivāsānussatiññā*); (5) taevase silmaga (*dibbacakkhuññā*) ja (6) tulvade lõppemisega (*āsavakkhayaññā*).

⁸⁶ Maggavibhaṅga-sutta SN 45.8.

⁸⁷ Bālavagga AN 2.31; Jhānanisāsaya-sutta (Sāvatthinidānaṃ) AN 9.36.

⁸⁸ Vt Sāmaññaphala-sutta DN 2; Vibhaṅga-sutta SN 51.20; Susimaparibbājaka-sutta SN 12.70; Kevaḍḍha-sutta DN 11 jt.

⁸⁹ Kevaṭṭa-sutta DN 11.

Toodud kuuest *abhiññā*’st esimesed viis saavutatakse rahu arendamise (*samatha bhāvanā*) ja viimane läbinägemise arendamise (*vipassanā bhāvanā*) teel. Kolme viimast ülimat teadmist mainitakse arvukates suttades, sealhulgas „Suures Saccaka suttas“⁹⁰, kus Buddha kirjeldab oma virgumise ööl kõigi nende kolme teadmise ilmnemist.

Üleloomulike võimete teadmised on ilmnunud ja ilmnevad ka tulevikus kõikidel, kes harjutavad meelt nii, nagu seda õpetas Buddha.⁹¹ Nende võimete ilmnemine on džhaana tulemus, kuid pole meelesharjutamise eesmärk, kuna Buddha õpetuse ainus siht on kõikide kannatuste lakka-mine ja *nibbāna* saavutamine.

Buddha on öelnud, et nagu majale pole võimalik ehitada teist korrust, kui eelnevalt on jäetud ehitamata esimene korrus, nii on ka kannatuse peatumine võimatu ilma nelja tõe arusaamiseta (*anubodha*) ning nende läbistava nägemiseta (*paṭivedha*).⁹² Esmalt tuleb maise teetõe (*lokiya maggasacca*) teostamiseks harjutada aarija kaheksaosalise tee kolme jaotust ehk arendada kõlblust (*sīla*), keskendust (*samādhi*) ja tarkust (*paññā*).⁹³ Munga jaoks tähendab kõlblus paatimokkhas (*pāṭimokkha*) toodud juhiste ja ilmikute puhul viie kõlblusjuhise järgimist.

Kõlblisele meelele rajatud rahu arendamisega on võimalik saavutada sügav objektile kinnistunud keskendus (*appanāsamādhi* = *jhāna*). Seejärel on võimalik läbinägemise arendamise abil läbistavalt mõista püsitust, kannatust ja minatust ning kannatuse aarija tõde ja kannatuse tekkimise aarija tõde. Edasi jätkatakse läbinägemise arendamise abil neljanda, kannatuse lakkamisele viiva tee aarija tõde teostamist. See on maiset ületav teetõde (*lokuttarā maggasacca*), milleks on vooguastunu tee (*sotāpannamagga*), ükskordnaasja tee (*sakadāgāmimagga*), mitte-naasja tee (*anāgāmimagga*) ja arahandi tee (*arahantamagga*). Seega on neljanda aarija tõde eesmärgiks teostada kolmas aarija tõde (= *nibbāna*), mis saavutatakse esimese ja teise aarija tõde teostamisega.

90 Mahāsaccaka-sutta MN 36.

91 Vaata ptk „Virgumise tee“.

92 Kūṭāgāra-sutta SN 56.44; Kūṭāgāra-sutta SN 46.7 (detailsem). Suttas näiteks toodud maja (*kūṭāgāra*) on neljale sambale toetuv ühekordne bambusest ehitatud lihtne elamu.

93 Buddha on andnud ka 11 omadust, mis teevad *dharmavinaya* arendamise munga jaoks võimatuks. Vt Mahāgopālaka-sutta MN 33.

AARIJA KAHEKSAOSALINE TEE

(ariya aṭṭhangika magga)

T A R K U S (paññā)	1. Õige vaade (sammā- diṭṭhi)	1. Õige vaade neljast aarialikust tõest (catusacca sammādiṭṭhi) 2. Õige vaade teo olemusest (kammassakatā sammādiṭṭhi) 3. Õige vaade sõltuvuslikust tekkest (paṭiccasamuppāda)
	2. Õige mõte (sammā- saṅkappa)	1. Loobunud mõtlemine (nekkhammasaṅkappa) 2. Mittekuritahtlik mõtlemine (avyāpādasāṅkappa) 3. Mittevägivaldne mõtlemine (avihiṃsāsaṅkappa)
K Ö L B L U S (sīla)	3. Õige kõne (sammā- vācā)	1. Vale rääkimisest hoidumine (musāvādāvirati) 2. Laimavast kõnest hoidumine (pisuṇavācāvirati) 3. Karmist kõnest hoidumine (pharusavācāvirati) 4. Tühjast lobast hoidumine (samphappalāpavirati)
	4. Õige tegu (sammā- kammanta)	1. Elu hävitamisest hoidumine (pāṇātipāta virati) 2. Mitteantu võtmisest hoidumine (adinnādāna virati) 3. Naudingut pakkuvast valest käitumisest hoidumine (kāmesu micchācāra virati)
	5. Õige eluviis (sammā- ājīva)	1. Halbatoovast valest eluviisist hoidumine (duccarita micchājīva virati) 2. Sobimatust valest eluviisist hoidumine (anesana micchājīva virati) 3. Petlikust valest eluviisist hoidumine (kuhanādi micchājīva virati) 4. Loomalikust valest eluviisist hoidumine (tiracchānavijjā micchājīva virati)
	6. Õige püüdlus (sammā- vāyāma)	1. Esile kerkimata mitteoskuslike dhammade [meeleseisundite] vältimise püüdlus (anuppannānaṃ akusalānaṃ dhammānaṃ anuppādāya vāyāmo) 2. Esile kerkinud mitteoskuslike dhammade hülgamise püüdlus (uppannānaṃ akusalānaṃ dhammānaṃ pahānāya vāyāmo)

K E S K E N D U S (samādhī)		3. Esile kerkimata oskuslike dhammade arendamise püüdlus	(anuppannānaṃ kusalānaṃ dhammānaṃ uppādāya vāyāmo)
		4. Esile kerkinud oskuslike dhammade säilitamise püüdlus	(uppannānaṃ kusalānaṃ dhammānaṃ bhiyyo bhāvāya vāyāmo)
	7. Õige teadlikkus (sammā-sati)	1. Keha vaatlemine ja teadlikkuse loomine	(kāyānupassanā satipaṭṭhāna)
		2. Tunnete vaatlemine ja teadlikkuse loomine	(vedanānupassanā satipaṭṭhāna)
		3. Teadvuse vaatlemine ja teadlikkuse loomine	(cittānupassanā satipaṭṭhāna)
		4. Dhammade vaatlemine ja teadlikkuse loomine	(dhammānupassanā satipaṭṭhāna)
	8. Õige keskendus (sammā-samādhī)	1. Keskendumine esimeses džhaanas	(paṭhamajjhāna samādhī)
		2. Keskendumine teises džhaanas	(dutiyaajjhāna samādhī)
		3. Keskendumine kolmandas džhaanas	(tatiyaajjhāna samādhī)
		4. Keskendumine neljandas džhaanas	(catutthajjhāna samādhī)



Allikas: Cūḷavedalla-sutta MN 44; Saccavibhaṅga-sutta MN 141



BUDDHA ÕPETUSE PÕHIMÕISTED



„Suurepärane, suurepärane, Anurādha, nii nagu enne, Anurādha, nii ka nüüd on vaid kannatus ja kannatuse lõppemine see, mida ma õpetan.“¹

Paalikeelne sõna *dukkha* on Buddha õpetuse üks olulisemaid mõisteid, millel on kontekstist sõltuvalt väga lai tähenduste ring. Euroopa kultuurikontekstis puudub sellele täpne tõlkevaste, kuid enamjaolt tõlgitakse seda kannatuseks, ahistuseks, valuks, rahulolematuseks või vaevaks. Üldisemalt tähistab *dukkha* igasugust kehalist ja meelelist kannatust ning võimetust saavutada lõplikku rahulolu ja püsivat õnne. „Kannatuse suttas“² on toodud kolm kannatuse liiki (*dukkhatā*), milleks on (1) kannatuse kannatus, (2) moodustumise kannatus ja (3) muutumise kannatus.

1. **Kannatuse kannatus** (*dukkhadukkhatā*) on igas eluetapis (sünd, vanadus, haigus ja surm) ilmnedu võiv (1) kehaline kannatustunne (*kāyikadukkhavedanā*) või (2) meeleteguripõhine (st meeles esinev) kannatustunne (*cetasikadukkhavedanā*). Kannatuse kannatus hõlmab kõiki stressi ja rahutusega seotud emotsioone nagu lein, hala, valu, masendus ja ahastus.
2. **Moodustumise kannatus** (*saṅkhāradukkhatā*) tähendab seda, et kõik moodustunud nähtused on *dukkha*. Moodustumise kannatus on omane kõigele, mis on tekkinud põhjuse ja tagajärje seaduspära tõttu pidevalt muutuva viie olemasolllu klammerdumise kogumiku (*pañcupādānakkhandhā*) kaudu, kuna nende paratamatuks saatuseks on lagunemine.
3. **Muutumise kannatus** (*vipariṇāmadukkhatā*) tekib kehalise heaolu seisundi ja meelelise õnnetunde mööduvusest. Kõik, mis valmistab rõõmu, muutub varem või hiljem ning see muutus põhjustab kurbust, ängi ja igatsust. Muutumise kannatust esindab kokkupuude ebameeldivaga, lahusolek meeldivast ja ihaldatava mittedaamine. Muutumise kannatus käib kaasas heaolu muutumise ja lõppemisega.

1 „sādhū sādhū anurādha, pubbe cāhaṃ anurādha, etarahi ca dukkhañce va paññāpemi dukkhassa ca nirodhanti.“ – Anurādha-sutta SN 22.86.

2 „tisso imā āvuso dukkhatā, dukkhadukkhatā saṅkhāradukkhatā vipariṇāmadukkhatā.“ – Dukkha-sutta SN 38.14.

KANNATUS (<i>dukkha</i>)	
1. Kannatuse kannatus (<i>dukkhadukkhatā</i>)	• Sünd • Vanadus • Haigus • Surm • Kõik kehalise ja meelelise kannatuse tunded
2. Muutumise kannatus (<i>vipariṇāmadukkhatā</i>)	• Kokkupuude ebageeldivaga • Lahusolek meeldivast • Ihaldatava mittesaamine
3. Moodustumise kannatus (<i>saṅkhāradukkhatā</i>)	• 5 klammerdumise kogumikku: 1. vorm 2. tunne 3. tajus 4. moodustised 5. teadvus
Allikas: Dukkha-sutta SN 38.14, Cūḷavedalla-sutta MN 44	Allikas: Dhammacakkappavattana- sutta SN 56.11

Tavainimese (*puṭhujjana*) arusaama kohaselt pakub maailm rohkelt rõõme ja naudinguid, mida peetakse tõeliseks õnneks. Kui vaadelda kõiki ilmnevaid objekte analüütiliselt, kerkib esile selge arusaam, et need ei saa sisaldada tõelist, muutumatut õnne. Mitteteadmise (*avijjā*) ja vale vaate tõttu on meel pimestatud, mistõttu inimene ei näe olemasolu tõelist olemust, ja usub, et asjad, seisundid ja nähtused on jäävad, rõõmutoovad ja tõeliselt olemasolevad. Iha (*taṇhā*) loob tahtmise, mida omakorda hakkab jõustama ahnus (*lobha*). Kontaktist ihaldatava tajus-objektiga tekib rõõm (*pīti*) ja klammerdumine meeldivasse objekti või kogemusse, mis läbi pettekujutus (*moha*), et asjad ongi ilusad ja muutumatult olemasolevad, tugevneb veelgi. Kui aga vaadata ilmnevaid asju ja nähtusi nii, nagu need tõeliselt on, ei kerki esile mitteoskuslikke meeleseisundeid, mille juured on pettekujutluses, vales vaates ja ahnuses (*moha*, *diṭṭhi*, *lobha*). Meeldiv kogemus, rõõm ja nauding küll esinevad, kuid kestavad vaid lühikest aega – need ilmnevad ja kaovad.

Klammerdumise tõttu jätkub iha naudingut pakkuvate asjade või kogemuste järele, mis päädib lõppematute pingutustega kogeda ihaldatavat uuesti. Naudingute lõppemine on *dukkha* ja lõputud pingutused kogeda neid lühiajalisi naudinguid on samuti *dukkha*. Nautimise ajal tugevnivad ahnus (*lobha*) ja pettekujutus (*moha*) ning kui iha ei leia rahuldust, kerkib esile viha (*dosa*). Naudingute hoolikas analüüs dhamma seisukohast näitab, et naudingute sügavam loomus on kannatus.

Sama põhimõtet väljendab ka „Dhammapada“:

*„Sestap ära võta midagi kui meeldivat – meeldiva kaotamine on valu.
Pole kütkeid sellele, kelles ei ole meeldimist ega vastumeelsust.“³*

Kuigi Buddha õpetus keskendub elus esinevale kannatusele ja sellest vabanemisele, ei eita see elus esineva materiaalse ja mentaalse õnne erinevaid vorme. Kui inimese iha ei ole rahuldatud, siis ei ole ta õnnelik, kuid kui iha saab rahuldatud, tunneb ta õnne.

Kõiki Buddha õpetusi sisaldav paalikeelne „Tipiṭaka“ toob ära mitmeid loetelusid sellest, mis pakuvad õnne, rõõmu ja heaolu nii ilmikule kui ilmalikust elust loobunule. Näiteks „Anguttaranikāya“ osas „Sukhavagga“ loetleb Buddha 62 ilmikueluga seotud õnne. „Dhammapadas“ kohaselt on õnne allikaks elamine ilma viha, haiguste, kiirustamise ja võidusoovita, maisest loobununa meelerahus koos vaimsete sõpradega.⁴ Tavainimesele võivad pakkuda õnne pereelu, meelelised naudingud, materiaalsed asjad jms, kuigi Buddha pidas kõrgemaks õnneks pereelust ja naudingutest loobumist ning materiaalse heaolu vahetamist meele arendamise vastu.⁵

Buddha liigitas kannatuse (*dukkha*) alla nii džhaanaga kaasnevad rõõmu (*pīti*) ja õnne (*sukha*) tunded kui ka kõrgeima džhaana, kus nii kannatus kui õnn on peatunud ning meel püsib täielikult neutraalses (*upekkhā*) teadlikkuses, sest kõik need seisundid on püsitud (*aniccā*) ning kõik, mis muutub, on *dukkha*.⁶

3 „*tasmā piyaṃ na kayirātha piyāpāyo hi pāpako ganthā tesam na vijjanti yesam natthi piyāppiyaṃ.*“ – Dhp 211.

4 Dhp 197–208.

5 Dukanipata, Sukhavaggo.

6 Mahādukkhakkhandha-sutta MN 13.

Buddha õpetas, et tõeline ja kestev õnn ei ole leitav materiaalsest maailmast, kuna kõik olemasolev muutub pidevalt, tekitab kannatusi ning lakkab. Iga elusolend kogeb sündi (*jāti*), vanadust (*jarā*), haigust (*vyādhī*) ja surma (*marāṇa*) ning mitte keegi ei suuda neid nelja vältida – sestap ongi olemasolu *dukkha*.⁷ Kannatuste lõppemise teele on võimalik õigesti asuda alles siis, kui ollakse täielikult mõistnud nelja aarija tõe olemust.

Kannatuse mõistmine ei tähenda pessimistlikku ellusuhtumist, vaid seda, et elu nähakse hinnanguvabalt, realistlikult, nii nagu see on – see pole ahistuskogemus ise, vaid ahistuse olemasolu mõistmine. Siinkohal on oluline mõista, et Buddha õpetuse seisukohast ei ole kannatuse põhjustajaks mitte nauding, vaid iha naudingut ikka jälle ja uuesti kogeda ning naudingusse klammerdumine. Et vabaneda kannatusest, tuleb vabaneda selle põhjustajast – ihaust.

VIIS KLAMMERDUMISE KOGUMIKKU

Virgumata inimene usub, et on olemas midagi kindlat ja püsivat, milleks on mina, isik, isiksus, olend või ise, kes näeb, kuuleb, tunneb, tajub, omab jne. Dhamma kohaselt on selline arusaam ekslik, kuna põhineb olemasoleva vääral tõlgendamisel. Minapõhine vale vaade on ületatav nii keha kui kõige olemasoleva vaatlemise ja kirka teadlikkuse arendamisega.⁸

Viis klammerdumise kogumikku (*pañcupādānakkhandhā*) on:⁹

- | | |
|----------------|---------------------|
| 1. Vorm | (<i>rūpa</i>) |
| 2. Tunne | (<i>vedanā</i>) |
| 3. Tajut | (<i>saññā</i>) |
| 4. Moodustised | (<i>saṅkhārā</i>) |
| 5. Teadvus | (<i>viññāṇa</i>) |

7 Ācariya Anuruddha, A Comprehensive Manual of Abhidhamma (Abhidhammattha Saṅgaha), Bhikkhu Bodhi (tr.), Kandy: BPS, 1999, lk. 304.

8 Vibhaṅga-sutta SN 45.8.

9 Khandha-sutta SN 22.48, Khajjanīya-sutta SN 22.79 jpt.

Klammerdumise kogumikud esindavad kõiki kehalisi ja meelelisi nähtusi ning seda, mida tavainimene arvab olevat inimene, isik või mina¹⁰ ehk üldisemas mõttes olend.¹¹ Buddha julgustas lähemalt uurima kõiki kogumikke, et leida üles see, mida saaks nimetada „minaks“ ja mis tundub nii ilmne ning olemasolev. Ta kinnitas, et seni, kuni tal puudus täielik mõistmine viiest klammerdumise kogumikust nii, nagu see tõeliselt on (*yathābhūta*), ei saavutanud ta õiget ja täielikku virgumist (*sammāsambodhi*). Sellise mõistmise väljakujundamiseks tuleb džhaanas läbinägemise (*vipassanā*) teel vaadelda kõiki kogumikke, nende tekkimist (*samudaya*), lakkamist (*nirodha*) ja lakkamisele viivat teed (*nirodhagāmini paṭipada*).¹²

Vormi kogumik (*rūpakkhandhā*) esindab ainsana mateeriat, ülejäänud kogumikud liigituvad mentaalse ehk nime (*nāma*) alla. Siia kuulub kõik materiaalne nii minevikus, olevikus kui tulevikus, nii sisemine kui välimine, jäme kui peen, kaugel kui lähedal.¹³

Vorm on moodustunud neljast suurest elemendist, milleks on maa-, vee-, tule- ja tuuleelement. Elemendid esindavad mateeria omadusi.¹⁴

See, milline vorm ehk keha (*kāya*) ühel või teisel olendil on, sõltub tema tegudest.¹⁵

10 Upādānaparivatta-sutta SN 22.56; Mahāpuṇṇama-sutta MN 109; Khandha-sutta SN 22.48 jpt.

11 Vajira-sutta SN 5.10.

12 Upādānaparipavatta-sutta SN 22.56.

13 Khandha-sutta SN 22.48. „Abhidhammapiṭaka“ esimene raamat „Dhammasaṅgaṇī“ jaotab nähtused kolme rühma: I. (1) vorm (*rūpa*), II. (2-4) meeletegurid (*cetasika*) ja III. (5) teadvus (*citta*). Vt ka ptk „Viis klammerdumise kogumikku“.

14 Mahāpuṇṇama-sutta MN 109. Hilisemad tekstid sisaldavad nelja suure elemendi tule-tisi (*upādā*), mis hõlmavad viit tajuorganit, mille abil on võimalik tajuda ja mõtestada välismaailma, mislābi *rūpa* hõlmab kogu mateeriat – nii sisemist kui välimist. 24 vormi tuletist (*upādārūpāni*) on 5 sisemist tajualust: silma tajualus (*cakkhāyatana*), kõrva tajualus (*soṭāyatana*), nina tajualus (*ghāṇāyatana*), keele tajualus (*jivhāyatana*), keha tajualus (*kāyāyatana*); 4 välimist tajualust: vormi tajualus (*rūpāyatana*), heli tajualus (*saddāyatana*), lõhna tajualus (*gandhāyatana*), maitse tajualus (*rasāyatana*); naiselikkuse võime (*itthindriya*), mehelikkuse võime (*purisindriya*), eluvõime (*jīvitindriyam*), kehaline väljendus (*kāyaviññatti*), sõnaline väljendus (*vacīviññatti*), ruumi-element (*ākāsadhātu*), vormi liikuvus (*rūpassa lahutā*), vormi elastsus/vormitavus (*rūpassa mudutā*), vormi kohaldumine (*rūpassa kammaññāta*), vormi arenemine (*rūpassa upacaya*), vormi jätkumine (*rūpassa santati*), vormi vananemine (*rūpassa jaratā*), vormi püsitus (*rūpassa aniccatā*) ja füüsiline/söödav toit (*kabalīkāro āhāro*). Vaata Abhidhammapiṭaka, Rūpavibhatti Ds 2.2.3 (2.2.3.2. Dukaniddesaupādābhājanīya).

15 Cūḷakammavibhaṅga-sutta MN 135.

NELI SUURT ELEMENTI (*cattāri mahābhūtāni*)

ELEMENT	maaelement (<i>pathavīdhātu</i>)	veeelement (<i>āpodhātu</i>)	tuleelement (<i>tejodhātu</i>)	tuuleelement (<i>vāyodhātu</i>)
OMADUS	kõvadus/tahkus karedus raskus pehmus siledus kergeus	voolavus sidusus	kuumus jahedus	liikuvus toetav tõukav
Allikas: Dhammasaṅgaṇī, Pañcavidhena rūpasaṅgaho lk 222-223 jt				

Mateeria ise muutub vastavalt loomulikele seaduspäradele (*niyāma*).¹⁶ Vorm sõltub toidust (*āhāra*) ning toidu lakates lakkab ka vorm.¹⁷

Tunnete kogumiku (*vedanākkhandhā*) liigitused erinevad „Tipiṭakas“ sõltuvalt sellest, mis on jaotuse aluseks.¹⁸ Viiekordse olemasolllu klammerdumise kogumiku kontekstis jaotatakse tunde kogemused vastavalt tajudele kuueks:

1. silmakontaktile vastav tunne (*cakkhusamphassajā vedanā*)
2. kõrvakontaktile vastav tunne (*sotasamphassajā vedanā*)
3. ninakontaktile vastav tunne (*ghānasamphassajā vedanā*)
4. keelekontaktile vastav tunne (*jivhāsamphassajā vedanā*)
5. kehakontaktile vastav tunne (*kāyasamphassajā vedanā*)
6. meelekontaktile vastav tunne (*manosamphassajā vedanā*)¹⁹

16 Viit loomulikku seaduspära selgitab täpsemalt ptk „Tegu ja uus sünn“.

17 Upādānāparipavatta-sutta SN 22.56.

18 Kahese tunnete jaotuse kohaselt esineb (1) kehaline tunne (*kāyikavedanā*) ja (2) meele-
teguripõhine tunne (*cetasikavedanā*). Kolmese jaotuse kohaselt esineb (1) õnnetunne
(*sukhavedanā*), (2) kannatustunne (*dukkhavedanā*) ja (3) ei kannatuse ega õnne tunne
(*adukkhāmasukhavedanā*). Viiene tunnete jaotus hõlmab viit liiki tunde kogemusi,
milleks on (1) kehaline õnnetunne (*kāyikāsukkhāvedanā*), (2) kehaline kannatustunne
(*kāyikādukkhāvedanā*), (3) meeleteguripõhine (mentaalne) õnnetunne ehk heameel
(*cetasikāsukkhāvedanā* ehk *somanassavedanā*), (4) meeleteguripõhine (mentaalne) kannatustunne
ehk pahameel (*cetasikādukkhāvedanā* ehk *domanassavedanā*) ning (5) ei kannatuse ega õnnetunne
(*adukkhāmasukkhāvedanā*). Vt Aṭṭhasata-sutta SN 36.22; BD lk 101.

19 Kontakt on sisemise tajualuse, välimise tajualuse ja teadvuse kohtumine.

Vt Chachakka-sutta MN 148.

Tunded on tavainimesele sageli väga olulised ning tihti kulutataksegi suurem osa elust selleks, et kogeda ihaldusväärseid tundeid. Nagu juba eespool mainitud, liigituvad Buddha õpetuse järgi kõik tunded kannatuse alla (*yaṃ kiñci vedayitaṃ taṃ dukkhasmim*)²⁰, sh ka õnne ja rõõmu tunne. Iga tunne on ajutine ning tekkinud teatud tingimustel ja põhjustel. Nende tingimuste ja põhjuste lakkamisel lakkab ka nendele rajanenud tunne. Kõik, mis on moodustunud, on püsitu ja seega hävimise, kadumise, mööduvuse, muutumise ja lakkamise objekt – seetõttu ei saa ka tunded pakkuda lõplikku ja muutumatut õnne ega rahulolu.²¹ Tunne kui tingimus on iha (*taṇhā*) põhjustaja ja seeläbi on kõik tunded otseselt seotud kannatuse esile kerkimisega.

Tunne tekib kontaktist (*phassa*) ja lakkab kontakti lakates.²²

Tajude kogumik (*saññākkhandhā*) on seotud kuue sisemise tajualuse ja neile vastavate väliste tajualuste ehk objektide tajumisega. Taju tunneb ära nii füüsilise kui mentaalse objekti. Kuus taju on:

- | | |
|---------------|----------------------------|
| 1. vormitaju | (<i>rūpasaññā</i>) |
| 2. helitaju | (<i>saddasaññā</i>) |
| 3. lõhnataju | (<i>gandhasaññā</i>) |
| 4. maitsetaju | (<i>rasasaññā</i>) |
| 5. puutetaju | (<i>phoṭṭhabbasaññā</i>) |
| 6. dhammataju | (<i>dhammasaññā</i>) |

Taju tekib kontaktist (*phassa*) ja lakkab kontakti lakates.²³

Moodustiste kogumik (*saṅkhārākkhandhā*) vastab kuuele tajule. „Klammerdumisjärkude suttas“²⁴ õpetab Buddha, et moodustised on kuus tahtmist kogu (*cetanākāyā*), milleks on:

20 Rahogata-sutta SN 36.11.

21 Vedanā-saṃyutta, Rahogata-sutta SN 36.11.

22 Upādānaparipavatta-sutta SN 22.56.

23 Upādānaparipavatta-sutta SN 22.56.

24 Upādānaparipavatta-sutta 22.56.

- | | |
|-------------------------|--------------------------------|
| 1. vormiga seotud tahe | (<i>rūpasañcetanā</i>) |
| 2. heliga seotud tahe | (<i>saddasañcetanā</i>) |
| 3. lõhnaga seotud tahe | (<i>gandhasañcetanā</i>) |
| 4. maitsega seotud tahe | (<i>rasasañcetanā</i>) |
| 5. puutega seotud tahe | (<i>phoṭṭhabbasañcetanā</i>) |
| 6. dhammaga seotud tahe | (<i>dhammasañcetanā</i>) |

KUUS SISEMIST TAJUALUST (<i>cha ajjhakkāni āyatanāni</i>)		KUUS VÄLIMIST TAJUALUST (<i>cha bāhirāni āyatanāni</i>)	
Silma tajualus	(<i>cakkhāyatana</i>)	Vormi tajualus	(<i>rūpāyatana</i>)
Kõrva tajualus	(<i>sotāyatana</i>)	Heli tajualus	(<i>saddāyatana</i>)
Nina tajualus	(<i>ghāṇāyatana</i>)	Lõhna tajualus	(<i>gandhāyatana</i>)
Keele tajualus	(<i>jivhāyatana</i>)	Maitse tajualus	(<i>rasāyatana</i>)
Keha tajualus	(<i>kāyāyatana</i>)	Kombatav tajualus	(<i>phoṭṭhabbāyatana</i>)
Meele tajualus	(<i>manāyatana</i>)	Dhamma tajualus	(<i>dhammāyatana</i>)

Allikas: Saḷāyatanavibhaṅga-sutta MN 137

Nii pälvimuslikud (*puññabhisankhārā*), mittepälvimuslikud (*apuññabhisankhārā*) kui ka kõigutamatud (*āneñjābhisankhārā*)²⁵ moodustised on tahtelised (*cetanā*) tegevused ning seega kamma moodustajad ja uue sünni põhjustajad. Pälvimuslikud moodustised suunavad uue sünni õnnelikku valda, pälvimusetud moodustised õnnetusse valda ja kõigutamatud moodustised vormita valda.

Moodustiste ülesandeks on juhtida meel kas oskuslike, mitteoskuslike või neutraalsete tegevuste suunas. Tegu (*kamma*) võib moodustuda sõna (*vacīsankhārā*), keha (*kāyasankhārā*) või teadvuse (*cittasankhārā*) teel.²⁶ Kammat loovad ainult tahtelised moodustised. Tunne ja taju ei ole tahtlikud ja sestap need kammat ei loo.

25 Saṅgīti-sutta DN 33. Kõigutamatud *sankhārā*'d on nelja vormitu vallaga seotud keskendumises esinevad tahtelised moodustised.

26 Sankhāra-sutta AN 3.23.

Abhidhamma kohaselt hõlmab moodustiste grupp 50 meeletegurit (*cetasika*)²⁷ nagu näiteks tahe, fookusseeritus ehk ühtesuunatus, tähelepanu, otsustavus, energilisus, soov, usk, teadlikkus, pettekujutus, pettekujutluse puudumine, viha, ahnus, vale vaade, uhkus ehk upsakus, laiskus, loidus, kahtlus, kaastunne, kaasrõõm jt.²⁸ Meeleteguritest 11 on üldised meelega seotud elemendid, lisaks neile 25 kaunist (*sobhana*) omadust ja 14 mitteoskuslikku omadust. Moodustiste ülesandeks on juhtida meel kas oskuslike, mitteoskuslike või neutraalsete tegevuste suunas.

Moodustised tekivad kontaktist (*phassa*) ja lakkavad kontakti lakates.²⁹

Teadvuste kogumik (*viññāṇakkhandhā*) jaguneb samuti vastavalt tajudele kuueks:

1. silmateadvus (*cakkhuviññāna*);
2. kõrvateadvus (*sotaviññāna*);
3. ninateadvus (*ghānaviññāna*);
4. keeleteadvus (*jivhāviññāna*);
5. kehateadvus (*kāyaviññāna*);
6. meeleteadvus (*manoviññāna*).³⁰

Teadvus ei tunne objekti ära, see on vaid teadlikkus objekti olemasolust. Kui silmal tekib kontakt mingi objektiga, nt sinise värviga, siis saab silmateadvus teadlikuks värvi kui objekti olemasolust, kuid ei tunne ära, et tegemist on sinise värviga. Nägemine ei tähenda äratundmist – see tekib alles nägemisprotsessi järgmises etapis tänu tajule.³¹ Sisemise ja välimise tajualuse pinnalt tekib tajuspetsiifiline teadvus (*viññāṇa*).

27 Meeletegureid on abhidhamma kohaselt kokku 52, kui loetelus esinevad tunne (*vedanā*) ja taju (*saññā*), on toodud viies klammerdumise kogumiku loetelus eraldiseisvatena.

28 *etanā, ekaggatā = samādhi, manasikāra, adhimokkha, viriya, chanda, saddhā, sati, moha, amoha, dosa, lobha, diṭṭhi, māna, thīna, middha, vicikicchā, karunā, muditā*. – Ācariya Anuruddha, A Comprehensive Manual of Abhidhamma (Abhidhammattha Saṅgaha). Bhikkhu Bodhi (tr.), Kandy: BPS, 1999, lk 76 jj.

29 Upādānaparipavatta-sutta SN 22.56.

30 Abhidhamma kohaselt jaguneb teadvus kamma vaatenurgast 89 teadvuste kogumikuks (*viññāṇakkhandhā*) ehk teadvusseisundiks, mis võivad olla kas oskusliku, mitteoskusliku või neutraalse loomuga, määrates ära tunde, taju ja teadvuse kõrbelised omadused (BD, lk 102; 249–252). Vaata ka Vibhaṅga-sutta SN 12.2.

31 Mahāvedalla-sutta MN 43.

VIIS KLAMMERDUMISE KOGUMIKKU (*pañcupādānakkhandhā*)

1. VORM (*rūpa*)

Maa-element	(<i>paṭhavīdhātu</i>)	= kõvadus
Vee-element	(<i>āpodhātu</i>)	= sidusus
Tule-element	(<i>tejodhātu</i>)	= kuumus
Tuule-element	(<i>vāyodhātu</i>)	= liikumine

2. TUNNE (*vedanā*)

silmakontaktile vastav tunne	(<i>cakkhusamphassajā vedanā</i>)
kõrvakontaktile vastav tunne	(<i>sotasamphassajā vedanā</i>)
ninakontaktile vastav tunne	(<i>ghānasamphassajā vedanā</i>)
keelekontaktile vastav tunne	(<i>jivhāsamphassajā vedanā</i>)
kehakontaktile vastav tunne	(<i>kāyasamphassajā vedanā</i>)
meelekontaktile vastav tunne	(<i>manosamphassajā vedanā</i>)

3. TAJU (*saññā*)

vormitaju	(<i>rūpasaññā</i>)
helitaju	(<i>saddasaññā</i>)
lõhnataju	(<i>gandhasaññā</i>)
maitsetaju	(<i>rasasaññā</i>)
puutetaju	(<i>phoṭṭhabbasaññā</i>)
dhammataju	(<i>dhammasaññā</i>)

4. MOODUSTISED (*saṅkhārā*)

vormiga seotud tahe	(<i>rūpasañcetanā</i>)
heliga seotud tahe	(<i>saddasañcetanā</i>)
lõhnaga seotud tahe	(<i>gandhasañcetanā</i>)
maitsega seotud tahe	(<i>rasasañcetanā</i>)
puutega seotud tahe	(<i>phoṭṭhabbasañcetanā</i>)
dhammaga seotud tahe	(<i>dhammasañcetanā</i>)

5. TEADVUS (*viññāṇa*)

silmateadvus	(<i>cakkhuviññāṇa</i>)
kõrvateadvus	(<i>sotaviññāṇa</i>)
ninateadvus	(<i>ghānaviññāṇa</i>)
keeletheadvus	(<i>jivhāviññāṇa</i>)
kehateadvus	(<i>kāyaviññāṇa</i>)
meeletheadvus	(<i>manoviññāṇa</i>)

Allikas: Upādāna parivatta-sutta SN 22.56; Mahāpuṇṇama-sutta MN 109; Khandha-sutta SN 22.48

Nende kolme – sisemise ja välimise tajualuse ning teadvuse kohtumisel tekib **kontakt** (*phassa*). Kontaktile vastavalt tekib tunne (*vedanā*), mis võib olla kas meeldiv, ebameeldiv või neutraalne. Tundele vastavalt tekivad iha (*taṇhā*),³² soov ja kirm (*chandarāga*).³³

Teadvust (*viññāṇa*) ei tohiks samastada hävimatu hinge spekulatsiooniga. See pole iseseisev ega püsiv, elusolev substantis ehk mina (*atta*) või aatman (*attan*) või hing (*jīva*), mis liigub siia-sinna või kehast kehasse. Kui Buddha jünger Sati tegi kord sarnase avalduse, parandas Buddha teda kohe, täpsustades, et teadvust nimetatakse ainult vastavalt tingimusele, mille kaudu see ilmneb (nt silma ja välise objekti kohtumisel tekib silmateadvus ehk *cakkhuviññāṇa*).³⁴ Teadvus saab ilmned ainult koos vormi, tunde, taju ja moodustistega, see sõltub neist ega saa neist neljast kogumikust eraldi eksisteerida.³⁵ Seetõttu on võimatu selgitada teadvuse või moodustiste lakkamist ühes ja ilmnemist teises olemasolus vormi, tunde, taju ja moodustiste rühmadest lahus.³⁶

See, mida Buddha nimetas oma õpetuses **meeleks** (*mano, mana, manas*) ei ole hing, nii nagu seda mõistavad filosoofilised suunad või usundid. Meelel on võime (*indriya*), nagu näiteks silmal on silmavõime (*cakkhundriya*), mille abil on võimalik näha ja kõrval on kõrvavõime (*sotindriya*), mille abil on võimalik kuulda. Viie füüsilise tajuorgani abil kogetakse nähtavaid objekte, helisid, lõhnu, maitseid ja kombatavaid objekte. Ideid ja mõtteid pole võimalik tajuorganite abil luua ega mõista, kuid see on võimalik meelevõime (*manindriya*) abil. Kui silma ja silmavõime abil on võimalik näha värve ning väliseid vorme, siis meelevõime abil on võimalik nähtut mõista ja mõtestada, nähtu üle järele mõelda ning seda analüüsida. Teadvusel on võime luua teada olevast informatsioonist mentaalne representatsioon ja seesama teadvus ongi tuntud kui meel (*mano*).³⁷

Teadvus tekib nimest ja vormist (*nāmarūpa*) ning lakkab nime ja vormi lakates.³⁸

32 Chachakka-sutta MN 148.

33 Mahāpuṇṇama-sutta MN 109.

34 Mahātaṇhāsāṅkhaya-sutta MN 38.

35 Mahāvedalla-sutta MN 43.

36 Upaya-sutta SN 22.53.

37 Vaata ka tabelit „Viie klammerdumise kogumiku kaudu loodud kogemuse struktuur“, kus meeleks nimetatav (meeleteadvus) on toodud ära rasvases kirjas.

38 Upādānaparipavatta-sutta SN 22.56.

VIIE KLAMMERDUMISE KOGUMIKU KAUDU LOODUD KOGEMUSE STRUKTUUR

Kuus sisemist tajualust (<i>cha ajjhattikāni āyatanāni</i>)	Kuus välimist tajualust (<i>cha bāhirāni āyatanāni</i>)	Kuuele sisemisele ja välimisele tajualusele vastav teadvus (<i>viññāna</i>)	Kuuele sisemisele ja välimisele tajualusele vastava teadvuse põhine kontakt (<i>phassa</i>)	Kontaktile vastav tunne (<i>vedana</i>)	Kontaktile vastav taju (<i>saññā</i>)	Kontaktile vastavad moodustised (<i>saṅkhārā</i>)	Kontaktile vastav taju (<i>viññāna</i>)
Silma tajualus (<i>cakkhāyatana</i>)	Vormi tajualus (<i>rūpāyatana</i>)	Silma-teadvus (<i>cakkhaviññāna</i>)	Silma-kontakt (<i>cakkhusamphassa</i>)	Silma-kontaktile vastav tunne (<i>cakkhusamphassajā-vedanā</i>)	Silma-kontaktile vastav taju (<i>cakkhusamphassajā-saññā</i>)	Silma-kontaktile vastavad moodustised (<i>cakkhusamphassajā-saṅkhārā</i>)	Silma-kontaktile vastav teadvus (<i>cakkhusamphassajā-viññāna</i>)
Kõrva tajualus (<i>soṭṭāyatana</i>)	Heli tajualus (<i>saddhāyatana</i>)	Kõrva-teadvus (<i>sotaviññāna</i>)	Kõrva-kontakt (<i>sotasamphassa</i>)	Kõrva-kontaktile vastav tunne (<i>sotasamphassajā-vedanā</i>)	Kõrva-kontaktile vastav taju (<i>sotasamphassajā-saññā</i>)	Kõrva-kontaktile vastavad moodustised (<i>sotasamphassajā-saṅkhārā</i>)	Kõrva-kontaktile vastav teadvus (<i>sotasamphassajā-viññāna</i>)
Nina tajualus (<i>ghāṇāyatana</i>)	Lõhna tajualus (<i>gandhāyatana</i>)	Nina-teadvus (<i>ghāṇaviññāna</i>)	Nina-kontakt (<i>ghāṇasamphassa</i>)	Nina-kontaktile vastav tunne (<i>ghāṇasamphassajā-vedanā</i>)	Nina-kontaktile vastav taju (<i>ghāṇasamphassajā-saññā</i>)	Nina-kontaktile vastavad moodustised (<i>ghāṇasamphassajā-saṅkhārā</i>)	Nina-kontaktile vastav teadvus (<i>ghāṇasamphassajā-viññāna</i>)
Keele tajualus (<i>jivhāyatana</i>)	Maitse tajualus (<i>rasāyatana</i>)	Keele-teadvus (<i>jivhāviññāna</i>)	Keele-kontakt (<i>jivhāsamphassa</i>)	Keele-kontaktile vastav tunne (<i>jivhāsamphassajā-vedanā</i>)	Keele-kontaktile vastav taju (<i>jivhāsamphassajā-saññā</i>)	Keele-kontaktile vastavad moodustised (<i>jivhāsamphassajā-saṅkhārā</i>)	Keele-kontaktile vastav teadvus (<i>jivhāsamphassajā-viññāna</i>)
Keha tajualus (<i>kāyāyatana</i>)	Puute tajualus (<i>phoṭṭhabbāyatana</i>)	Keha-teadvus (<i>kāyaviññāna</i>)	Keha-kontakt (<i>kāyasamphassa</i>)	Keha-kontaktile vastav tunne (<i>kāyasamphassajā-vedanā</i>)	Keha-kontaktile vastav taju (<i>kāyasamphassajā-saññā</i>)	Keha-kontaktile vastavad moodustised (<i>kāyasamphassajā-saṅkhārā</i>)	Keha-kontaktile vastav teadvus (<i>kāyasamphassajā-viññāna</i>)
Meele tajualus (<i>manāyatana</i>)	Dhamma tajualus (<i>dhammāyatana</i>)	Meele-teadvus (<i>manoviññāna</i>) ¹	Meele-kontakt (<i>manosamphassa</i>)	Meele-kontaktile vastav tunne (<i>manosamphassajā-vedanā</i>)	Meele-kontaktile vastav taju (<i>manosamphassajā-saññā</i>)	Meele-kontaktile vastavad moodustised (<i>manosamphassajā-saṅkhārā</i>)	Meele-kontaktile vastav teadvus (<i>manosamphassajā-viññāna</i>)

Allikas: Saḷāyatanavibhaṅga-sutta MN 137, [Paṭīccasamuppāda]-Vibhaṅga-sutta SN 12.1-2, Khandhavibhaṅga Vb 1, Saṅgahitakathā Kv 7.1, Sammādiṭṭhi-sutt MN 9, Upanisa-sutta SN 12.23, Mahāhatthipadopama-sutta MN 28, Bahudhātuka-sutta MN 115 jpt

¹ Meeleteadvus on see, mida Buddha on oma õpetuses nimetanud meeleks (*mano, mana, manas*)

Buddha õpetas, et pidevalt muutuvad viis klammerdumise kogumikku ei saa moodustada muutumatut, püsiva omaolemusega mina. Kui see oleks nii, oleks näiteks keha ja kõik sellega seonduv – vananemine, haigestumine, surm – selle mina kontrolli all. Sel juhul oleks võimalik öelda, et „olgu minu keha selline“ või „ärgu olgu minu keha selline“ ning keha muutukski kohe vastavalt soovile. Kuna see ei ole võimalik, siis on selge, et keha ei kuulu meile. Keha on meie tahtest sõltumata lakkamise objekt ning seetõttu tuleb sellest kehast loobuda. Kuna kõik viis klammerdumise kogumikku on püsitud, ei saa ka mina olla püsiv, igavene ega muutumatu.³⁹ Buddha on öelnud, et kuni minavaade (*attadiṭṭhi*) ei ole täielikult ja lõplikult lakanud, ei ole kannatuste lakkamisele viiva püha elu elamine tulemuslik.⁴⁰ Kui mina puudumise intellektuaalsele teadmisele on lisandunud ka džhaanal põhinev sügav ja vahetu taipamine, vabane takse esimesest köidikust ehk kehapõhisest vaatest (*sakkāyadiṭṭhi*).

See, mida inimene peab iseendaks, on vaid eeltoodud pidevalt muutuvate mentaalsete ja füüsiliste nähtuste protsess, mis kestab nii kaua, kuni esinevad selle ilmnemise põhjused ja tingimused. Kuigi viis klammerdumise kogumikku ilmnevad ainult koos, ei moodusta need ei iseseisvalt ega üheskoos sõltumatut ega tõelist isiksust või mina (*atta*). Usk muutumatu ja igikestva mina või hinge olemasollu on pelgalt kultuuris-petsiifiline nähtus ja soovmõtlemise tulemus.

Viis klammerdumise kogumikku on kanalid, mille kaudu toimub inimese suhestumine maailmaga ja millel põhineb tema teadmine ning arusaam eksisteerivast. Kuna need kogumikud on püsitud ning ilmnevad ja kaovad suhteliselt kiiresti, esindavad need kannatust.⁴¹ Buddha on öelnud viie klammerdumise kogumiku kohta:

*„Mis on püsitu, on kannatus; mis on kannatus, on minatu;
seda, mis on minatu, tuleb vaadelda nii nagu see tõeliselt on,
õige tarkusega: „see pole minu, see pole mina, see pole mina ise.““⁴²*

39 Alagaddūpama-sutta MN 22.

40 Gomayapiṇḍa-sutta SN 22.96.

41 Mahāsatiṭṭhāna-sutta DN 22.

42 „*yadaniccaṃ taṃ dukkhaṃ; yaṃ dukkhaṃ tadanattā; yadanattā taṃ netam mama, nesohamasmi, na meso attā’ti evametam yathābhūtaṃ sammappaññāya daṭṭhabbam.*” – Yadanicca-sutta SN 22.15.

Mõnikord tõlgendatakse Buddha sõnu ekslikult, arvates, et viis klammerdumise kogumikku tähendab elu ja seega on kogu elu üks suur kannatus. Nii see siiski ei ole – kõik inimesed on kogenud elus ka õnne ja rõõmu. Buddha õpetus viitab lihtsale tõsiasjale, et kõik, mis on püsitu ja minatu ehk millel puudub muutumatu omaolemus, ei saa pakkuda lõplikku rahulolu ega igikestvat õnne.

Buddha õpetuse kohaselt ei ole olemas muutumatut hinge ega isiksust ega üldse mitte midagi, mida võiks nimetada püsivaks minaks (*atta*).⁴³ Vorm on nagu vahuhunnik, tunded kui veemullid, taju kui miraaž, moodsustised kui südamikuta banaanitaime tüvi ja teadvus kui silmamoonutus⁴⁴ – need tekivad, esinevad ja kaovad. Keskendumine faktile, et olemasolu on põhjustest ja tingimustest sõltuv lakkamatu voog, millel puudub valitsev või kontrolliv omanik, viib asjade ja nähtuste minatuse (*anatta*) sisulise ja sügava taipamise ning kehapõhise vaate (*sakkāyadit̥ṭhi*) lakkamiseni.

Iseenesest ei tähenda minatus seda, et keha on illusioon või et kehasse võiks suhtuda hoolimatult. See tähendab asjade ja nähtuste tõelise olemuse mõistmist ning kehaga seotud ekslikust enesemääratlusest (mina ise, minu keha, minu pere, minu asjad, minu tunded, minu mõtted, minu surm jms) loobumist.

Kuna inimeste maailmas on segunenud nii kannatused kui rõõm, on just siin kõige suurem võimalus astuda virgumisele viivasse voogu. Buddha on öelnud, et inimelu on väga harukordne ning ülimalt raskesti saavutatav. Ta võrdles inimesena sündimise võimalust sellega, kui suur on tõenäosus, et pime kilpkonn, kes tõuseb iga saja aasta tagant korra mõõtmatu ookeani pinnale, pistab kogemata pea seal tuulte ja tormide vallas triiviva rõnga august läbi.⁴⁵ Buddha õpetuse seisukohast on inimelu erakordselt väärtuslik ning oleks kurb raisata see valede dharmade või ilmalike õpetuste õppimisele ja järgimisele või materiaalsete asjade kokkukujamisele, et peagi surres sellest kõigest paratamatult ilma jääda.

43 Soṇa-sutta SN 22.49.

44 „*pheṇapiṇḍūpamaṃ rūpaṃ, vedanā bubbulūpamā; marīcikūpamā saññā, saṅkhārā kadalūpamā; māyūpamañca viññāṇaṃ, desitādiccabandhunā.*” – Pheṇapiṇḍūpama-sutta SN 22.95. Kuna banaanitaime tüvi (*kadalūpamā*) on pehme ja ebapüsiv ning peale viljade valmimist kukub kokku, esineb see dhammatekstides väärtusetuse sümbolina.

45 Chiggala-sutta SN 56.48.

Õige vaate teostanu näeb kõiki moodustisi püsitude, dukkhalike ja minatutena. Buddha kinnituse kohaselt ei ole võimalik, et vaatesaavutusega isik (*diṭṭhisampanno puggalo*) näeks mingit moodustist (*saṅkhāra*) kui püsivat (*nicca*) või kui õnne (*sukha*) või mingit dhammat kui „mina“ (*atta*). Küll on see aga võimalik tavainimese (*puthujjana*) puhul.⁴⁶

Kuigi inimesed võivad ekslikult arvata, et Buddha õpetuse järgijad on kurvameelsed või pessimistlikud, on tegelikkus vastupidine. Kui inimene treenib end nägema maailma hinnanguvabalt, nii nagu see tõeliselt on, pole tal põhjust tunda ei hirmu ega muret. Tema meel püsib rahu, ta on ärgas ja kõigest toimuvast teadlik, ei ihalda midagi ega klammerdu millessegi. Teda ei kurvasta ega vihasta kannatuse (*dukkha*) olemasolu, kuna see ei aitaks kannatusest vabaneda, vaid hoopis suurendaks kannatusi. Buddha ei olnud kunagi kurvameelne, iidsed ürikud kirjeldavad teda alati naeratava (*mihitapubbaṅgamā*), õnneliku, rahuloleva ja kaastundlikuna, samamoodi kujutatakse Buddhat ka skulptuuridel ja maalidel.

KOLM OLEMASOLU TUNNUST

„Kõik moodustised on püsitud,
kõik moodustised on kannatus,
kõik dhammad on minatud.
Kes seda tarkusega näeb,
pöördub dukkhast
– see on puhastumise tee.“⁴⁷

Pärast virgumist nägi Buddha vahetult olemasolu olemust, ehk seda, kuidas asjad tõeliselt on (*yathābhūta*). Igasugune kannatus, rahuldamatust ja ahistus on üldjoontes põhjustatud tingitud olemasolust. Ta nägi

46 Paṭṭhama Vagga AN 1.268–270.

47 „sabbe saṅkhārā aniccā...,
sabbe saṅkhārā dukkhā...,
sabbe dhammā anattā,
yadā paññāya passati,
atha nibbindati dukkhe,
esa maggo visuddhiyā.” – Dh 277–279.

nii elutute kui elavate ehk kõikide tingitud moodustiste (*saṅkhārā*) allumist kolmele omadusele (*tilakkhaṇa*).

Kõik põhjuse kaudu ilmnenud asjad ja nähtused on pidevas muutumises: need ilmnevad tänu vastavate tingimuste ja põhjuste lõputule jadale, hakkavad siis muutuma ja lagunema ning seejärel kaovad. Kuna kõik olemasolev on tingitud ja püsitu, puudub sel tõeline ja muutumatu omaolemus, mida võiks nimetada „minaks“.

KOLM OLEMASOLU TUNNUST (<i>tilakkhaṇa</i>)	
1. Püsitus	(<i>anicca</i>)
2. Kannatus	(<i>dukkha</i>)
3. Minatus	(<i>anattā</i>)
Allikas: Anattālakkaṇa-sutta SN 22.59	

Ka 100 aastat pärast Buddha surma elanud Kreeka filosoof Herakleitos väljendas lakkamatu muutuse seisukohta tõdemuses, et samasse jökke ei saa astuda kaks korda. Mõni muutus toimub sekundite jooksul, mõni mitmesaja või -tuhande aasta jooksul, mõni muutus on silmaga jälgitav, teisi aga ei aduta terve eluea jooksul. Kuna dhamma seisukohast on kõik olemasolev ajutine, siis ei ole võimalik midagi igavest ega kindlat siin maailmas rajada. Paljud näevad vaeva materiaalse rikkuse, kuulsus, kiitus või ilu saavutamiseks. Kuna aga välistele ja pidevalt muutuvatele teguritele rajatud rahuldus ja õnnetunne saavad olla vaid ajutised, ei suuda need pakkuda lõpplikku õnne ega rahulolu. Mitte ükski tingitud nähtus ei saa pakkuda püsitu olemuse tõttu lõpplikku õnne ega muutumatut rahulolu.

Seni, kuni ei mõisteta olemasolu tõelist olemust, põhjustatakse paratamatult ahistusi, kannatusi ja haigetsaamisi nii enesele kui ka oma lastele, kes jäljendavad vanemate kannatusi põhjustavat maailmavaadet (uskumusi, hoiakuid, väärtushinnanguid) ning sellele vastavat mõtlemist ja käitumist. Kui kannatusi peetakse normaalseks, siis õpitakse neid ise taluma ning õpetatakse ka lapsi kannatama, pidades seda

tervemõistuslikuks või ellujäämise tarkuseks. Selle tagajärg saab olla vaid üks – rahuldamatuse ja kannatuste põhjustamine nii iseenesele kui ka oma lähedastele.

Et õppida nägema maailma realistlikult, nii nagu see on, tuleks mõista, mida tähendavad naudingupõhine rahulolu (*assāda*), viletsus (*ādīnava*) ja loobumisega kaasnev hülgamine (*nissaraṇa*).⁴⁸ Näiteks ilusa ja kütkestava inimese vaatamine tekitab naudingut ja õnnetunnet. Kuid nii tunne ise kui ka inimene ja tema ilu on ajutised. Olukorras, kus ei saada enam olla koos ihaldatud inimesega (lahkumine, surm vms), tuntakse kurbust, rahutust või sügavat masendust, mis võib päädida lapsiku või suisa eluohtliku käitumisega – see on naudingu mündi teine külg (= *ādīnava*). Aga kui hüljata ihalev kiindumus ja vaadelda olukorda hinnanguvabalt, neutraalselt, püsib meel täielikus vabaduses (= *nissaraṇa*). Selline vabanemine on võimalik vaid siis, kui võtta vaatluse alla nii elus esinev nauding ja kannatus, kui ka neist vabanemise võimalus ning analüüsida neid objektiivselt ja igakülselt.

Aga mida tähendab minatus ehk mitte-mina (*anatta*)? Pea kõikides usundites eksisteerib uskumus surematu, igavese või absoluutse aatmani (*attan*, *sansk ātman*), mina (*atta*), hinge (*jīva*) või muu püsiva suuruse olemasolust. Näiteks kristluse kohaselt on hing jumala loodud ja peab pärast surma, vastavalt jumala kohtumõistmisele, elama kas igavesest ajast igavesti kas kannatusterohkes põrgus, kus „kõiki soolatakse tulega” ning kus „nende uss ei sure ja tuli ei kustu”⁴⁹, või õndsas ja rõõmurohkes taevas. Hinduismi kohaselt liigub igavene ja surematu mina ehk aatman ühest elust ja kehast teise, kuni lõpuks ühineb täielikult puhastununa kas jumal Brahmāga või universaalse aatmaniga, millest see usutakse olevat algselt pärinenud. Buddha õpetus on täiesti ainulaadne, kuna selle järgi on idee nii aatmani kui ka hinge olemasolust teadmatus, pettekujutluse ja soovmõtlemise vili. Osade mitte-theravaada koolkondade filosoofias esinevad viited selle kohta, justkui aatman või midagi selle sarnast siiski eksisteeriks, või et Buddha on surematu ja igavene ning elab kusagil buddhamaal edasi, tulenevad piiratud teadmistest,

48 Mahādukkhakkhandha-sutta MN 13.

49 Markuse evangeelium 9,43–49.

Buddha dhamma ekslikest tõlgetest või vääradeist ja meelevaldsetest tõlgendustest.⁵⁰ Buddha on üheselt ja korduvalt selgitanud, et olemasolu tunnuseks on mina puudumine (*anatta*) ning *parinibbāna* järel ei ole enam ühtegi tulemist ainsassegi olemasollu. Pärast maise keha surma ei ole Buddha enam nähtav ei inimestele ega jumalatele.⁵¹

Buddha on selgitanud, et olendid koosnevad viiest klammerdumise kogumikust ja mitte millestki enamast.⁵² Paljudel on aga raske leppida omaolemuse puudumise ehk minatuse õpetusega, samas ei suuda keegi tõestada ei hinge ega aatmani olemasolu.

Buddha õpetuse kohaselt on mõlemad vaated – „mul on mina“ kui ka „mul ei ole mina“ – ebatäpsed, kuna põhinevad eksitavale „mina olen“ mõtlemisele.⁵³ Aga kuidas siis mõista seda, mida me nimetame „minaks“? Hilisem tekst nimega „Milinda küsimused“ sisaldab ilmekat lugu sellest, kuidas mõista Buddha õpetuse kontekstis iseendaks peetavat.⁵⁴

Kui kuningas Milinda⁵⁵ küsis Auväärselt arahandilt Nāgasenalt: „Millise nimega peaksin ma Teid nimetama?“, vastas Auväärne:

„Minu kaaslased kutsuvad mind Nāgasenaks. Kuid ei nime ega isikut, kellele see nimi viitab, ei eksisteeri tõeliselt.“

Kuningas küsis: „Kui ei Nāgasenat ega isikut ei eksisteeri, siis kellele teevad inimesed annetusi ja kes saab annetusi? Kuna Te need vastu võtate, siis Te ka eksisteerite. Miks Te valetate, vaatamata oma suursugususele?“

„Teie kõrgus, kas Te tulite templisse jalgsi või kaarikuga?“ küsis selle peale Auväärne Nāgasena kuningalt.

„Ma tulin kaarikuga,“ vastas kuningas.

50 Tõlkevigu ja neist tulenevaid väärarusaamu selgitavad mitmed sellesisulised akadeemilised uurimustööd ja raamatud, sh Wapola Rahula, *What the Buddha Taught*, lk 59 jj.

51 Brahmajāla-sutta DN 1.

52 „*yadaniccaṃ taṃ dukkhaṃ.*“ – Yadanicca-sutta SN 22.15.

53 Alagaddūpama-sutta MN 22.

54 I. B. Horner, *Milinda's Questions (Milindapañha)*. Vol.1, London: Luzac & Company Ltd, 1969, lk 36–37.

55 Kreeka päritolu kuningas Menandros.

Auväärne küsis edasi: „Sellisel juhul, palun, näidake mulle oma kaarikut. Kas hobune on kaarik? Kas rattad on kaarik? Kas telg on kaarik? Kas kabiin on kaarik?”

„Ei,” vastas kuningas kõikidele küsimustele.

„Kas kaarik on hobuse, rataste, telje või kabiini kõrval?” küsis Auväärne Nāgasena.

Kuningas vastas uuesti „Ei”.

Auväärne Nāgasena küsis seepeale: „Teie kõrgus, Te ütlesite, et tulite siia kaarikuga, kuid Te ei suuda mulle näidata kaarikut. Miks Te valetate, vaatamata oma suursugususele?”

Kuningas nõustus: „Kaarik ei ole hobune, rattad, telg ega kabiin. Vaid nende kombinatsiooni nimetatakse kaarikuks.”

Auväärne Nāgasena märkis seepeale: „Suurepärane, Teie kõrgus. Te peaksite mõistma Nāgasenat samuti, nagu olete mõistnud kaarikut.”

Iseendaks nimetatava kui pidevalt muutuvate kogumike nägemine pole ei negatiivne ega nihelistlik – see on realistlik. Kuna reaalsus ei ole negatiivne ega positiivne, on siinkohal tegemist lihtsalt fakti nentimisega: nii on.

Omaolemusetuse õige mõistmine ja nägemine ei saa tekkida pelgalt teadmise ega ühte või teise vaatesse uskumise teel, vaid ainult džhaanas viie klammerdumise kogumike hinnanguvaba vaatlemise ja teadvustamise kaudu.⁵⁶

SÕLTUVUSLIK TEKKIMINE

*„Kui on see, on too; kui see tekib, too tekib.
Kui pole seda, pole toda; kui see lakkab, too lakkab.”⁵⁷*

56 Vt ka peatükki „Õige teadlikkus”.

57 „*imasmim sati idam hoti. imassuppādā idam uppajjati. imasmim asati idam na hoti. imassa nirodhā idam nirujjati....*” – Paṭiccasamuppāda-sutta SN 12.1-2, Bahudhātuka-sutta MN 115.

Kannatuse ja kõige ilmneva tekkimist ning lakkamist on võimalik täpsemalt mõista „Põhjuse suttas“⁵⁸ Buddha poolt õpetatud **sõltuvusliku tekkimise** (*paṭiccasamuppāda*) abil, mis on ühtlasi eeltoodud omaolemuse puudumise ja viie klammerdumise kogumiku õpetuse harmooniline jätk. Buddha nägi sõltuvuslikku tekkimist virgumise esimesel ööl.⁵⁹ Sõltuvuslik tekkimine toimub põhjuse ja tagajärje põhimõtte alusel, kus kõik ilmnev on tingitud, suhteline ja ajutine. Iga tekkinud nähtus on tingitud eelnevast ja põhjustab järgneva.⁶⁰ Sõltuvusliku tekkimise mõistmine ja sellekohane olemasolu nägemine on õige vaate (*sammā-diṭṭhi*) tunnus⁶¹ ja vooguastunu (*sotāpanna*) üks omadustest.⁶²

Mitteteadmine (*avijjā*) on vahetu teadmise puudumine neljast aarija tõest (*dukkha, dukkhasamudaya, dukkhanirodha, dukkhanirodhagāmini paṭipada*), mis on põhiline tahteliste tegude allikas ning olemasolurattas tiirlemise põhjus. Mitteteadmine iseenesest ei ole sansaara „esimene põhjus“. Buddha on kinnitanud, et olemasolu on lõputa ja alguseta ehk ilma viimase ja esimese olendita, ümbritsetud mitteteadmisega ja seotud ihaga (*taṇhā*).⁶³ Kuna ka enne iha esines mitteteadmist, ei saa iha olla olemasolu algpõhjus. Mitteteadmine kui tingimus põhjustab moodustised (*avijjāpaccayā saṅkhārā*).

Moodustised (*saṅkhāra*) on tahtel (*cetanā*) põhinevad kehalised moodustised (*kāyasaṅkhāra*), sõnalised moodustised (*vacīsaṅkhāra*) ja teadvuse moodustised (*cittasaṅkhāra*). Moodustised kätkevad nii oskuslikke pälvimusi (*puññābhisāṅkhāra*), mitteoskuslikke mittepälvimusi (*apuññābhisāṅkhāra*) kui ka kõigutamatut häirimatust loovaid moodustisi (*āṇeñjabhisāṅkhāra*).⁶⁴ Teadmatusest alguse saanud moodustised on uut sündi põhjustava kamma loojad. Moodustis kui tingimus põhjustab teadvuse (*saṅkhārapaccayā viññānaṃ*).

58 Upanisa-sutta SN 12.23, samuti Paṭiccasamuppāda-sutta SN 12.1-2, Bahudhātuka-sutta MN 115, Vibhaṅga-sutta SN 12.2 jpt.

59 Dvedhāvitakka-sutta MN 19.

60 Mahānidāna-sutta DN 15.

61 Kaccānagotta-sutta SN 12.15.

62 Ānisaṃsa-sutta AN 6.97. Vaata ka peatükki „Kes on aarija?“.

63 Avijjā-sutta AN 10.61; Tiānakatṭha-sutta SN 15.1; Gaddulabaddha-sutta SN 22.99; Dutiyagaddulabaddha-sutta SN 22.100 jt.

64 Saṅgīti-sutta DN 33.

Teadvust (*viññāna*) esineb Buddha õpetuses kuut liiki:

1. silmateadvus (*cakkhuviññāna*),
2. kõrvateadvus (*sotaviññāna*),
3. ninateadvus (*ghānaviññāna*),
4. keeleteadvus (*jivhāviññāna*),
5. kehateadvus (*kāyaviññāna*),
6. meeletheadvus (*manoviññāna*).

Teadvus kui tingimus põhjustab omakorda nime ja vormi (mentaalse ja materiaalse) ilmlemise (*viññānapaccayā nāmarūpaṃ*). Teadvus, nimi ja vorm kerkivad esile üheaegselt.

Nimi ja vorm (*nāmarūpa*) on eraldiseisvad. Vormil ehk neljal suurel elemendil (*cattāro mahābhūtā*) puudub võime kogeda, tunnetada, midagi soovida või mõelda – need on meelelise moodustise omadused. Nimel, milleks on tunne, taju, tahe, kontakt ja tähelepanu (*vedanā, saññā, cetanā, phassa, manasikāra*),⁶⁵ puudub aga igasugune vorm. Mentaalne on materiaalne. Nime ja vormi lakkamine on *dukkha*, sünni, vanaduse, haiguse ja surma lõppemine.⁶⁶ *Nāmarūpa* kui tingimus põhjustab kuus tajualust (*nāmarūpapaccayā salāyatanaṃ*).

Kuus tajualust (*salāyatana*) on viis kehalist tajuorganit ja meel ning neile vastavad kuus tajuobjekti, mis on kaasatud kõikidesse psühhofüüsilistesse protsessidesse. Kuus tajualust kui tingimus põhjustab kontakti (*salāyatanapaccayā phasso*).

Kontakt (*phassa*) on sisemise tajualuse (5 taju ja meel), välimise tajualuse (objekti) ja teadvuse kohtumine. Kui objekt (nähtav vorm, heli, maitse jne) jõuab tajuorgani (silma, kõrva, keele jne) kaudu meelde, kerkib esile kuut liiki teadvust (nägemisteadvus, kuulmisteadvus, keeleteadvus jne). Kontakt kui tingimus põhjustab tunde (*phassapaccayā vedanā*).

65 Vaata ka Vibhaṅga-sutta SN 12.2.

66 Uppāda-sutta SN 22.30.

Tunne (*vedanā*) vastab kontakti liigile ja võib olla kas meeldiv, ebameeldiv või ei meeldiv ega ebameeldiv. Tunne kui tingimus põhjustab iha (*vedanāpaccayā taṇhā*).

Iha (*taṇhā*) kui tunde tagajärg ilmneb kuue tajuobjekti kaudu, milleks on:

1. vormiiha (*rūpataṇhā*)
– ihalus silmaga nähtavate kütkestavate objektide järele;
2. heliia (*saddataṇhā*)
– ihalus helidega seotud elamuste järele;
3. lõhnaiha (*gandhataṇhā*)
– ihalus lõhnaelamuste järele;
4. maitseia (*rasataṇhā*)
– ihalus maitseelamuste järele;
5. puuteia (*phoṭṭhabbatāṇhā*)
– ihalus puudutustega seotud kogemuste järele;
6. dhammaiha (*dhammataṇhā*)
– ihalus meelt erutavate ideede, mõttekonstruktsioonide, intellektuaalsete teadmiste jms järele.⁶⁷

Ebameeldivate tunnete korral võivad meeles tekkida viha, vastikus või sallimatus ja iha sellest vabaneda. Vaimse arengu seisukohast on iha mõistmine ja ületamine äärmiselt oluline, kuna iha on peamine kannatuste põhjustaja ning selle ajal tegutsemine seob üha tugevamini sõltuvusliku tekkimise ringlusesse. Iha kui tingimus põhjustab klammerdumise (*taṇhāpaccayā upādānaṃ*).

Klammerduda (*upādāna*) võib nii:

- naudingutesse (*kāmapādāna*),
- spekulatiivsetesse vaadettesse (*diṭṭhupādāna*),

67 Antud kuuene ihade rühmitus (*cha taṇhākāyā*) esineb ka Saṅgīti-suttas DN 33. Kokku loetletakse abhidhammas 108 *taṇhā*'t: 3-osaline *taṇhā*'de jaotus korrutatakse 6-osalise tajudele vastavate *taṇhā*'de jaotusega, mis võrdub 18; see korrutatakse kahega (sisemine ja välimine), mis võrdub 36; see omakorda korrutatakse kolmega (minevikus, olevikus ja tulevikus kogetav) ja nii saadaksegi kokku 108 *taṇhā*'t.

- uskumusse, et rituaalid ja nende järgimine viivad meele virgumisele (*sīlabbatupādāna*),
- minaõpetusse (*attavādupādāna*).

Klammerdumine kui tingimus põhjustab olemasolu (*upādānapaccayā bhavo*).

Olemasolu (*bhava*) iseloomustab uue eksistentsi ilmnemine (nt üsasisene eostumine) kas (1) naudinguihade tasandil (*kāmaabhūmi*), (2) vormi tasandil (*rūpabhūmi*) või (3) vormita tasandil (*arūpabhūmi*). Mitteoskuslik käitumine (*akusalakamma*) juhib uue sünni armetusse valda, oskuslik käitumine (*kusalakamma*) õnnelikku valda ja häirimatu käitumine (*āneñjatākamma*) vormita valda. Virgumata meelega tegutsemine – olgu see oskuslik või mitteoskuslik – on kantud ihast, mis on kamma looja. Ka iha elada elu täiel rinnal, õnnelikult, pikalt ja külluses ning anduda nooruse-, tervise- või elujoovastusele loovad kammad, mis põhjustab uue sünni.⁶⁸ Seetõttu õpetaski Buddha just arahandi teed, kuna arahandi tegutsemine on ihast vaba. Arahandi uueks sünniks puudub põhjus, kuna tema teod on vankumatud, ehk need ei põhjusta uut kammad. Vaid arahant oskab juhtida teisi õigesti ja tulemuslikult virgumisele, kuna omab selleks vajalikku kogemuspõhist tarkust ja teadmisi. Olemasolu kui tingimus põhjustab sünni (*bhavapaccayā jāti*).

Sünd (*jāti*) uue identiteediga leiab aset tegudega (*kamma*) kooskõlas oleval tasandil, milleks võib olla kas naudingu tasand (*kāmaabhūmi*), vormi tasand (*rūpabhūmi*) või vormita tasand (*arūpabhūmi*). Oskuslik käitumine (*kusala kamma*) põhjustab õnneliku sünni inimeste maailmas (*manussaloka*) või jumalate maailmas (*devaloka*) ja mitteoskuslik käitumine (*akusala kamma*) põhjustab uue sünni ühes neljast madalamast kannatuste vallast. Sünd kui tingimus põhjustab vanaduse ja surma (*jātipaccayā jarāmaraṇa*).

68 Sukhumāla-sutta AN 3.39. Suttas õpetab Buddha, et noorusejoovastus (*yobbanamada*), tervisejoovastus (*ārogyamada*) ja elujoovastus (*jīvitamada*) juhivad tavainimese (*puthujjana*) keha-, kõne ja meele tasandil kannatusttoovasse käitumisse (*kāyena duccharitaṃ carati, vācāya duccharitaṃ carati, manasā duccharitaṃ carati*) ja peale keha surma uue sünni Apaaja kannatusterohkesse hävingulisse Niraaja valda (*apāyaṃ duggatiṃ vinipātaṃ nirayaṃ*).

Vanadus ja surm (*jarāmarāṇa*) on sünni vältimatud tagajärjed. Kuna iga ilmnenud vorm moodustub püsitutest osadest, lakkab see olemast, kui ammenduvad selle ilmnemise põhjused ja tingimused. Püsituse (*anicca*) paratamatu tagajärg on lagunemine. Vanaduse ja surma kaaslaseks on kannatus: haigused, lein, hala, kehaline ja meeleline valu, masendus ja ahastus, kokkupuude ebameeldivaga ja lahusolek meeldivast – lühidalt: viis olemasolliku klammerdumise kogumikku.

See, mis on viie klammerdumise kogumiku tekkimise tingimused ning kuidas need tekivad, võtab kokku järgmine tabel.

VIIE KLAMMERDUMISKOGUMIKU TEKKIMINE			
KOGUMIK	TEKKIMIS- TINGIMUS	SÕLTUVUSLIK TEKKIMINE	
Vorm (<i>rūpa</i>)	toit (<i>āhāra</i>)	sisemisest ja välimisest tajualusest tingituna ilmneb vastav teadvus (<i>viññāṇa</i>); nende kolme kohtumine on kontakt (<i>phassa</i>)	
Tunne (<i>vedanā</i>)	kontakt (<i>phassa</i>)	kontaktist tekkinud tunne vastab kontakti iseloomule	Tunne, taju ja teadvus tekivad samaaegselt, on lahutamatult seotud, ega ole teineteisest eraldatavad – inimene tajub tunnet ja teadvustab, mida tajub
Taju (<i>saññā</i>)		kontaktist tekkinud taju töötleb visuaalset objekti	
Moodustised (<i>saṅkhāra</i>)		kontaktist tekkinud moodustised on tajutava vastuseks	
Teadvus (<i>viññāṇa</i>)	nimi ja vorm (<i>nāmarūpa</i>)	nimest ja vormist tekkinud meeleteadvus koordineerib tunnet, taju ja moodustisi	
Upādānaparipavatta-sutta SN 22.56	Sattatṭhāna-sutta SN 22.57	Mahāhatthipadopama-sutta MN 28	Mahāvedalla-sutta MN 43

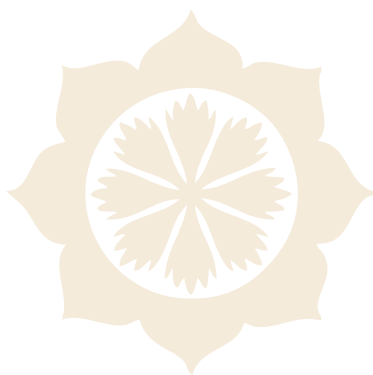
Selline on Buddha selgitus elu ilmnemisest, esinemisest ning jätkuvusest. Sõltuvuslik tekkimine ei esine vaid Buddha õpetuses, vaid see on empiiriline fakt. Buddha on öelnud, et nähtuste tingimuslik ilmnemine (*paṭiccasamuppanna dhamma*) esineb sõltumata sellest, kas buddha on maailma ilmunud või mitte.⁶⁹

Sõltuvusliku tekke seisukohast pärineb kõik ilmnev millestki muust, mistõttu saab ilmnev olla vaid millegi muu tagajärg, mida meil pole võimalik otseselt näha. Minatuse õpetus välistab eraldioleva mina, hinge või aatmani olemasolu võimalikkuse, kuna maailmas, kus kõik ilmnev on omavahel tingimuslikult seotud, ei saa miski olla eraldi ega iseseisev. Näiteks, keha sõltub taimedest, taimed sõltuvad veest, vesi sõltub päikesest ning samas on kõik need kolm omavahel lahutamatult seotud.

Sõltuvusliku tekke protsessi vastupidine järjekord selgitab kannatuse ja olemasolu lakkamist: teadmatuse täielikul lõppemisel lõpevad moodustised, moodustiste täielikul lõppemisel lõpeb teadvus jne.⁷⁰

Keskendumises sõltuvusliku tekkimise vaatlemine aitab mõista asjade ja nähtuste tõelist olemust ja saavutada sellekohane õige vaade ehk nagu on öelnud Buddha:

„Kes näeb sõltuvuslikku tekkimist, see näeb dhammat; kes näeb dhammat, see näeb sõltuvuslikku tekkimist.“⁷¹



⁶⁹ Paccaya-sutta SN 12.20.

⁷⁰ Upanisa-sutta SN 12.23.

⁷¹ “yo paṭiccasamuppādaṃ passati so dhammaṃ passati; yo dhammaṃ passati so paṭiccasamuppādaṃ passatī ti.” – Mahāhatthipadopama-sutta MN 28; Paṭiccasamuppāda-sutta SN 12.1–2.

SÕLTUVUSLIK TEKKIMINE JA LAKKAMINE (*samudayo ca nirodha ca paṭiccasamuppāda*)



Allikas: Upanisa-sutta SN 12.23



TEGU JA UUS SÜND

*„Ma olen omaenda tegude omanik, oma tegude pärija,
sündinud oma tegudest, seotud oma tegudega,
minu teod on minu ainus kaitse.
Ükskõik, mida ma teen, kas head või kurja
– ma olen selle pärija.“⁷²*

Siddhattha Gotama virgumise öö esimesel poolel avanes talle võime näha lõppematul hulgal iseenda varasemaid sünde, surmasid ja uusi sünde. Ta nägi perekondi, kuhu oli sündinud, isasid ja emasid, kes tal olid olnud, ning loendamatuid rõõme ja kannatusi, mida oli varasemates eludes kogenud.

Seejärel suunas ta kesköö paiku oma meele teiste olendite ilmumisele ja kadumisele ning nägi, kuidas kõik olendid tiirlevad uute sündide rattas, nii kõrgemad kui madalamad, ilusad kui koledad, õnnelikud kui õnnetud. Ta nägi, kuidas need, kes käitusid halvasti teiste olenditega, pilkasid virgumise teele asunuid ja aarijaid ning omasid valesid vaateid, mis sünnitasid mitteoskuslikku mõtlemist ja käitumist, sündisid uuesti sinna, kus valitsesid puudus ja kannatus. Need aga, kellel olid õiged vaated ja kes käitusid oskuslikult kõne, keha ja meelega ega pilganud aarijaid, sündisid uuesti soodsatesse tingimustesse inimeste maailmas või taevastes valdades. Ta nägi, kuidas eranditult kõik olendid sünnivad uuesti vastavalt nende endi tegude iseloomule.

Kolmandaks suunas Buddha oma virgunud meele teadmistele, kuidas vabaneda kannatustest (*dukkha*) ja tulvadest (*āsavā*):

*„Ma teadsin vahetult, nii nagu see tõeliselt on:
see on kannatus, see on kannatuse tekkimine, see on kannatuse
lakkamine ja see on kannatuse lakkamisele viiv tee;
see on tulv, see on tulva tekkimine, see on tulva lakkamine ja see
on tulva lakkamisele viiv tee.“⁷³*

72 „*kammassakomhi kammadāyādo kammayoni kammabandhu kammaṇṇasaraṇo, yaṃ kammaṃ karissāmi kalyāṇaṃ vā pāpakam vā tassa dāyādo bhavissāmī’ti pabbajitena abhiññaṃ paccavekkhitabbaṃ.*” – Pabbajitaabhiñña-sutta (Dasadhamma-sutta) AN 10.48.

73 Dvedhāvitaṅga-sutta MN 19; Sāmaññaphala-sutta DN 2 jt.

Nagu kääritatud jookide joomine, nii muudab ka lõputu sansaaras esi-
nevate tulvade voos tiirlemine olendite meele häguseks ja joobnuks
ning virgumise võimalikkus kaikub nendeni vaid kauge kajana. Buddha
selgituse kohaselt on just tulvad (*āsavā*) need, mis loovad plekke
(*saṅkilesikā*), toovad kaasa uue sünni, tekitavad hirmu ja õnnetust, val-
mistavad kannatusi ning on sünni, vananemise ja surma põhjustajad.⁷⁴

TULVAD (*āsavā*)

1. Naudingutulv	(<i>kāmāsava</i>)
2. Olemasolutulv	(<i>bhavāsava</i>)
3. Mitteteadmisetulv	(<i>avijjāsava</i>)
4. Vaatetulv	(<i>diṭṭhāsava</i>)

Allikad: (1.- 3.) Sabbāsava-sutta MN 2; Āsavapañhā-sutta SN 38.8
(4.) Āsavagocchaka, Paṭṭhāna/Patthana 2.3; Nayasamuṭṭhāna Ne 36

Naudingutulv on klammerdumine meelelistesse naudingutesse.
Olemasolutulv on klammerdumine vormide ja vormita valdade ole-
masollu või nende valdade džhaanadesse. **Mitteteadmisetulv** on tead-
matus neljast aarija tõest, eelmistest olemasoludest, tulevastest ole-
masoludest, nii eelmistest kui tulevastest olemasoludest ning sõltuvus-
likust tekkimisest. **Vaatetulv** on klammerdumine valedesse vaadetesse
nähtuste ja olemasolu kohta.

Kõik tulvad on ületatavad **seitsme virgumisosa** (*satta bojjhaṅgā*) kaudu⁷⁵
ja tulvade hävinemise vältimatuks eelduseks on **džhaana saavutamine**
ning arendamine.⁷⁶

74 „...*āsavā saṅkilesikā ponobbhavikā sadarā dukkhavipākā āyatim jātijarāmarañiyā*...” – Mahāsaccaka-sutta MN 36.

75 Sabbāsava-sutta MN 2. Varasemates suttades esineb peamiselt tulvade kolmene loend, mis ei sisalda tabelis viimasena toodud vaatetulva. Osades tekstides on tulvade neljase loetelu vasteks üleujutus (*ogha*): „*kāmogho, bhavogho, diṭṭhogho, avijjogho*”. – Ogaha-sutta SN 45.171; Oghādi-sutta SN 46.121-129.

76 „*paṭhamampāhaṃ, bhikkhave, jhānaṃ nissāya āsavānaṃ khayam vadāmi; dutiyampāhaṃ, bhikkhave, jhānaṃ nissāya āsavānaṃ khayam vadāmi; tatiyampāhaṃ, bhikkhave, jhānaṃ nissāya āsavānaṃ khayam vadāmi; catutthampāhaṃ, bhikkhave, jhānaṃ nissāya āsavānaṃ khayam vadāmi.*” – Jhāna-sutta [Jhānanissaya] AN 9.36.

*"Bhikkhud, ma ütlen: esimese džhaana teel hävinevad tulvad;
bhikkhud, ma ütlen: teise džhaana teel hävinevad tulvad;
bhikkhud, ma ütlen: kolmanda džhaana teel hävinevad tulvad;
bhikkhud, ma ütlen: neljanda džhaana teel hävinevad tulvad."*

Paalikeelne sõna *kamma* tähendab tegevust või tegu, tähistades Buddha õpetuse kontekstis nii tegu ennast kui ka sellele vastavat põhjuse ja tagajärje õiglast ning eksimatut seadus.⁷⁷ Buddha õpetuse kohaselt liigitub teo alla vaid tahtlik tegevus (*kamma cetanā*), mis võib olla tehtud kas keha (*kāyakamma*), sõna (*vacīkamma*) või mõttega (*manokamma*), ja millele järgneb vääramatult teole vastav ning sellega kooskõlas olev teovili (*kammavipāka*). Tegu võib olla mitteoskuslik (*akusala*) või oskuslik (*kusala*) ja selle vili võib küpseks saada ehk ilmnedas kas käesoleva eluaja jooksul, järgmises sünnis või hilisemates uutes sündides.

Teo puhul on olulisimaks teguriks kavatsus. Buddha on kinnitanud, et tahe (*cetanā*) ongi tegu (*kamma*)⁷⁸, mille viljad küpsevad kas Niraajas, loomade vallas (*tiracchānayani*), peetade ehk vaimude vallas (*pettavi-saya, petayoni*), inimeste maailmas (*manussaloka*) või deevade maailmas (*devaloka*).⁷⁹ Iseka iha (*taṇhā*) või tahte (*cetanā*) ajal tegutsemine toob soovimatut, isegi kui arvatakse ekslikult, et tehakse head. Ükski tõeliselt hea ja puhas kavatsus ei põhjusta isekat või halba käitumist ega tekita teisele ebameeldivusi või kannatust. Buddha on õpetanud:

„See, kes enesele õnne otsides tekitab teistele kannatusi, takerdub vaenulikkuse võrku ega saa vabaneda vihkamisest.“⁸⁰

Oskuslik käitumine võrsus oskuslikust soovist (*chanda*), mis on teadvustatud, isetu, kõlbeline ja dhammaga kooskõlas.

Teo ja tagajärje toimimist kirjeldavad „Tipiṭakas“ mitmed tekstid⁸¹, mille

77 PED lk 455-463.

78 „*cetanāhaṃ, bhikkhave, kammaṃ vadāmi.*“ – Nibbedhika-sutta AN 6.63.

79 Nibbedhika-sutta AN 6.63.

80 „*paradukkhūpadānena attano sukhamicchatī verasāmsaggasāmsaṭṭho verā so na parimuccatī.*“ – Dhṛp 291.

81 Annetamisega seotud soovitud vilju selgitab „Suppāvāsā-sutta“ Ud 2.8, isiku seost mineviku kammaga kirjeldab „Mallikā-sutta“ AN 4.197, oskusliku käitumise kasudest räägib „Khuddakanikāya“ kuues raamat „Vimānavatthu“ ja mitteoskusliku käitumise kahjulikkust selgitab legendide abil „Petavatthu“.

võib kokku võtta järgnevalt:

1. Kõik elusolendid omavad (*saka*) omaenda kammad – st kõikide olendite ainus vara, mis nendega alati ja kõikjal kaasas käib, on nende endi oskuslikud ja mitteoskuslikud teod, sõltumata sellest, millises uue sünni tsüklis nad tiirlevad.
2. Kõikide olendite ainus pärand (*dāyāda*), mis nendega alati kaasas käib, on nende endi oskuslikud ja mitteoskuslikud teod.
3. Olendite paljudes eksistentsides ja olemasolu valdades (*yonī*) ringlemise põhjuseks on nende endi oskuslikud ja mitteoskuslikud teod.
4. Oskuslikud ja mitteoskuslikud teod on olendite ainsad sugulased (*bandhū*) ja tõelised sõbrad, kes käivad nendega alati kaasas.
5. Oskuslikud ja mitteoskuslikud teod on olendite ainus tõeline varjupaik, abi ja kaitse (*paṭisaraṇa*), sõltumata sellest, millises uue sünni tsüklis nad tiirlevad.
6. Kui keha, kõne ja meele kaudu ilmneb mingi tegevus, järgneb sellele pärandina käesolevas elus või mõnes järgmises uues sünnis teole vastav vili (*vipāka*). Teod (*kamma*) on need, mis eristavad olendeid madalamas ja kõrgemas vallas.

Kamma seisukohast tähendab õige vaade mõistmist, et minevikus ja olevikus tehtud oskuslikud või mitteoskuslikud teod kujundavad olendite omadusi, mis käivad nendega alati kaasas ning avalduvad vältimatu tagajärjena kas selles elus või mõnes järgnevas uues sünnis.⁸² Iga tegu toob kaasa vältimatu vilja ehk tagajärje ja mõjutab uut sündi vastavalt teo iseloomule.

Uue sünni tähendus Buddha õpetuses ei ole seesama, mida tavaliselt hinduismis ja muudes usundites tuntakse ümbersünnina, kuna Buddha õpetuse kohaselt ei sünni midagi ümber. Kui küsida, mis siis sünnib, on loogiline eeldada, et on midagi, mis sünnib uuesti või mis sünnib ümber.

82 Nibbedhika-sutta AN 6.63.

Selline arusaam tuleneb tavamõtlemisest, mis on igapäevaelu vältimatu osa. Me oleme harjunud ütlema, et päike tõuseb idast ja loojub läände, hoolimata sellest, mida oleme koolis õppinud.

Kõik on pidevas muutuses: **kõik, mis on tekkimise objekt, on ka lakkamise objekt.**⁸³ Asjad ja nähtused ilmnevad (*uppāda*), esinevad (*ṭhiti*) ja lagunevad (*bhanga*). Kuigi pole midagi, mis kehas või meeles püsiks hetkegi muutumatuna, on inimese eksistents võimalik. Samal põhimõttel on võimalik ilma muutumatu substantsita (mina, aatman, hing) olemasolu jätkumine pärast keha surma. Kehas olev energia ei kao surses, vaid muutub osaks pidevalt uuenevast olemasolust. Kogu energia on lakkamatus muutumises. Samasugust võimet omab ka meeleteadvus.

Kuna kõik muutub hetkest hetkesse, siis ei ole olemas midagi muutumatut, mis võiks kanduda sellest elust edasi uude olemasollu. Kui kuninga Milinda küsis Auväärselt Nāgasenalt, kas ilma hingeta on uus sünd võimalik, vastas Nāgasena, et loomulikult on, ja tõi näite kahest kõrvuti asetsevast lambist: kui läita põleva lambi tahiga teise lambi taht, kas siis läheb ühest lambist teise midagi üle?⁸⁴ See, mis ühest olemasolust teise liigub, ei ole püsiv, igavene ega muutumatu hing, mida keegi ei suuda kuskilt leida ega selle olemasolu tõestada, vaid viie ajutise, lõplikku rahuldust mittepakkuva ja omaolemuseta koostisosa ilmnemine ja kadumine.

Nii, nagu paljud ilmingud saavad esineda hetkest hetkesse, ilma et midagi püsivat edasi kanduks, saavad need liikuda ka ühest olemasolust teise. Kui keha sureb, toimub kamma jõudude transformeerumine, ilma et midagi ühest elust teise üle kanduks. „Uus“, mis ilmneb, on vaid minevikus loodud kammaliste jõudude manifestatsioon. Seega ei ole uuesti sündiv ei sama ega ka erinev. Uus ilmnev olemasolu ei saa olla absoluutselt sama, mis eelmine, kuna uue ilmneva olemasolu koostisosad on erinevad. Sellist uut sündi võib võrrelda ka õpetajalt õpilasele edasi antava tekstiga, kus mingit substantsiaalset muutust ei toimu, kuid teadmised kanduvad üle. Kuna aga õpetaja ja õpilase teadmised, uskumused, hoiakud, väärtushinnangud ja elukogemused on erinevad,

83 „*yam kiñci samudayadhammaṃ sabbaṃ taṃ nirodhadhammaṃ.*” – Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11; Chachakka-sutta MN 148; Gilāna-sutta SN 35.75.

84 I. B. Horner, *Milinda's Questions*, II Vol. London: PTS, 1963–1964.

ei ole õpilase arusaamine omandatud infost absoluutselt sama, kuigi tekst ise jääb muutumatuks. Neid kahte tasandit arvestades pole õpilase poolt omandatud ehk „ülekandunud“ tekst ei erinev ega ka sama.

Vaid **arahandid ei loo uut sündi tekitavat kammata**, kuna nad toimivad „tühja meelega“, st neil puudub iha (*taṇhā*) või tahe (*cetanā*) ning nad on vabanenud kõigist sansaara rattasse siduvast kümnest köidikust (*dasasamyojana*).⁸⁵

Kõik ilmnev pole seotud ainult teo ja tagajärje ehk **kamma seadusega**. Kommentaariumid toovad ära erinevatest suttadest kokku koondatud **viis loomulikku seaduspära** (*pañcaniyāma*), mille abil on seletatavad kõik füüsilised ja mentaalsed nähtused.⁸⁶

1. **Aastaaegade seaduspära** (*utu niyāma*) ehk anorgaanilise seaduspära alla kuuluvad kõik looduses esinevad füüsilised fenomenid nagu vihm ja tuul, temperatuur, aastaaegade vaheldumine jne ning nende nähtuste põhjused. Ka energia ja kõik keemilised reaktsioonid kuuluvad siia alla.
2. **Seemne seaduspära** (*bīja niyāma*) ehk orgaanilise seaduspära alla kuulub kõik mikroobne ja taimne, sh teatud taimede eripärad, nagu see, et nisu võrsub vaid nisu seemnest (*bīja*) ja erinevatel taimedel on erinev paljunemisviis jms.
3. **Teo seaduspära** (*kamma niyāma*) hõlmab oskuslikke ja mitteoskuslikke tegusid (*kamma*), mis tingivad teole vastavaid tagajärgi (*kammavipāka*).
4. **Teadvuse seaduspära** (*citta niyāma*) alla kuuluvad teadvuse ja tajuga seotud protsessid, tajude esile kerkimine ja lakkamine, teadvuse funktsioonid jms.
5. **Dhamma seaduspära** (*dhamma niyāma*) alla kuuluvad kõik loomulikud nähtused nagu gravitatsioon jms.

85 Ülevaade kümnest köidikust on toodud peatükis „Kes on aarija?“.

86 Seemne seaduspärast räägivad „Bīja-sutta“ SN 22.54 ja „Accāyika-sutta“ AN 3.92; *kamma* seaduspära kirjeldatakse „Aṅguttaranikāya kammavagga“ (AN 4) 11 suttas jt; *citta* seaduspära on põhjalikult käsitletud abhidhammas ning *dhammaniyāmatā* esineb „Paccaya-suttas“ SN 12.20, „Uppādā suttas“ AN 3.136 jt. Viie seaduspära ühine loend on toodud teoses Buddhaghosa, The Expositor (Aṭṭhasālinī), Vol. II, London: The Oxford University Press, 1921, lk 360–362. Vaata ka Sumaṅgalavilāsini (Dīghanikāya Aṭṭhakathā) DA.II.432, DhsA.272–274; Abhidhammavātara, lk 54.

Seega, kui vesi lihvib kivi meres siledaks, ei ole see kivi ega vee kamma, vaid anorgaaniline seaduspära (*utu niyāma*). Aga see, kas inimesel läheb elus hästi või halvasti, kas tal on pikk või lühike eluiga, kas ta on haiglane või tugeva tervisega, kas ta on kena välimusega, mõjukas, rikas, sündinud kõrge positsiooniga peres või kas ta on tark või mitte – see kõik sõltub inimese enda varasemast kammast, mis allub teo seaduspärale (*kamma niyāma*).⁸⁷

OSKUSLIK JA MITTEOSKUSLIK KÄITUMINE

*„Isegi kuldmüntide sadu ei too himude rahunemist.
Tark teab, et naudingud toovad vähe rahulolu,
küll aga kannatusi.“⁸⁸*

Tegu (*kamma*) on oskuslik (*kusala*) või mitteoskuslik (*akusala*),⁸⁹ sõltuvalt sellest, kas teo aluseks olev tahe (*cetanā*) on kõlbeline või mitte.

	10 MITTEOSKUSLIKKU TEGU (<i>akusala kamma</i>) ehk kannatust toovad käitumist (<i>duccarita</i>)	10 OSKUSLIKKU TEGU (<i>kusala kamma</i>) ehk õnne toovad käitumist (<i>sucarita</i>)
Juur	Ahnus (<i>lobha</i>), viha (<i>dosa</i>) ja pettekujutus (<i>moha</i>)	Ahnusetus (<i>alobha</i>), vihatus (<i>adosa</i>) ja pettekujutlusetus (<i>amoha</i>)
Kehaline käitumine (<i>kāya- kamma</i>)	1. Elu hävitamine (<i>pāṇātipāta</i>) Inimene on mõrvarlik, veriste kätega, peksab, on elusolendite suhtes vägivaldne ning halastamatu.	1. Elu hävitamisest keeldumine (<i>pāṇātipātā paṭivirata</i>) Elu hävitamisest loobunu keeldub elu hävitamast, hülgab malaka ja relva, on hoolikas, lahke ning kaas- tundlik kõikide elusolendite suhtes.
	2. Mitteantu võtmine (<i>adinnādāna</i>) Inimene varastab metsas või külas teiste vara ja omandit.	2. Mitteantu võtmisest keeldumine (<i>adinnādāna paṭivirata</i>) Ei võta midagi, mida pole käest kätte antud või annetatud.

87 Cūḷakammavibhaṅga-sutta MN 135.

88 „*ma kahāpaṇavassena titti kāmesu vijjati appassādā, dukkhā kāmā iti viññāya paṇḍito.*“ – Dhṛ 186.

89 PED lk 522–523. *kusala* – oskuslik (virgumise suhtes); sünnis; kohane; hea, õige; heaolule kaasaaitav; *kusala* esindab kõiki häid ja virgumist soodustavaid omadusi (*dhammā*) ning *akusala* nende vastandeid.

	3. Naudingut pakkuv vale käitumine (<i>kāmesu micchācāra</i>) On seksuaalsuhtes naisega, kes on oma ema, isa, nii ema kui isa, venna, õe, või sugulaste ehk hõimu eestkoste all; dhamma kaitse all, või kel on abikaasa; kelle rikkumine on seadusega karistatav; või kes on ehitud kihluse märgiks vanikuga. Bhikkhu puhul igasugune vale naudingut pakkuv käitumine.	3. Naudingut pakkuvast valest käitumisest keeldumine (<i>kāmesu micchācāra paṭivirata</i>) Ei ole seksuaalsuhtes naisega, kes on oma ema, isa, nii ema kui isa, venna, õe, või sugulaste ehk hõimu eestkoste all; dhamma kaitse all, või kel on abikaasa; kelle rikkumine on seadusega karistatav; või kes on ehitud kihluse märgiks vanikuga. Bhikkhu puhul igasugusest naudingut pakkuvast valest käitumisest keeldumine.
Kõnega seotud käitumine (<i>vacī-kamma</i>)	4. Vale rääkimine (<i>musāvāda</i>) Koosolekul, esinduskogus, perekoosolekul, gildi kogunemisel või kuninglikus kohtus tunnistajana esinedes tunnistab mitte teades: „ma tean“; teades: „ma ei tea“; mitte näinuna: „ma nägin“ ja näinuna: „ma ei näinud“, rääkides teadlikult valet enda või kellegi teise maise eesmärgi nimel.	4. Vale rääkimisest keeldumine (<i>musāvāda paṭivirata</i>) Koosolekul, esinduskogus, perekoosolekul, gildi kogunemisel või kuninglikus kohtus tunnistajana esinedes ei tunnista mitte teades: „ma tean“: teades: „ma ei tea“: mitte näinuna: „ma nägin“ ja näinuna: „ma ei näinud“, ega räägi teadlikult valet ei enda ega kellegi teise maise eesmärgi nimel.
	5. Laimu kõnelemine (<i>pisunāvāca</i>) Kuulnud midagi siin, kordab ta seda mujal, et inimesi eraldada; ta lahutab neid, kes on ühtsed, loob lahkkelisid, naudib lahutamist ja tunneb rõõmu inimeste lahkumine-misest, räägib vastanduvatesse gruppidesse koonduvat käitumist põhjustavate sõnadega.	5. Laimu kõnelemisest keeldumine (<i>pisunāvāca paṭivirata</i>) Ta hoidub lahkarmumusi tekitavast kõnest sellest loobudes. Mida ta on kuulnud siin, ei räägi ta seal, et lahutada neid inimesi teistest. Mida ta on kuulnud seal, ei räägi ta siin, et lahutada noid inimesi nendest. Nii lepib ta neid, kes on lahku läinud ja liidab veelgi neid, kes on koos; ta armastab koosmeelt, rõõmustab koosmeeles, naudib koosmeelt ja räägib seda, mis loob koosmeelt.
	6. Karm kõne (<i>pharusāvāca</i>) Jämedate, raskete, haavavate, solvavate, haigetegevate, vihaga täitunud ja keskendust mittesoodustavate sõnade kasutamine.	6. Karmist kõnest keeldumine (<i>pharusāvāca paṭivirata</i>) Ta hoidub karmist kõnest sellest loobudes. Ta räägib sõnadega, mis on inimeste jaoks mahedad, õrnad ja südamlikud, viisakad, veetlevad ning meeldivad.

Meelega seotud käitumine (<i>mano-kamma</i>)	7. Tühi loba (<i>samphappalāpa</i>) See on mitteõigeaegne ehk mitteajastatud jutt, mittefaktiline ehk tõelusega mittekooskõlaline jutt, mittekasulik jutt, mittedhammakohane ehk dhammale vastanduv jutt, mittevinajakohane ehk vinajale vastanduv jutt. See on rääkimine sõnadega mis on väärtusetud, mitteõigeaegsed ehk mitteajastatud, ebamõistlikud, seosetud, laiali valguvad ja kasutud.	7. Tühjast lobast keeldumine (<i>samphappalāpa paṭivirata</i>) Ta hoidub tühjast lobast sellest loobudes. Ta räägib sobival ajal, sellest mis on kooskõlas faktidega ehk tõelusega (nii nagu asjad tõeliselt on), kooskõlas kõrgema eesmärgiga, dhamma ja vinajaga. Ta räägib sõnadega, mis on väärtuslikud, õigeaegsed ehk kohased, mõistlikud, konkreetsed ja kasulikud ehk eesmärgipärased.
	8. Himu (<i>abhijjhā</i>) Teise vara ja omandi himustamine, mõeldes: „Oh, kui vaid temale kuuluv oleks minu oma!”	8. Himust keeldumine (<i>abhijjhā paṭivirata</i>) Ei himusta teise vara ja omandit, mõeldes: „Oh, kui vaid temale kuuluv oleks minu oma!”
	9. Kuritahtlikkus (<i>vyāpāda</i>) See on kuritahtlik teadvus ja pahameelne mõtlemine: „Et see olend oleks surnud, tapetud, surmatud, tükeldatud, hävitatud või mahanotitud!”	9. Kuritahtlikkusest keeldumine (<i>vyāpāda paṭivirata</i>) See on mittekuritahtlik teadvus ja mittepahameelne mõtlemine: „Olgu olendid vaenulikkusest, muredest ja hädadest vabad, püsigu nad õnnes!”
	10. Valed vaated (<i>micchādiṭṭhi</i>) Kuulnud midagi siin, kordab ta seda mujal, et inimesi eraldada; ta lahutab neid, kes on ühtsed, loob lahkheid, naudib lahutamist ja tunneb rõõmu inimeste lahkuminemisest, räägib vastanduvatesse gruppidesse koonduvat käitumist põhjustavate sõnadega.	10. Valedest vaadetest keeldumine (<i>micchādiṭṭhi paṭivirata</i>) Ta hoidub lahkavamusi tekitavast kõnест sellest loobudes. Mida ta on kuulnud siin, ei räägi ta seal, et lahutada inimesi üksteistest. Nii lepitab ta neid, kes on lahku läinud ja liidab veelgi neid, kes on koos; ta armastab koosmeelt, rõõmustab koosmeeles, naudib koosmeelt ja räägib seda, mis loob koosmeelt.

Allikad:

Sammādiṭṭhi-sutta MN 9, Cunda-sutta AN 10.176, Paṭhamasañcetanika-sutta AN 10.217, Pāṭaliya-sutta SN 42.13, Sāleyya-sutta MN 41 jpt.

Oskuslik käitumine on õigel vaatel ja kõlbelisel tahtel põhinev tegu, mis on võrsunud kolmest oskuslikust juurest (*kusalamūla*), milleks on (1) ahnusetus (*alobha*), (2) vihatuse (*adosa*) ja (3) pettekujutlusetus (*amoha*). Selline käitumine väljendub helduses ja maisest loobumises, sõbralikkuses ja heatahtlikkuses ning arukas, virgumisele suunatud õiges tegutsemises. Oskuslik käitumine toob pälvimusi, rõõmu ja rahulolu ning juhib sansaarast (*samsāra*) välja virgumisele.

Mitteoskuslik käitumine on valel vaatel ja kõlblusetul ihal põhinev tegu, mis võrsub kolmest oskamatus juurest (*akusalamūla*), milleks on (1) ahnus (*lobha*), (2) viha (*dosa*) ja (3) pettekujutus (*moha*). Selline käitumine hoiab olendeid sansaaras ja vaid suurendab kannatusi. Kui teadvus on mitteoskusliku poolt hõivatud (*pariyādinna*), põhjustab see oskamatu käitumist, milleks võib olla kas võimupositsiooni ärakasutamine, karistamine, vangistamine, varatustamine, söimamine, ähvardamine, pagendamine, vms.⁹⁰

Meelt rüvetavad **kümme plekki** (*dasa kilesā*) kuuluvad samuti oskamatu alla, milleks on ahnusele, vihale ja pettekujutlusele lisaks uhkus (*māna*), [vale] vaade (*diṭṭhi*), kahtlus (*vicikicchā*), laiskus (*thīna*), rahutus (*uddhacca*), häbitus (*ahirika*) ja (kõlbetu) kartmatus (*anottappa*).

KÜMME PLEKKI (<i>dasa kilesā</i>)			
1. Ahnus	(<i>lobha</i>)	6. Kahtlus	(<i>vicikicchā</i>)
2. Viha	(<i>dosa</i>)	7. Laiskus	(<i>thīna</i>)
3. Pettekujutus	(<i>moha</i>)	8. Rahutus	(<i>uddhacca</i>)
4. Uhkus	(<i>māna</i>)	9. Häbitus	(<i>ahirika</i>)
5. Vaade	(<i>diṭṭhi</i>)	10. Kartmatus	(<i>anottappa</i>)
Allikas: Vibhaṅga lk 446			

90 Mūla-sutta AN 3.69; Nibbedhika-sutta AN 6.63.

PÄLVIMUS JA LAHKE ANNETAMINE

„Millised kolm, mungad, on pälvimusliku käitumise alused?
Annetamine on pälvimusliku käitumise alus,
kõlblus on pälvimusliku käitumise alus
ja [keskenduse] arendamine
on pälvimusliku käitumise alus.“⁹¹

Tegu (*kamma*) võib Buddha õpetuse kohaselt olla kas pälvimuslik (*puñña*)⁹² või mittepälvimuslik (*apuñña*)⁹³ ehk *pāpa*⁹⁴).

Pälvimus (*puñña*) on annetamise, kõlbluse ja õige keskenduse arendamise abil loodud õnnetoov oskuslik käitumine.⁹⁵ Paali kaanoni kohaselt tähistab *puñña* käitumist, mille eesmärgiks on parandada oma heaolu või saada ilmalikku kasu ilma maistest naudingutest loobumata. Need on teod, mis edendavad ilmalikku õnne nii selles elus kui ka uues sünnis.⁹⁶ Pälvimust kujutatakse paali kaanonis alati põhjuse või tingimuse, tänu millele toimub uus sünd taevalikus vallas, mille õndsuse tase ja selles viibimise kestus on otseselt seotud eelmistes olemasoludes kogunenud pälvimustega.

Annetamine ehk daana (*dāna*) on suuremeelne ja lahke tegevus. Kõlblus kui pälvimuslik käitumine tähendab viie kõlblusjuhise järgimist. Keskenduse arendamine tähendab rahu arendamist (*samatha bhāvanā*) ja läbinägemise arendamist (*vipassanā bhāvanā*).

91 „*tīṇimāṇi, bhikkhave, puññakiriyavatthūni. katamāṇi tīṇi? dānamayaṃ puñña-kiriyavatthu, sīlamayaṃ puññakiriyavatthu, bhāvanāmayaṃ puññakiriyavatthu.*” – Puññakiriyavatthu-sutta Iti 60; Puññakiriyavatthu-sutta AN 8.36 (pikem); Saṅgīti-sutta DN 33 jt.

92 *puñña* – pälvimus, vooruslik tegevus; pälvima. Oskusliku teo tulemus (*kusala kamma vipāka*), mida iseloomustab ahnuse, viha ja pettekujutluse puudumine ning soodne uus sünd kas inimeste või deevade vallas. PED lk 1057-1058.

93 Pāsādika-sutta DN 29; Piṇḍa-sutta SN 4.18; Parivīmaṃsana-sutta SN 12.51; Mahācora-sutta AN 3.50 jt.

94 *pāpa* – kuri, halb, vale, paheline käitumine. PED lk 1033. Vt Dhammapadavärsse 15, 17 jj.

95 „*dānasīlādpabheada ... sucaritaṃ kusalakammaṃ.*” – Vimānavatthu-aṭṭhakathā 19.

96 Vimānavatthu 13; Petavatthu-aṭṭhakathā 58.

KOLM PÄLVIMUSLIKU KÄITUMISE ALUST (*tīni puññakiriyavatthūni*)

1. Annetamine	(<i>dāna</i>)
2. Kõlblus	(<i>sīla</i>)
3. Keskendus	(<i>bhāvanā</i>)

Allikas: Puññakiriyavatthu-sutta Iti 60

Kui Buddha poolt munkadele antud algõpetuses esineb pälvimusliku käitumise kolmene loend, siis kommentaariumitest⁹⁷ võib leida budalikes maades elavate ilmikute seas populaarse kümnese loendi, kus eeltoodud kolmele lisanduvad veel (4) austamine (*apacāyana*), (5) teiste teenimine (*veyyāvacca*), (6) pälvimuste kogumine ja ülekandmine (*pat-tidāna*), (7) teiste pälvimuste üle rõõmustamine (*pattānumodana*), (8) Buddha õpetuse kuulamine (*dharmasavana*), (9) dhamma mõtestamine ja selle üle mõtlustamine (*dhammadesanā*) ning (10) õigel vaatel põhinev käitumine, st õige vaate kujundamine, arendamine ja järgimine (*diṭṭhijjukamma*).⁹⁸

Pälvimuste ülekandmise rituaalid esinevad suuremal või vähemal nii theravaadas, mahajaanas kui ka vadžrajaanas. Idee pälvimuste ülekandmisest ühelt inimeselt teisele, olgu elavale või juba surnud inimesele, jumalale või mõnele vaimolendile, nt peetale (*peta*), oli Indias tuntud juba Buddhale eelnenud brahmanistlikust kultuurist ja on ilmselt ka kogu mahajaana uue bodhisattva idee määratlemise allikaks.⁹⁹ Pälvimuste kogumine, ülekandmine ja teiste pälvimuste üle rõõmustamine ei sisaldu varasemates kanoonilistes tekstides. Küll aga ilmuvad need ideed suure tõenäosusega mahajaana mõjutustest tingituna hili-sema päritoluga tekstidesse nagu „Petavatthu” ja „Buddhāpadāna”.

97 Dhammasaṅgani ja Atthasālini.

98 Atthasālini sisaldab täpsemad selgitusi kümneses loetelus esinevate pälvimuslike tegude kohta (Tr. 209 jj).

99 Richard Gombrich, *What the Buddha thought* (1st ed.). London: Equinox Publishing, 2009.

Osades Aasia kultuurides on tänini kombeks lähedase inimese surma korral teha teatud aja möödudes (viis, seitse, kolmkümmend, sada päeva või aasta hiljem) pälvimuste ülekandmise eesmärgil (*puññānumodana*) munkadele annetusi. Tais võib lühiajaliselt, tavaliselt ühest nädalast kuni ühe aastani, lasta end ordineerida noormungaks ehk noviitsiks (*sāmaṇera*), kogumaks pälvimusi, et need ordinatsiooni lõppedes oma vanematele tänutäheks „üle kanda“.

Ükski inimene ei saa teha teise eest tegu (*kamma*) ega saada teise inimese teo vilju (*kammavipāka*) – vastasel juhul oleks Buddha oma ülimes kaastundes kõik inimesed juba 2500 aastat tagasi kannatustest vabastanud. Kuigi uskumus, et pälvimuste ülekandmisel läheb ühelt inimeselt teisele inimesele, olendile või kogu rahvale midagi füüsilisel või mentaalsel tasandil realselt üle, ei vasta Buddha algõpetuse põhimõtetele, võib seda ideed vaadelda kui kaastunde ja lahkuse arendamise kultuurispetsiifilist aspekti. Mõnikord võib pälvimuste ülekandmise riitus aidata inimesel tulla toime leinaga, paluda mõttes teiselt inimeselt andeks või tugevdada usalduslikku usku Buddhasse, dhammasse ja sanghasse. Kui pälvimuste ülekandmise rituaali ajal tehakse annetus mungale või sanghale (*sanghika dāna*), on see kamma seisukohast igal juhul oskuslik tegu, millega kaasneb suur kasu.¹⁰⁰

Pälvimus võib olla suur¹⁰¹ või väike.¹⁰² **Munkade sangha on selle maailma võrreldamatu pälvimuste väli** (*anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassa*)¹⁰³ ja tänu sellele loob mungale või sanghale annetamine suure ja võrreldamatu pälvimusvoo (*puññādhārā*).

Kuigi arahandi teega seotud oskuslikkus (*kusala*) on kõrgem kui ilmalikku õnne toov pälvimus, ei ole need eraldiseisvad, kuna pälvimus kuulub samuti oskusliku alla:

100 Ṭhitañāṇa bhikkhu. Mida kinkida budistile pühade ajal? Eesti Theravaada Sangha Kloostri koduleht [<https://media.voog.com/0000/0037/7838/files/Mida%20kinkida%20Buddha%20järgijale%20pühade%20ajal%20%3F.pdf>]. 23.12.2016.

Vaata ka Asibandhakaputta-sutta SN 42.6.

101 *uḷāra* (DA.I.110; PvA 5) ehk *anappaka* (Ja 524).

102 *paritta* (DA.I.110) ehk *appa* (SN 17.5).

103 Saṅgīti-sutta DN 33.

„Kes naudib pälvimusi ja püsib oskuslikus, arendab teed surematuse saavutamiseks. Omandanud väärtusliku dhamma, rõõmustab ta [plekkide ja tulvade] hävinemise üle ega värise surmakuninga saabudes.“¹⁰⁴

Pälvimuste vaatepunktist valitseb aga oht langeda mitteoskuslikkusesse (*akusala*), kuna mõlemad alluvad tulvadele (*āsavā*).¹⁰⁵ Sõltuvalt sellest, milline on tulvade mõju selles elus, ilmneb uus sünd kas rohkem või vähem soodsates tingimustes – mida rohkem tulvasid, seda ebasoodsam uus sünd.

Buddha on öelnud:

„Mungad, on olemas tulvad, mis juhivad Niraajasse, tulvad, mis juhivad loomade valda, tulvad, mis juhivad vaimude maailma, tulvad, mis juhivad inimeste maailma, tulvad, mis juhivad jumalate maailma.“¹⁰⁶

Seega ei kindlusta pälvimuslikud teod kannatustest pääsemist. Isegi kui rohkete pälvimuste mõjul sünnitakse uuesti taevalikus vallas, on olemasolu seal ajutine. Naudingute ja rõõmude küllases jumalate vallas on raske mõista kannatuse olemust ja seetõttu ka raske virguda. Kui aga pälvimused jäävad mitteoskusliku käitumisega võrreldes olulisse vähesusse, võib järgmine uus sünd toimuda ka kannatusterohkes Niraaja vallas. Samuti ei pruugi soovitud tuua pälvimuste kogumise eesmärgil tehtud annetus, kui see pole isetu või kui selle taga olev kavatsus ei ole vaba kolmest mitteoskuslikust juurest (*akusalamūla*). Seega pole pälvimus absoluutne kaitse soovimatu eest ega tõeline vabadus.

Pälvimuse mõistet on võimalik selgelt mõista oskusliku ja sansaara kontekstis. Kui *puñña* aitab sündida õnnelikul tasandil (*sugatibhūmi*)

104 „yo puññakāmo kusale patitṭhito, bhāveti maggaṃ amatassa pattiya; so dhammasārādhigamo khaye rato, na vedhati maccurājāgamanasmin ti.“ – Tatiyaabhisanda-sutta SN 55.43.

105 Apaṇṇaka-sutta MN 60.

106 „atthi, bhikkhave, āsavā nirayagamanīyā, atthi āsavā tiracchānayanigamanīyā, atthi āsavā pettivisayagamanīyā, atthi āsavā manussalokagamanīyā, atthi āsava devalokagamanīyā.“ – Nibbedhika-sutta AN 6.63.

või taevalikus maailmas (*devaloka*) ja *pāpa* juhib uue sünni kannatusterohkesse Niraajassee või loomade valda (*tiracchānayoṇi*), siis arahandi tee (*arahattamagga*) juhib kindlalt sansaarast välja, kõikide kannatuste lõppemisele. Pälvimuste põhimõtet käsitlevate kanooniliste tekstide kohaselt¹⁰⁷ on arahant ületanud nii pälvimusliku kui ka mittepälvimusliku ning püsib täiuslikus, üliras oskuslikkuses (*sampannakusala*, *paramakusala*).¹⁰⁸

Annetamine (*dāna*) tähendab isetut ja lahket jagamist. See on virgumise tee oluline tegur, mis juhib järgmise uue sünni kõrgematesse olemasolu valdadesse. Lahkus aitab meelel vabaneda ahnusest, isekast omakasupüüust ja täitmatust saamahimust.

Kõige kõrgemaks annetuseks on annetus Buddhale ja teistele arahantidele ning munga poolt vastuvõetud annetus sanghale (*sanghika dāna*), mis loob võrreldamatu pälvimuse. Mungale sobilikud kingid on söök, vesi, rüü, sõiduk, vanik, lõhnasalv, ravimid, peavari, istumis- ja magamistarbed, valgusti ning eluase puhkamiseks ja meele arendamiseks.¹⁰⁹ Buddha on öelnud, et almustoidu annetamine mungale toob inimesele uues sünnis viis omadust, milleks on pikk eluiga, kaunis välimus, õnn, elujõud ja arukus.¹¹⁰

Raha annetamisel on vaja teada, et kümnes kõlblusjuhis keelab munkadel võtta vastu kulda ja hõbedat (st raha). Kes aga soovib teha rahalist annetust, võib võtta enda kanda munga õpingute, reisimise, dhamma tõlkimise ja trükkimise jms oskusliku tegevusega seotud kulud – sõltuvalt sellest, mida munk hetkel vajab. Ka võivad ilmikud hoiustada mungale mõeldud raha. Kui annetaja teab, et mungal on hetkel kõik vajalik olemas, kuid soovib siiski annetada, võib ta anda mungale mõeldud raha munga abilise (*kappiyakāraka*)¹¹¹ kätte, lausudes: „Me usaldame

107 Mātuposaka-sutta SN 7.19 jt.

108 Bhikkhaka-sutta SN 7.20; Samaṇamuṇḍika-sutta [Samaṇamuṇḍika] MN 78.

109 Dānūpapatti-sutta AN 8.35.

110 „āyurū deti, vaṇṇaṇ deti, sukhaṇ deti, balaṇ deti, paṭibhāṇaṇ deti.” – Bhojana-sutta AN 5.37.

111 *kappiya kāraka* – „see, kes muudab sobivaks/seaduslikuks”; munga abiline, kes midagi mungale pakitudes muudab pakutava mungale vastuvõtmiseks „Vinaja” juhiste ja reeglitega kooskõlas olevaks.

selle raha kui sobiliku ja lubatud annetuse Auväärse uute ettevõtmiste tarbeks Auväärse abilisele. Me palume, et kui Auväärsel peaks tekkima ükskõik milline vajadus, andku ta sellest teada oma abilisele.”¹¹²

Igapäevase toidu annetamine mungale on ilmikjärgija jaoks ülimalt oluline tegevus, kuna ta teab, et mungad võivad süüa vaid nende annetatud sööki. Almussöögi vastuvõtmise rituaal (*piṇḍapāta*) väljendab sümboolselt munkade ja ilmikute kogukonna vahelist sidet. Mungad jalutavad igal hommikul läbi küla või templi lähedal asuval alal ja võtavad vastu seda, mida lahked ilmikud neile pakuvad. Munkadele on see ühtlasi meeldetuletus suuremeelsusest, mis võimaldab neil pühenduda Buddha õpetuse teostamisele ja innustab neid püüdlema. Ilmikud omakorda tunnevad siirast heameelt lahkest andmisest ning sellest, et on toetanud aarija teele asunuid. Buddha õpetust järgivates maades õpetavad vanemad oma lapsi juba varakult munkadele annetusi tegema ning suhtuma ülima austusega nii Buddhasse, tema antud õpetusse ehk dhammasse kui ka maisest loobunud munkadesse, kes seda dhammat teostavad.

Mungale ei ole sobilik annetada joovet tekitavaid jooke, kutsuda teda osalema pidustustele, kus tantsitakse, lauldakse ja tarbitakse alkoholi, pakkuda seksuaalpartnerit või kinkida teadvust mõjutavaid asju (ilu- ja nipsasjakesed, ehted, maalid, ruumikaunistused jms). Samuti ei sobi Buddha õpetusega kokku vägivaldne elusolendite ohverdamine.¹¹³

Annetus võib olla nii aineeline kui ka vaimne, näiteks oma aja kinkimine, julgustamisega meelerahu ja kartmatuse kinkimine jms. Buddha on öelnud, et dhamma kink ületab kõik teised kingid.¹¹⁴ Sestap on ülimaks kingiks näiteks Tipiṭaka kogu või mõne selle osa annetamine, Buddha õpetuse edasiandmine või keskendumise õpetamine (juhul kui õpetajal on teadmised õigest dhammast ja ta on saavutanud vähemalt esimese džhaana).

112 Vinayapiṭaka, Mahāvagga, Bhesajakkhandhaka, 2. Mūlādibhesajjakathā.

113 Ujjaya-sutta AN 4.39; Udāyī-sutta AN 4.40.

114 Dhṛp 354.

MEELE ARENDAMINE

„Seega, sõber Visākha,
teadvuse ühtesuunatus
on keskendus.“¹¹⁵

Paali termin *samādhi* [sam + ā + dhā] tähendab meele kindlalt fikseerunud seisundit¹¹⁶ ehk keskendust. Õige keskendus sisaldab meele harjutamist neljal järjest süveneval keskenduse tasandil (vastavalt: *paṭhamajjhāna*, *dutiyajjhāna*, *tatiyajjhāna* ja *cattutthajjhāna samādhi*). Õige keskendus on kõige üldisemas tähenduses keskenduse arendamine, mis on võrsunud õigest vaatest, õigest mõttest ja õigest püüdlusest. Kui vale keskendus tuleneb valest vaatest ja hõlmab oskamatu meeleseisundeid, siis õige keskendus tuleneb õigest vaatest ning on osa oskuslikust teadvusest (*kusalacitta*).¹¹⁷

Buddha õpetuses esineb *samādhi* vaid oskuslikus tähenduses ning selle peamisteks eesmärkides on meele tundmaõppimine, rahustamine, virgumist takistavatest omadustest vabanemine ja virgumist soodustavate omaduste arendamine kuni nibaana ehk vaibumise saavutamiseni.

Buddha on öelnud, et munkadel peab olema selge teadmine neist kahest dhammast, milleks on:

1. rahu arendamine (*samatha bhāvanā*),
2. läbinägemise arendamine (*vipassanā bhāvanā*).¹¹⁸

„Suures Rāhulale antud nõuande suttas“ selgitab Buddha oma pojale Rāhulale erinevaid meele arendamise viise ning õpetab nende kasu:

„Rāhula, sõbralikkuse arendamine kaotab igasuguse pahatahtlikkuse,
... kaastunde arendamine kaotab igasuguse julmuse,
... kaasrõõmu arendamine kaotab igasuguse sallimatuse,

¹¹⁵ „yā kho, āvuso visākha, cittassa ekaggatā ayaṃ samādhi.“ – Cūḷavedalla-sutta MN 44. Ühtesuunatus (*ekaggatā*) on sisuliselt džhaana sünonüüm.

¹¹⁶ Nyanatiloka, Buddhist Dictionary: A Manual of Buddhist Terms and Doctrines, Thailand: Silkwood Book Publication, 2007, lk 182.

¹¹⁷ Cūḷavedalla-sutta MN 44; Micchatta-sutta AN 10.103.

¹¹⁸ „dveme bhikkhave dhammā vijjābhāgiyā. katame dve? samatho ca vipassanā ca.“ – Vijjābhāgiyā-sutta AN 2.30.

... neutraalsuse arendamine kaotab igasuguse vastumeelsuse,
 ... ebapuhtuse [taju] arendamine kaotab kire,
 ... püsistustaju arendamine kaotab „mina olen“,
 ... hingamisest teadlikkuse arendamine kaotab rahutud mõtted ja
 toob suure kasu.“¹¹⁹

Keskenduse arendamist tuleb alustada rahu arendamisest (*samathapubbaṅgama vipassanā*)¹²⁰, kus kogu tähelepanu ühele objektile keskendades meel ja keha rahunevad ning meelega ebastabiilsus lakkab. Ka Buddha alustas oma meelega treenimist rahu arendamisega, mis oli tol ajal Indias väga levinud joogide praktika. Alles siis, kui kõik viis takistust ja kirm (*rāga*) on esimese džhaana saavutamisel ajutiselt peatunud, saab jätkata rahu arendamist koos läbinägemise arendamisega.¹²¹

Keskenduse arendamisega (*samādhi bhāvanā*) alustamisel kerkivad esile **viis takistust** (*pañca nīvaraṇā*), milleks on:

- | | |
|---------------------------|----------------------------------|
| 1. naudingusoov | (<i>kāmacchanda</i>), |
| 2. himu ja kuritahtlikkus | (<i>abhijjhāvyāpāda</i>), |
| 3. laiskus ja loidus | (<i>thīnamiddha</i>), |
| 4. rahutus ja mure | (<i>uddhaccakukkucca</i>) ning |
| 5. kahtlus | (<i>vicikicchā</i>). |

Viis takistust ei kirjelda inimese loomust ega ole eksimused või läbikukumised. Need on keskendumisel ilmnevad meelega aspektid, millede ilmumine on meelega arendamise loomulik osa ja mis peatuvad džhaana saavutamisel.¹²²

119 „mettaṃ hi te rāhula bhāvaṇaṃ bhāvaṇato, yo vyāpādo so pahīyissati... karuṇaṃ hi te rāhula bhāvaṇaṃ bhāvaṇato, yā vihesā sā pahīyissati... muditaṃ hi te rāhula bhāvaṇaṃ bhāvaṇato, yā arati sā pahīyissati... upekkhaṃ hi te rāhula bhāvaṇaṃ bhāvaṇato, yo paṭigho so pahīyissati... asubhaṃ hi te rāhula bhāvaṇaṃ bhāvaṇato, yo rāgo so pahīyissati... aniccaṣaṇṇaṃ hi te rāhula bhāvaṇaṃ bhāvaṇato, yo asmimāno so pahīyissati... ānāpānasati rāhula bhāvitā bahulikatā, mahapphalā hoti mahānisaṃsā.“ – Mahārāhulovada-sutta MN 62.

120 Jhānanisāsaya-sutta (Sāvatthinidānaṃ) AN 9.36 jt.

121 Bālavagga AN 2.31. Kui meelega arendamist eelistatakse alustada *vipassanā* teel, tuleb seda teha kõrvuti *samatha*’ga, et ületada viis takistust ja kirm ning saavutada džhaana, just nii nagu seda kirjeldab Yuganaddha-sutta AN 4.170 jt.

122 „kāmacchandanivaraṇaṃ, vyāpādanīvaraṇaṃ, thīnamiddhanīvaraṇaṃ, uddhaccakukkuccanīvaraṇaṃ, vicikicchānīvaraṇaṃ. imāni kho bhikkhave pañca nīvaraṇāni.“ – Nīvaraṇa[satipaṭṭhāna]-sutta AN 9.64.

Maisest loobumine vabastab naudingusoovist; kaastunde ja sõbralikkuse arendamine vabastab himust ja kuritahtlikkusest; tähelepaneliku erksuse ja valvsuse arendamine vabastab laiskusest ja loidusest; kõigutamatu rahu ja sisemise vaikuse arendamine vabastab rahutusest ja murest; ning oskuslike dhammade ehk meeleaseisundite arendamine vabastab kahtlusest.¹²³

„Tipiṭakas“ on toodud Buddha kirjeldus neljast vormi džhaanast (*rūpajhāna*) ja neljast vormita džhaanast (*arūpajhāna*).¹²⁴ Džhaana esindab järjestikku selginevad teadvusseisundeid, mis sisaldavad viie džhaana osa kombinatsioone.¹²⁵

Viis vormi džhaana osa (*jhānaṅga*) on meeletegurid (*cetasika*), mis on seotud meelega kinnistumisega keskendusobjektile ning neid on võimalik ületada rahu arendamise teel.¹²⁶

1. **Mõtlemiss** (*vitakka*) iseloomustab objekti märkamise, selle omaduste tähelepanelik vaatlemise, kogemise ning kohaldumise. Mõtlemine eemaldab laiskuse ja loiduse.
2. **Läbiuurimist** (*vicāra*) iseloomustab kindlalt ühel objektil püsimine ja selle objekti omaduste igakülgne uurimine ja kogemine. Läbiuurimine eemaldab kahtluse.
3. **Rõõm** (*pīti*) ehk ekstaatiline naudingutunne tekib objekti järjekindlast uurimisest. See on *samādhi*’ni jõudmisest saadav meeldiv rahulolu, mida kogevad varem või hiljem kõik, kes õigesti harjutavad. Rõõm eemaldab himu, kuritahtlikkuse ja naudingusoovi.
4. **Õnn** (*sukha*) või **neutraalsus** (*upekkhā*) tekib rõõmu hülgamisel. Õnn eemaldab rahutuse ja mure.
5. **Ühtesuunatus** (*ekaggatā*) on meeleharjutuses saavutatud

123 Sāmaññaphala-sutta DN 2.

124 Jhāna-sutta AN 9.36; Anupada-sutta MN 111 jt.

125 Mahāvedalla-sutta MN 43; Sāmaññaphala-sutta DN 2.

126 Sāmaññaphala-sutta DN 2. Vaata ka Ācariya Anuruddha, A Comprehensive Manual of Abhidhamma. The Abhidhamma Sangha, BPS Pariyatti Editions, Onalaska: Pariyatti Publishing, 2012, lk 76–77.

sügav ja püsiv teadvuse ühte punkti suunatus (*cittakaggatā*), mida nimetatakse džhaanaks (*jhāna*), aga ka samastunud keskenduseks (*appanāsamādhī*). Ühtesuunatuse saavutamisel muutub meel täiuslikult lihvitud kalliskivi sarnaseks ning inimene kogeb kõikevaldavat õndsat rahu.

Esimeses džhaanas (*paṭhamajjhāna*) on viis takistust peatunud ja kõik viis džhaana osa on aktiivsed. Keskendumine seisneb siin meelega tähelepanu suunamises objektile, mis kutsub meeles esile sügava rahu seisundi (*samatha*). Pideval harjutamisel muutub selline rahu meele loomulikuks olekuks. Buddha võrdles esimest džhaanat seebipulbri ja vee täieliku segunemisega. Seebipulbrit segatakse seni, kuni see on veest täielikult läbi imunud ja vesi on seebipulbriks täielikult küllastunud. Samamoodi muutub esimeses džhaanas keha täielikult neeldunuks, küllastudes rõõmu- ja õnnetundest ning keskendusest.

Teises džhaanas (*dutiyajjhāna*) ületatakse mõtlemine ja läbiuurimine (*vitakka, vicāra*) ning meel vabaneb enesetaju hälvetest, püsides rõõmuküllases rahulolus ja vaikuses. Buddha võrdles teist džhaanat vaikse järvega, mis toitub kargetest veealustest allikatest. Meel muutub siin rõõmsaks ja selgeks ning vabaneb piiravatest mõtetest.

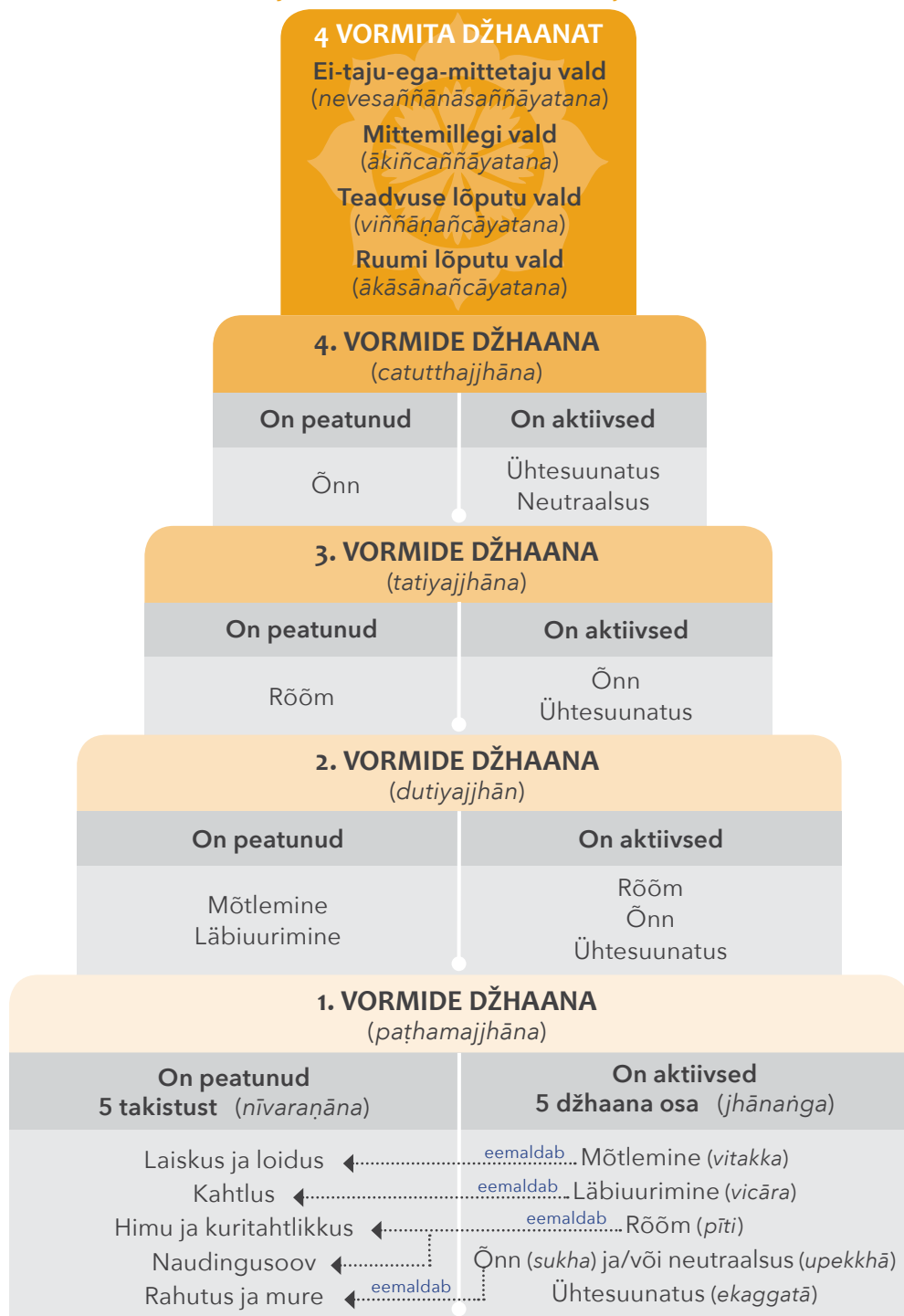
Kolmandas džhaanas (*tatiyajjhāna*) ületatakse ka rõõm (*pīti*) ning jäetakse vaiksesse meelerahusse, selge teadvuse õnneküllasesse seisundisse. Buddha võrdles kolmandat džhaanat järves kasvava lootosega, mis on puhtast veest läbi imunud ja küllastunud.

Neljandas džhaanas (*catutthajjhāna*) jõudes hüljatakse ka õnnetunne (*sukhavedanā*) ning meel püsib ühtesuunatult puhtas ja neutraalses teadvelolus. Buddha võrdles seda džhaanat palaval pärastlõunal järves kümblemisega, misjärel puhatakse kaldal, mähituna puhtasse, valgesse linasse. Meel hülgab siin kõik vastandid ning saabub meele täielik ja kõigutamatu tasakaal, puhas, kirgas ja veatu teadlikkus. Kuni meel viibib neljandas džhaanas, ei saa miski meeleväline sellele mõju avaldada.¹²⁷

127 Mahāvedalla-sutta MN 43. Buddha antud võrdluspilte džhaanadest kirjeldab Sāmaññaphala-sutta DN 2.



Teadvuse ja tunde lakkamine (*saññāvedyitanirodha*)



Allikas: Jhānavibhaṅga Vb 12, Pañcaṅgika-Sutta AN 5.28, Abyākatavipāka Ds 2.1.7, Sāmaññaphala-sutta DN 2 jpt.

Neljale vormi džhaanale (*rūpajhāna*) järgnevad **neli vormita džhaanat** (*arūpajhāna*). Kuna vormita džhaanasid on raske, kui mitte võimatu mõista, ammugi siis veel täpselt kirjeldada, käsitletakse neid mõisteliselt. Neli vormita džhaanat on:

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------------|
| 1. Ruumi lõputu vald | (<i>ākāsānañcāyatana</i>) |
| 2. Teadvuse lõputu vald | (<i>viññāṇañcāyatana</i>) |
| 3. Mittemillegi vald | (<i>ākiñcaññāyatana</i>) |
| 4. Ei taju ega mittetaju vald | (<i>nevesaññānāsaññāyatana</i>) |

Vormita saavutused (*arūpasamāpatti*) ja nende teostamiseks vajalik väljaõpe oli teada juba enne Buddhat. Joogi Āḷāra Kālāma juhendamisel saavutas Gotama kolmanda vormita valla džhaana ja Uddaka Rāmaputta juhendamisel neljanda vormita džhaana.¹²⁸ Jõudnud neljanda vormita džhaana saavutusesni, mõistis Gotama, et need dhammad ei juhi olemasolu tühimusse, kiretusse, lakkamisse, rahusse, ülimateesse teadmistesse, virgumisse ega nibaanasse ehk vaibumisse, vaid päädivad uue sünniga saavutatud džhaanale vastavas vallas. Pettununa lahkus ta oma õpetajate juurest ning jätkas üksi virgumispüüdlusi. Hiljem ühinesid temaga veel viis askeeti.¹²⁹ Jätkates püüdlemist ületas Gotama ka neljanda vormita džhaana ning saavutas taju ja tunnete lakkamise (*saññāvedayitanirodha*).¹³⁰

128 Ariyapariyesanā-sutta [Pāsārasi-sutta] MN 26.

129 Mahasaccaka-sutta MN 36.

130 Poṭṭhapāda-sutta DN 9. Tavapārane džhaanade arendamise vormel on järgmine. „*idhāvuso, bhikkhu vivicceva kāmehi vivicca akusalehi dhammehi savitakkaṃ savicāraṃ vivekajaṃ pītisukhaṃ paṭhamañ jhānaṃ upasampajja viharati. vitakkavicārānaṃ vūpasamā ajjhattaṃ sampasādanaṃ cetaso ekodibhāvaṃ avitakkaṃ avicāraṃ samādhijaṃ pītisukhaṃ dutiyaṃ jhānaṃ upasampajja viharati. pītiyā ca virāgā upekkhako ca viharati sato ca sampajāno sukhañca kāyena paṭisaṃvedeti, yaṃ taṃ ariyā ācikkhanti ‘upekkhako satimā sukhavihārī’ti tatiyaṃ jhānaṃ upasampajja viharati. sukhasa ca pahānā dukkhassa ca pahānā pubbeva somanassadomanassānaṃ atthaṅgamā adukkhamasukhaṃ upekkhāsatipārisuddhiṃ catutthaṃ jhānaṃ upasampajja viharati. sabbaso rūpasaññānaṃ samatikkamā paṭighasaññānaṃ atthaṅgamā nānattasaññānaṃ amanasikārā ananto ākāsoti ākāsānañcāyatanaṃ upasampajja viharati. sabbaso ākāsānañcāyatanaṃ samatikkamma anantaṃ viññāṇanti viññāṇañcāyatanaṃ upasampajja viharati. sabbaso viññāṇañcāyatanaṃ samatikkamma natthi kiñcīti ākiñcaññāyatanaṃ upasampajja viharati. sabbaso ākiñcaññāyatanaṃ samatikkamma nevasaññānāsaññāyatanaṃ upasampajja viharati. sabbaso nevasaññānāsaññāyatanaṃ samatikkamma saññāvedayitanirodhaṃ upasampajja viharati.*” – Saṅgīti-sutta DN 33, Rahogata-sutta SN 36.11, Moggallāna Saṃyutta SN 40.1-9, Anupubbanirodha-sutta AN 9.31 jpt.

DŽHAANA VALLAD	JÄRKJÄRGULINE DŽHAANADE SAAVUTAMINE JA ARENDAMINE	ÜHEKSA LAKKAMIST
VORMI VALLA DŽHAANAD (rūpa-jhāna)	1. See on, kui bhikkhu, naudingutest eraldunud, mitteoskuslikest dhammadest eraldunud, mõtlemisega, läbiuurimisega, eralduses sündinud rõõmus ja õnnes, saavutab esimese džhaana (<i>paṭhamajjhāna</i>) ja viibib [selles].	Lakkab naudingutaju (<i>kāma-saññā</i>) ja lõpeb kõne (<i>vācā</i>)
	2. Mõtlemise ja läbiuurimise vaibudes, sisemise rahunemisega ja teadvuse ühtsuse olemasoluga, mõtlemiseta ja läbiuurimiseta, kesken- dusest sündinud rõõmus ja õnnes, saavutab teise džhaana (<i>dutiyajjhāna</i>) ja viibib [selles].	Lakkab mõtlemine ja läbiuurimine
	3. Rõõmu ja kireta, neutraalsena, teadvelolus ja tähelepanelikkuses viibides, õnne [kogu] kehaga kogedes – mille kohta aarijad kuulutavad: „Neutraalne teadlikolus [ja] õnnes viibimine“, saavutab kolmanda džhaana (<i>tatiyajjhāna</i>) ja viibib [selles].	Lakkab rõõm
	4. Õnnegi hüljates, dukkhagi hüljates, endise heameele ja pahameele hävitades, ei dukkhas, ei õnnes, [vaid] neutraalse teadvelolu puhtuses, saavutab neljanda džhaana (<i>catutthajjhāna</i>) ja viibib [selles].	Lakkavad rõõm ja hingamine
VORMITA VALLA DŽHAANAD (arūpa-jhāna)	5. Kogu vormitaju ületanud, vastumeelsustaju hül- janud, eristavale tajule tähelepanu pööramata, teadvustades: „Lõputu ruum“, saavutab ruumi lõputu valla (<i>ākāsānañcāyatana</i>) ja viibib [selles].	Lakkab vormitaju
	6. Kogu ruumi lõputu valla ületanud, teadvustades: „Lõputu teadvus“, saavutab teadvuse lõputu valla (<i>viññāṇañcāyatana</i>) ja viibib [selles].	Lakkab ruumi lõputu valla taju
	7. Kogu lõputu teadvuse valla ületanud, teadvusta- des: „Seal ei ole mittemidagi“, saavutab mitte- millegi valla (<i>ākhiñcaññāyatana</i>) ja viibib [selles].	Lakkab teadvuse lõputu valla taju
	8. Kogu mittemillegi valla ületanud, saavutab ei taju ega mittetaju valla (<i>nevasaññānāsaññāyatana</i>) ja viibib [selles].	Lakkab mittemillegi valla taju
	Kogu ei taju ega mittetaju valla ületanud, saavutab teadvuse ja tunde lakkamise (<i>saññāvedayita- nirodha</i> = <i>animitto ceto-samādhī</i>) ja viibib [selles].	Lakkavad taju ja tunded
Allikad: Saṅgīti-sutta DN 33, Rahogata-sutta SN 36.11, Moggallāna Saṃyutta SN 40.1-9, Anupubbanirodha-sutta AN 9.31 jpt		

Rahu arendamine (*samathabhāvanā*) on seotud järgmiste dhammadega:¹³¹

- **Neli vormi džhaanat** (*cattaro rūpajhāna*), mille arendamine on aarija kaheksaosalise tee (*ariya aṭṭhangika magga*) viimase osa ehk õige keskenduse (*sammāsamādhī*) sisuks. **Neli vormita džhaanat** (*cattāro arūpajhāna*) on nelja kõrgema džhaana valla (*āyatanāni*) keskendusobjektid, mis võimaldavad kogeda ülimalt rõõmu ja rahu seisundit.
- **Nelja brahmavihaara** (*cattāro brahmavihāra*) abil arendatakse: sõbralikkust (*mettā*)¹³², kaastunnet (*karuṇā*), kaasrõõmu (*muditā*) ja neutraalsust (*upekkhā*).¹³³
- **Neli teadlikkuse loomist** (*cattaro satipaṭṭhāna*) hõlmab: džhaanas keha vaatlemist (*kāyānupassanā*), tunnete vaatlemist (*vedanānupassana*), teadvuse vaatlemist (*cittānupassana*) ja dhammade vaatlemist (*dhammānupassana*).¹³⁴
- **Neli õiget pingutust** (*cattaro sammappadhāna*) sisaldab: (1) esile kerkimata kurjade ja mitteoskuslike dhammade (meeleseisundite) vältimist, (2) esile kerkinud kurjade mitteoskuslike dhammade hülgamist, (3) esile kerkimata oskuslike dhammade arendamist ja (4) esile kerkinud oskuslike dhammade säilitamist ning analüüsimist, eesmärgiga hüljata oskamatud dhammad ja arendada oskuslikke dhammasid.¹³⁵ „Pingutuse sutta“¹³⁶ kohaselt tähendab õige pingutus (1) meelte ohjastamist ja valvamist, (2) ebameeldivast ja meeldivast loobumist ning mitteoskuslike meeleseisundite hajutamist ja hävitamist, (3) seitsme virgumisosa arendamist ning (4) ebapuhtuse arendamise teel esile kerkinud keskendumärkide säilitamist.

131 "Jaotuste kogu" (Anguttaranikāya, Eka Nipāta) ja "Džhaana grupp" (Jhāna-vagga) AN 1.378-627.

132 Kui ka mõnedes tekstides on *mettā* tõlgitud armastuseks, tuleks seda mõista kui sõbralikkust. Buddha on õpetanud, et mis iganes lein, hala või muu *dukkha* siin maailmas ilmneb, on see tekkinud armastusest ja kellegi kalliks pidamisest, mistõttu *dukkhast* vabastavale virgumisteele sisenenu hülgab armastuse ja vormi kallikspidamise. Visākhā-sutta Ud 8.8.

133 Maghadeva-sutta [Makhādeva-sutta] MN 83, Tevijja-sutta DN 13, Mettāsahagata-sutta SN 46.54, Paṭhamamettā-sutta AN 4.125, Dutiyamettā-sutta AN 4.126, Saṅkhitta-sutta [Saṅkhittadesita/Saṅkhitta-sutta] AN 8.63, Saṅkhadhama-sutta SN 42.8 jpt.

134 Mahāsatipaṭṭhānasutta DN 22 ja Mahāsatipaṭṭhāna-sutta MN 10 jt. Vaata ptk „Õige teadlikkus“.

135 Vaata ptk „õige püüdlus“.

136 Padhāna-sutta AN 4.13.

- **Neli üleloomuliku alust** (*cattaro iddhipāda*): (1) soov kui üleloomuliku alus (*chandaiddhipāda*) on mitteoskuslikust eemaldumise ja oskusliku arendamise teel tekkinud soovipõhine keskendus (*chandasa-mādhī*)¹³⁷ pingutusega, mis juhib moodustunud olemasolu mõistmisele (*chandasa-mādhippadhānasaṅkhārasamannāgata*); (2) energia kui üleloomuliku alus (*viriyaiddhipāda*) on mitteoskuslikust eemaldumise ja oskusliku arendamise teel tekkinud sünergial põhinev energiline keskendus (*viriyasamādhī*) pingutusega, mis juhib moodustunud olemasolu mõistmisele; (3) teadvus kui üleloomuliku alus (*cittaiddhipāda*) on mitteoskuslikust eemaldumise ja oskusliku arendamise teel tekkinud teadvuse keskendus (*cittasamādhī*) pingutusega, mis juhib moodustunud olemasolu mõistmisele; (4) uurimine kui üleloomuliku alus (*vimāṃsāiddhipāda*) on mitteoskuslikust eemaldumise ja oskusliku arendamise teel tekkinud uuriv keskendus (*vīmaṃsāsamādhī*) pingutusega, mis juhib moodustunud olemasolu mõistmisele.¹³⁸
- **Viis võimet** (*pañcindriya*) on loetletud „Teises jaotuste suttas“¹³⁹, milleks on: (1) usuvõime (*saddhindriya*), (2) energiavõime (*viriyindriya*), (3) teadlikkusevõime (*satindriya*), (4) keskendusevõime (*samādhindriya*) ja (5) tarkusevõime (*paññindriya*).
- **Viis jõudu** (*pañca balāni*) on: (1) usujõud (*saddhābala*), (2) energiajõud (*viriyabala*), (3) teadlikkusejõud (*satibala*), (4) keskendusejõud (*samādhibala*) ja (5) tarkusejõud (*paññābala*). Viie jõu kirjeldused ja arendamismeetodid on toodud „Tipitaka“ „Jaotuste kogu“, „Jõu osas“.¹⁴⁰
- **Kuus meelespidamist** (*cha anussati*) hõlmavad: Buddha, dhamma, sangha, kõlbluse, annetamise ja jumalate meelespidamist. Buddha õpetuse kohaselt peavad mungad kuut meelespidamist järjepidevalt treenima, et saavutada kõlblusel põhinev rõõm (*pīti*), keha rahunemine (*kāyo passambhati*), õnnetunne (*sukha*) ja keskendus (*samādhī* = neljas džhaana).¹⁴¹

137 Sõna *chanda* tähendab antud kontekstis oskuslikku soovi arendada keskendust.

138 Viraddha-sutta SN 51.2, Iddhādidesanā-sutta SN 51.19, Buddha-sutta SN 51.8 jt.

139 Dutiyavibhaṅga-sutta SN 48.10; samuti Paṭhamavithhāra-sutta SN 48.15 jt.

140 Paṭhamapaṇṇāsaka, Bala Vagga AN 5.

141 Mahānāma-sutta AN 6.10; Uposatha-sutta AN 3.70, Mahānāma-sutta AN 6.10 jpt.

- **Seitse virgumisosa** (*satta bojjaṅga*) on: (1) teadlikkuse virgumisosa (*satisambojjhaṅga*), (2) dhamma uurimise virgumisosa (*dhamma-vicayasambojjhaṅga*), (3) energia virgumisosa (*vīriyasambojjhaṅga*), (4) rõõmu virgumisosa (*pītisambojjhaṅga*), (5) rahunemise virgumisosa (*passaddhisambojjhaṅga*), (6) keskenduse virgumisosa (*samādhisambojjhaṅga*) ja (7) neutraalsuse virgumisosa (*upekkhā-sambojjhaṅga*).¹⁴² Seitset virgumisosa peab arendama nii, et need juhiks kõlblusesse, toetaks eraldumist, kiretustumist ja lakkamist (*nirodhanissita*).¹⁴³
- **Kaheksa aarija tee osad** (*ariya aṭṭhangika magga*), milleks on: õige vaade, õige mõte, õige kõne, õige tegu, õige eluviis, õige püüdlus, õige teadlikkus ja õige keskendus.¹⁴⁴ Buddha on õpetanud, et nii nagu pole võimalik ehitada majale teist korrust ilma eelnevalt esimest korrust ehitamata, nii on ka *dukkha* peatumine võimatu ilma neljast tõest arusaamiseta (*anubodha*) ning nende läbistava (*paṭivedha*) nägemiseta.¹⁴⁵
- **Kaheksa vabanemist** (*aṭṭha vimokkha*). „Tajualuse analüüsi suttas“¹⁴⁶ õpetab Buddha, et Tathaagata, arahandi, õigesti mõistnu, ületamatu ohjamata mehe vankrijuhi õpetus kulgeb kaheksas suunas (*aṭṭha disā*), milleks on: (1) vormis vormi nägemine (*rūpī rūpāni passati*), (2) sisemise vormita tajuga välimise vormi nägemine (*ajjhattaṃ arūpasaññī bahiddhā rūpāni passati*), (3) kaunis, ülimes vabaduses olemine (*subhanteva adhimutto hoti*), (4) ruumi lõputu valla (*ākāśānañcāyatana*) saavutamine ja selles viibimine, (5) teadvuse lõputu valla (*viññānañcāyatana*) saavutamine ja selles viibimine, (6) mittemillegi valla (*ākiññaññāyatana*) saavutamine ja selles viibimine, (7) ei taju ega mittetaju valla (*nevasaññānāsaññāyatana*) saavutamine ja selles viibimine ning (8) lakkamise saavutamine (*nirodhasamāpatti*) ja selles viibimine.
- **Kaheksa meisterlikkuse alust** (*aṭṭha abhibhāyatana*) on loetletud

142 Sīla-sutta SN 46.3, Kāya-sutta SN 46.2.

143 Acharāsaṅghāta Vagga AN 1.424–430.

144 Vaata „Aarija kaheksaosaline tee“.

145 Kūṭāgāra-sutta SN 56.44 ja Kūṭāgāra-sutta SN 46.7 (detailsem).

146 Saḷāyatanavibhaṅga-sutta MN 137.

„Meisterlikkuse aluse suttas“¹⁴⁷, mis selgitab kaheksat meele arendamise etappi. Kasina meisterlikkuse saavutamiseks arendab munk džhaanas sisemise vormitajuga ja sisemise vormita tajuga nägema väliseid vorme nii piiritletult kui piiritutena. Seejärel arendab ta sisemise vormita tajuga nägema sinist, punast, kollast ja valget värvi nii värvis, selle ilmnemises kui peegelduses.

- **Kümme kasinat** (*dasa kasiṇa*) on neli värvikasinat, milleks on sinine, punane, kollane ja valge kasina, neli elemendikasinat, milleks on maa-, vee-, tule- ja õhukasina, millele lisanduvad veel ruumi- ja teadvusekasina. Kaheksa esimest kasinat on väga tõhusad vormi valla džhaana väljaarendamise objektid ning kaks viimast juhivad vormita valla džhaanasse.¹⁴⁸
- **20 taju** (*visati saññā*). Tajude arendamisel eristatakse väliseid objekte ja mõistelisi objekte. **10 välimist objekti** on: ebapuhtustaju (*asubhasaññā*), valgustaju (*ālokasaññā*), toidu ebameeldivustaju (*āhārepaṭikkulasaññā*) (keskendumine söömisele ja elementidele), kogu maailmast eraldumistaju (*sabbalokeanabhiratasaññā*), püsitustaju (*aniccasaññā*) (keskendumine mööduvusele, püsitusele), püsituse kannatustaju (*aniccedukkhasaññā*), kannatuse minatustaju (*dukkheanattasaññā*), loobumistaju (*pahāṇasaññā*), kiretustaju (*virāgasaññā*) ja lakkamistaju (*nirodhasaññā*). **10 mõistelist objekti** on: püsitustaju (*aniccasaññā*) (keskendumine sõltuvuslikule tekkele ja kadumisele), minatustaju (*anattasaññā*), surmataju (*maraṇasaññā*), toidu ebameeldivustaju (*āhārepaṭikkulasaññā*) (keskendumine toidu olemusele), kogu maailmast eraldumise olemusele, skeletitaju (*aṭṭhikasaññā*), ussitava laiba taju (*puḷavakasaññā*), lillalaigulise laiba taju (*vinīlakasaññā*) aukliku laiba taju (*vicchiddakasaññā*) ja ülestursunud laiba taju (*uddhumātakasaññā*).¹⁴⁹

Ebapuhtustaju saavutatakse ebapuhtuse arendamise (*asubha*

147 Abhibhāyatana-sutta AN 8.65; sama Accharāsaṅghāta [Apara accharāsaṅghāta] AN 1.439–446, Mahāsakuludāyi-sutta MN 77, Mahāparinibbāna-sutta DN 16 jt.

148 Accharāsaṅghāta [Apara accharāsaṅghāta] AN 1.455–464, Kasiṇa-sutta AN 10.25, Mahāsakuludāyi-sutta MN 77. Kasinate harjutamise protsessi detailse kirjelduse toovad ära „Vimuttimagga“ ja „Visuddhimagga“.

149 Jhāna vagga AN 1.378–627.

bhāvanā) kaudu, mida teostatakse 31 kehaosale keskendumise teel.¹⁵⁰ Mateeriaga (keha, toit jms) seotud õige taju arendamise teostust toetab **nelja elemendi analüüs** (*catudhātuvavatthāna*), mis aitab mõista ja õppida nägema kogu olemasoleva mateeria tõelist olemust nii, nagu see tõeliselt on. **Valgustaju** arendatakse valguskasina (*ālokakasiṇa*) abil. Valguskasina mandalaks võib võtta valgusjoa, mis langeb seinas olevast avast või aknast põrandale. **Toidu ebameeldivustaju** arendamisel vaadeldakse toitu ja selle kehas liikumist alates toidu ilaga segunemisest suus kuni roojana väljutamiseni päarakust, mis läbi tekib õige arusaam nii toidu kui söömise tõelisest olemusest.¹⁵¹ **Kogu maailmast eraldumistaju** arendamisel treenib munk nii välistesse objektidesse kui ka meelega moodustistesse (vaated, seisukohad jne) klammerdumise hülgamise teel maailmast loobumist. Kogedes viie kogumiku vaatlusel muret (*aṭṭiyati*), häbi (*harāyati*) ja tülgaust (*jigucchati*), arendab bhikkhu välja **kõikide moodustiste püstitustaju**, mis juurib välja ennasttäis „mina olen”.¹⁵² Nähes viie kogumiku püstitust ja selle ilmumist, esinemist, vananemist ja kadumist ning sellega kaasnevat *dukkhat*, hakkab bhikkhu arendama **ohtlikkustaju** (*ādīnavasaññā*).¹⁵³ **Püstitustaju** väljaarendamiseks vaatab bhikkhu esmalt sõltuvuslikku tekkimist ja seejärel sõltuvusliku lakkamist.¹⁵⁴ **Püsituse kannatustaju** väljaarendamiseks keskendub bhikkhu faktile, et nii vormi, tunde, taju, moodustiste kui ka teadvuse klammerdumiskogumikud on moodustunud, muutuvad, lakkavad ja kaduvad. Püstitustaju arendatakse välja koos **kannatuse minatustajuga** (*dukkhe-anatta-saññā*).¹⁵⁵ **Kiretustaju** arendamiseks mõtlustab bhikkhu: „See on rahu, see on ülim: kõikide moodustiste rahu, kogu omamisest lahtilaskmine, iha lõppemine, kiretus, vaibumine.”¹⁵⁶ **Surmataju** loomiseks harjutab bhikkhu viit järjepidevat ülevaatlust (*pañca abhiṇha-paccavekkhaṇa*): (1) ma vananen, (2) ma haigestun,

150 Girimānanda-sutta AN 10.60.

151 Mainitud vanimas Anguttara Nikāya tajude (*saññā*) loendis ilma spetsiifilise vormelita.

152 „*aniccasaññā bhāvetabbā asmimānasamugghātāya*.” – Meghiya-sutta Ud 4.1, Sambodhi-sutta AN 9.1 jt.

153 Girimānanda-sutta AN 10.60.

154 Paccaya-sutta SN 12.2, Upanisa-sutta SN 12.23, Mahānidāna-sutta DN 15.

155 Girimānanda-sutta AN 10.60.

156 „*etaṃ santaṃ etaṃ paṇitaṃ yadidaṃ sabbasaṅkhārasamatho sabbūpadhippaṭinissaggo taṇhākkhaya virāgo nibbānaṃ’ti*.” – Girimānanda-sutta AN 10.60.

(3) ma suren, (4) ma pean lahkuma kõigist/kõigest keda/mida pean kalliks ja armsaks, (5) ma olen oma tegude omaja, pärija; teod on mu ainsad sugulased ja tõeline kaitse. Surma pidev meenutamine aitab arendada välja pideva teadlikkuse keha püsitusest ja ajutisusest ning näha olendeid vahetult, nii nagu need tõeliselt on: tekkivad, esinevad ja lakkavad, lõplikku rahulolu mittesisaldavad, minatud klammerdumise kogumikud.¹⁵⁷ **Skeletitaju** väljaarendamiseks vaadeldakse skeletti kas luude kaupa, ühenduste kaupa või kogumike kaupa. **Ussitava laiba taju, lillalaigulise laiba taju, aukliku laiba taju** ja **ülestursunud laiba taju** väljaarendamiseks vaatleb bhikkhu ussitavat, lillalaigulist, auklikku ja ülestursunud laipa ning arendab välja sellekohase taju. Ta mõistab, et ka selle (tema enda) keha, kui ka kõikide olendite kehade saatus on samasugune. Õigel viisil vastava taju väljaarendamise tulemusel lakkab kirk keha vastu.¹⁵⁸

Igale iseloomutüübile (*karaṇīya*, hilisemates kommentaariumites *carita*) on sobilikud erinevad keskendusobjektid. Kuus iseloomutüüpi on:

- | | |
|---------------------|--|
| 1. kirklik | (<i>rāgacarita</i>), |
| 2. vihane | (<i>dosacarita</i>), |
| 3. pettekujutlusega | (<i>mohacarita</i>), |
| 4. usklik | (<i>saddhācarita</i>), |
| 5. mõistuslik | (<i>buddhicarita</i>), |
| 6. mõtisklev | (<i>vitakkacarita</i>). ¹⁵⁹ |

Kommentaariumitest pärinevad kuue iseloomutüübi lühikirjeldused ja neile sobivad keskendusobjektid on toodud järgnevas tabelis.¹⁶⁰

157 Alabbhanīyaṭhāna-sutta AN 5.48, [Mallikā Kālakata] Kosala-sutta AN 5.49. 16.

158 Mahāsatipaṭṭhāna-sutta DN 22.

159 „*jānāti bhagavā ayaṃ puggalo rāgacarito ayaṃ dosacarito ayaṃ mohacarito, ayaṃ vitakkacarito ayaṃ saddhācarito ayaṃ ñāṇacaritoti.*” – Ndd.i.359. Sāriputtasuttaniddesa, Mnd. Samasugust klassifikatsiooni kasutas õpetuste andmisel nii Auväärne Sāriputta Thera kui ka Buddha ise; Ndd.a.I.1-2.; Vism.II.86 jj.

160 Tabelis toodu on iseloomutüüpide kokkuvõte, mille koostamise aluseks on Mahāniddesa, Cūlaniddesa, Ndd.i.359; Visuddhimagga II.86; III.74 jj; ja Mehm Tin Mon, The Essence of Buddha Abhidhamma. Yangon: Mya Mon Yadanar Publication, 1995, lk 375.

KUUELE ISELOOMUTÜÜBILE SOBIVAD KESKENDUSE OBJEKTID (cha carita - kammaṭṭhāna)

1. Kirglik (rāgacarita)	Mitteoskuslik käitumine. Iseloomustavad kavalus, petlikkus, uhkus, pahatahtlikkus, enese tähtsustamine, rahulolematuse, keigarlus, edevus ja auahnus. Armastab luksust ja andub ilma häbita naudingutele.	● Erineva lagunemisastmega laipadega ning skeletiga seotud tajude arendamine ● Keha teadvustamine Neil keskendusobjektidel on omadus vähendada kirge kuni selle lõpliku lakkamiseni.
2. Vihane (dosacarita)	Mitteoskuslik käitumine. Iseloomustavad viha, vaenu-likkus ja vimm, pettumus, kättemaksu- ja domineerimisiha, kangekaelsus, kadedus, teiste laimamine, salakavalus ja ahnus. Vihastub kiiresti isegi tühiste asjade peale. On eba- viisaka käitumisega ja reageerib ebameeldivatele objektidele, maitsetele või helidele äkiliselt või vägivaldselt.	● 4 brahmavihaarat: sõbralikkus, kaastunne, kaasrõõm ja neutraalsus. ● 4 värvikasinat: sinine, kollane, punane, valge Kuna need keskendusobjektid on puhtad ja rahulikud, valmistavad need heameelt ja rõõmu.
3. Pette- kujutlustega (mohacarita)	Mitteoskuslik käitumine. Iseloomustavad rahutus, ärevus, kahtlus ja spekulatiivsed mõtted, segased ja valed vaated, ebarealistlik enesehinnang, laiskus, teiste arvamuste järgimine, samuti hea ja õige ning halva ja vale mitteeristamine.	● Hingamise teadvustamine Kuna hingamise teadvustamisel toimub rütmiline sisse- ja väljahingamine, aitab see meelt kontrollida ja rahustada.

4. Usklik (<i>saddhācarita</i>)	Oskuslik käitumine. Iseloomustavad usalduslik usk, suuremeelsus, heldus, soov näha aarijat ja kuulda õiget dhammat, suur rõõm, innukus, avatus, ausus ja pühendumine. Austab vagalt kolme kalliskivi (Buddha, dhamma, sangha).	● Buddha meelepidamine ● Dhamma meelepidamine ● Sangha meelepidamine ● Kõlbluse meelepidamine ● Annetamise meelepidamine ● Jumalate meelepidamine Need objektid jõustavad virgumist ja toetavat usaldust
5. Mõistuslik (<i>buddhicarita</i>)	Oskuslik käitumine. Iseloomustavad valmidus rääkida heade sõprade omamisest ja selle olulisusest, sobilikust toitumisest, tähelepanelikkusest ja täielikust teadlikkusest, ärksusele pühendumisest, asjadest, mis innustavad oskuslikule tegutsemisele ja targalt suunatud püüdlusest. Tugineb faktidele ega usu midagi pimesi. Vaba vihkamisest, vihase tüübi vastand.	● Oma surma teadvustamine ● Nibaana teadvustamine ● Toidu ebameeldivustaju arendamine ● Nelja elemendi analüüs Need keskendusobjektid arendavad mõistmist olemasolu tõelisest olemusest ja juhivad sügava taipamiseni.
6. Mõtisklev (<i>vitakkacarita</i>)	Mitteoskuslik käitumine. Iseloomustavad lobisemishimu, filosoferimine, spekulatsioon, ettevõetud asjade mittelõpetamine, öine suitsetamine ja päevane põlemine ning mentaalne kõikumine. Mõtiskleb palju ja mõtleb pidevalt ümber, mistõttu sageli ei lõpeta ettevõetud asju.	● Hingamise teadvustamine Hingamise teadvustamisel toimub rütmilise sisse- ja väljahingamise teadvustamine, mis aitab meelel keskenduda ja loomulikult meel rahuneda.
Kõikidele iseloomutüüpidele (<i>sabbacarita</i>) sobivad 6 kasinat, milleks on maa-, vee-, tule-, õhu-, valguse- ja ruumikasina ning 4 vormitut brahmavihaarat.		

Mahāniddeśa, Cūlaniddeśa, Nidd.i.359; Visuddhimagga II.86; III.74 jj; Mehm Tin Mon, The Essence of Buddha Abhidhamma. Yangon: Mya Mon Yadanar Publication, 1995, lk 375.

Rahu arendamine (*samatha bhāvanā*) kuulus juba Vana-India joogide praktikasse ja ka Buddha saavutas *samatha* arendamise abil kõrgeima, neljanda taseme vormita džhaana, milleks on ei teadvuse ega mitte-teadvuse tasand (*nevasaññānāsaññāyatanabhūmi*). Ta mõistis, et saavutatud seisund võimaldab küll õnnelikku ja rahuküllast elu selles ja ka järgmises olemasolus, kuid ei vabasta lõplikult kannatustest ega uutest sündidest. Ühel päeval meenus talle lapsepõlves roosõunapuu all loomulikult moel saavutatud iseeneslik džhaana. Meenutusest innustatuna võttis Gotama selle kogemuse keskendumise aluseks, avastas läbinägemise (*vipassanā*), saavutas **läbinägemisteadmise** (*vipassanāñāṇa*) ja **tulvade lakkamise teadmise** (*āsavakkhayañāṇa*) ning virgus – temast sai Buddha ehk Mõistnu.¹⁶¹

101 RAHU ARENDAMISE OBJEKTI (*samathabhāvanā kammaṭṭhāna*)

- | | |
|--------------------------|-----------------------------------|
| ● 4 džhaanat | (<i>jhāna</i>) |
| ● 4 brahmavihaarat | (<i>brahmavīhāra</i>) |
| ● 4 teadlikkuse loomist | (<i>satipaṭṭhāna</i>) |
| ● 4 õiget pingutust | (<i>sammappadhāna</i>) |
| ● 4 üleloomuliku alust | (<i>iddhipāda</i>) |
| ● 5 võimet | (<i>indriya</i>) |
| ● 5 jõudu | (<i>bala</i>) |
| ● 6 meelespidamist | (<i>anussati</i>) |
| ● 7 virgumisosa | (<i>bojjhaṅga</i>) |
| ● 8 aarija tee osa | (<i>ariya aṭṭhangika magga</i>) |
| ● 8 vabanemist | (<i>vimokkha</i>) |
| ● 8 meisterlikkuse alust | (<i>abhibhāyatana</i>) |
| ● 10 kasinat | (<i>kaṣiṇa</i>) |
| ● 20 taju | (<i>saññā</i>) |

Allikas: Jaotuste kogu (Anguttaranikāya, Eka Nipāta),
Džhaana grupp (Jhāna-vagga) AN 1.378-627

161 Mahāsaccaka-sutta MN 36.

Läbinägemise arendamine (*vipassanā bhāvanā*) [vi „erineval moel“, „läbi“, „sisse“ + *passati* „nägema“, „vaatama“] tähendab meelelisese hinnanguvaba vaatlusega kaasnevat kõigi meeleliste ja kehaliste nähtuste tõelise olemuse läbinägemist ja sellel sisekaemusel põhineva kaheksa teadmise (*aṭṭhañāṇa*) saavutamist. Läbinägemise arendamist õpetas Buddha järgmiselt:

„Kui tema keskendunud teadvus on puhastunud, säravvalge, rüvetu, vaba pealisplekkidest, nõtkes, tegus, vankumatu ja häirimatu, suunab ja kallutab ta teadvuse üleloomulike võimete poole. Ta mõistab: „See on minu keha, vorm, neljast suurest elemendist koosnev, emast-isast sündinud, riisikõrdist ülesehitatud, püsitu, kustuv, kahjustuv, lahustuv ja lagunev dhamma. Ja see on minu teadvus, mis seda keha toetab ja on sellega seotud.“¹⁶²

Läbinägemise arendamiseks vajalik puhastunud, säravvalge, rüvetu, takistustest ning pealisplekkidest vaba, ärgas, vankumatult keskendunud ja häirimatu teadvus saavutatakse rahu arendamise teel.

Rahu ja läbinägemise arendamise eesmärgid ja meetodid on erinevad. Rahu arendamise eesmärgiks on viie takistuse (*pañca nīvaraṇā*) ületamise järel džhaana saavutamine ning sügava keskenduse, rahu ja kiretuse loomine, mis eeldab keskendumist ühele kindlale objektile. Läbinägemise arendamise põhimõtteks on vaadelda ja teadvustada sügavas keskendusseisundis (*samādhi* = *jhāna*) erinevaid materiaal-seid ja mentaalseid nähtuseid (*dhamma*) kolme olemasolu tunnuse (*tilakkhaṇa*) kaudu.¹⁶³ Viiest takistustest vaba keskendunud meel on võimeline märkama kõiki peamisi protsesse ja tekkivaid objekte, mis läbi paljastub nende tõeline olemus (*yathābhūta*).

Hilisema päritoluga „Analüütiline tee“ sisaldab põhjalikku läbinägemise arendamise dhammade loetelu. Tekstis on (ilmselt Sāriputta Thera poolt) loetletud 73 ja 201 läbinägemise arendamise dhammat.

162 „so evaṃ samāhite citte parisuddhe pariyodāte anaṅgaṇe vigatūpakkilese mudubhūte kammaniye ṭhite āneñjappatte ñāṇadassanāya cittam abhinīharati abhininnāmeti. so evaṃ pajānāti: ‘ayaṃ kho me kāyo rūpīcātumahābhūtikomātāpettikasambhavo odanakummāsūpacayo anicc-ucchādana-parimaddana-bhedana-viddhamṣana-dhammo; idaṅca pana me viññāṇaṃ ettha sitaṃ ettha paṭibaddhaṇ’ti.” – Sāmaññaphala-sutta DN 2.

163 Samādhi-sutta SN 22.5.

73 LÄBINÄGEMISE ARENDAMISE DHAMMAT (vipassanābhāvanā)

- | | |
|---|--------------------|
| ● Viis kogumikku | (khandhā) |
| ● Kaksteist tajualust | (āyatana) |
| ● Kaheksateist elementi | (dhāthu) |
| ● Kakskümmend kaks võimet | (indrya) |
| ● Neli aarija tõde | (ariya sacca) |
| ● Kaksteist sõltuvusliku tekkimise lüli | (paṭiccasamuppāda) |

Allikas: Paṭisambhidāmagga, Āṇakathā, 1.1 jj

Läbinägemise arendamise objekte (*vipassanābhāvanā kammaṭṭhāna*)¹⁶⁴ tuleb tundma õppida kogemuspõhiselt, läbistava põhjalikkusega (*abhiññeyyo*). Kõiki läbinägemisobjekte vaadeldakse läbinägemise arendamisel korduvalt kolmel moel, milleks on:

1. objekti **püsituse** vaatlev teadvustamine (*aniccānupassanā*);
2. objekti **rahuldamatuse** ehk kannatusi põhjustava olemuse vaatlev teadvustamine (*dukkhānupassanā*);
3. objekti **minatuse** ehk omaolemuse puudumise vaatlev teadvustamine (*anattānupassanā*).

Läbinägemise arendamist alustatakse viie klammerdumise kogumiku vaatlemise ja teadvustamisega kolme olemasolu tunnuse (*anicca, dukkha, anattā*) kaudu. Keha ja meelega seotud aspektide teadvustamisel ja vaatlemisel jõutakse sügava mõistmiseni, et on olemas tunde, taju, moodustiste, teadvuse ja elementide grupid, mis kokku moodustavad nn „isiku“, „isiksuse“ või „inimese“, kuid neis ei ole midagi, mille kohta võiks öelda, et „see on minu“ (*etaṃ mama*), „see olen mina“ (*esoham asmi*) või „see on mina ise“ (*eso me attā*).¹⁶⁵ Sel moel nähakse nende

164 Paṭisambhidāmagga, Āṇakathā, Sutamayañāṇaniddesa osas on loetletud kokku 201 meisterlikult määratletud teadmist (*sammasanañāṇa*), mis kõik on läbinägemise arendamise objektideks. Toodud 73 objekti loendi allikaks on Paṭisambhidāmagga, Āṇakathā, 1.1, mis on Tai budismis tuntud ka kui „läbinägemistasandid“ (*vipassanābhūmi*).

165 Anattalakkhaṇa-sutta SN 22.59.

objektide tõelisest loomusest läbi ja jõutakse järjest süveneva mõistmiseni, et olemasolu on minatu ehk tühi (*suññata*).¹⁶⁶ Seejärel jätkatakse eelkirjeldatud viisil ka kõikide ülejäänud läbinägemise arendamise objektide vaatlemist ja teadvustamist, mis läbi saavutatakse järk-järgult vormi ja teadvusega seotud läbinägemisteadmine (*vipassanāñāṇa*) ning nibaana ehk lõplik vaibumine (*nibbāna*).

Meele puhastamine läbinägemise arendamise abil toimub järk-järguliselt ja selle eesmärk on saavutada seitse puhtust, millest iga järgmine toetub eelmisele. „Kaarikujuhi sutta“ kohaselt on **seitse puhtust** (*satta visuddhi*) järgmised:¹⁶⁷

1. kõlbeline puhtus (*sīlavisuddhi*),
2. teadvuse puhtus (*cittavisuddhi*),
3. vaate puhtus (*ditṭhivisuddhi*),
4. kahtluste ületamise puhtus (*kankhāvitaraṇavisuddhi*),
5. tee ja mitte-tee teadmise ja nägemise puhtus (*maggāmaggañāṇa dassanavisuddhi*),
6. tee teostamise teadmise ja nägemise puhtus (*paṭipadāñāṇadassanavisuddhi*),
7. teadmise ja nägemise puhtus (*ñāṇadassanavisuddhi*).

Virgumiseks on vaja arendada mõlemat – nii rahu kui läbinägemist¹⁶⁸, mistõttu on eelloetletud keskendusobjektide abil meele järjepidev harjutamine munkadele ja nunnadele kohustuslik.¹⁶⁹ Buddha õpetas:

*„Ei ole džhaanat tarkuseta ega tarkust ilma džhaanata;
kel on džhaana ja tarkus, see on tõepoolest nibaana lähedal.“*¹⁷⁰

166 Kui Ānanda küsis Buddhalt, mida tähendab väide, et maailm on tühi (*suñño loko*), selgitas Buddha, et see tähendab, et maailm on tühi minast (*atta*), mille moodustavad viis klammerdumise kogumikku; vt Suññataloka-sutta SN 35.85. Samuti tähendab *suññata* minast vabanenud meeleseisundit. Uuemas mahajaana filosoofias on hakatud tühjust seostama sõltuvusliku tekkimisega.

167 Rathavināta-sutta MN 24.

168 Dasuttara-sutta DN 34.

169 Mahāsaṅgāyatanika-sutta MN 149 jt.

170 *“natthi jhanaj apabbassa pabba natthi ajhayato;
yamhi jhanaj ca pabba ca sa ve nibbanasantike”* – Dhṛp 372.

Kui ilmikul tekib küsimus, millist meelearendamise süsteemi järgida, on kõige parem pöörduda nõu ja juhenduse saamiseks mõne õiget õpetust järgiva ja keskendussaavutusi omava vanema munga (*thera*) poole.¹⁷¹

MEELE ARENDAMISE EESMÄRGID JA VABANEMISE TEED			
Termin	Tõlge	Eesmärk ja selgitus	Tulemus
<i>samatha bhāvanā</i>	Rahu arendamine	Rahulikkus – saavutatakse objektile keskendumise teel nelja/kaheksa järjest süveneva džhaana kaudu	Teadvuse vabanemine (<i>cetovimutti</i>)
<i>vipassanā bhāvanā</i>	Läbinägemise arendamine	Teadmised – saavutatakse džhaanas objekti (klammerdumiskogumike) teadvustamise ja vaatlemise teel kolme olemasolu omaduse kaudu	Tarkuse vabanemine (<i>paññāvimutti</i>)
Allikas: Migasālā-sutta AN 10.75			

AARIJA

Buddhale eelnenud ajastul nimetati aarjalasteks indoeuroopa keeli kõnelevaid hõime, kes vallutasid 2. ja 1. aastatuhandel e.m.a Põhja-India. Buddha kasutas aga sõna *ariya* teises tähenduses, kirjeldamaks nelja aarija isikut (*ariyapuggala*), kes vastavad kõrgeimale ideaalile, milleni jõutakse nelja aarija tõe ja aarija kaheksaosalise tee teostamise kaudu ja mille saavutamine ongi tema õpetuse lõppeesmärk. Ka Buddha nimetas end aarijaks.

„Dhammaratta pöörlemapanemise suttas“¹⁷² jaotab Buddha inimesed kahte kategooriasse: (1) virgumise teele asunud aarijad (*ariya*) ning

171 Vt Aegna Meelearenduskeskus: www.sangha.ee.

172 Dhammacakkappavattana-sutta SN 56.11

(2) tavainimesed (*puthujjana*) ehk mitteaarijad (*anariya*), kes moodustavad ihast, mitteteadmised, valedest vaadetest, ahnusest, vihast ja pettekujutlustest juhitud rahvamassi. Tavainimese puhul on ülekaalus see, millest tuleb virgumise saavutamiseks vabaneda.¹⁷³ Need kaks inimtüüpi pole teineteisest eraldiseisvad. Igaüks, kes õpib ja järgib aarija virgumisõpetust ja kõlblust ning arendab õiget keskendust, võib oma meelt järk-järgult puhastades jõuda inimarengu kõrgeima astme ehk aarija tee kulminatsioonini – temast saab arahant. Sellist inimest iseloomustab kõikide meelt hägustavate tulvade lakkamine, ülima tarkuse ning tee (*magga*) ja vilja (*phala*) saavutamine, kõikidest kannatustest täielik vabanemine, lõplik virgumine ning vaibumine.

Buddha õpetatud virgumisteed järgides vabanetakse järk-järgult olen-deid olemasolurattasse siduvast **kümnest köidikut** (*dasa saṃyojana*)¹⁷⁴, millest viis esimest on madalamad köidikud (*orambhāgiyāni*) ja viis viimast kõrgemad köidikud (*uddhambhāgiyāni*).

1. **Kehapõhise vaate** (*sakkāyadiṭṭhi*) puhul peetakse keha (*kāya*) ja keerukat psühhofüüsiliste nähtuste kogumit isikuks, olendiks või iseendaks või usutakse, et viie klammerdumise kogumiku sees või taga on olemas hävimatu hing, aatman, mina vms. Selline jämedakoeline vaade esindab teadmatust ja/või tahtmatust näha inimest viie klammerdumise kogumikuna ning põhjustab isekust, mis on peamine vastuolude allikas.
2. **Kahtlus** (*vicikicchā*) on usaldamatus Buddha, dhamma ja sangha või teostuse ja sõltuvusliku tekke õpetuse suhtes.

173 Buddha jaotas tavainimesed kaheks: (1) **mitteõppinud tavainimesed** (*assutavā puthajjana*), kel puuduvad teadmised dhammast; kes arvavad, et nähtused on püsivad; kel on sügavalt juurdunud mina-põhine mõtlemine; kes on kiindunud meeldivatesse tunnetesse ja kes näevad kannatuses õnne; ning (2) **õppinud tavainimesed** (*sutavā puthajjana*), kes on õppinud dhammat; hakanud asju ja nähtuseid nägema püsitutena ning kel on mõningased teadmised reaalsusest, nii nagu see tõeliselt on. Vaata Pātāla-sutta SN 36.4, Bandhana-sutta SN 22.117, Paṭhamaanāthapiṇḍika-sutta SN 55.26, Bhaya-sutta AN 3.62, Puppha-sutta SN 22.94 jt.

174 Eristatakse ka **kolme esimest köidikut** (*tīṇi saṃyojanāni*), mis lakkavad esimestena ja **seitset viimast köidikut** (*satta saṃyojanāni*), mis lakkavad vastavalt tulvade aluseks olevate plekkide lõppemisega; Nett 14. Esineb ka teisi *saṃyojana* klassifikatsioone, kuid toodud kümnene loend on neist tuntuim. Siintoodud jaotuse allikaks on Saṃyojana-sutta AN 10.13. Tabelis toodud tulvade ja köidikute vahelise seose kohta vaata ka Piya Tan (tr). (2006). Sabbāsava-sutta (The Discourse on All the Influxes), <http://dharmafarer.org/wordpress/wp-content/uploads/2010/02/30.3-Sabbasava-S-m2-piya.pdf>.

3. **Kõlblusrituaalidesse kinnijäämine** (*sīlabbataparāmāsā*) põhineb ekslikul uskumusel, mille kohaselt rituaalid ja tseremooniad on piisavad meelega puhastamiseks. Riituste, rituaalide, mantrate jms maagilisse mõjusse uskumine viib teostaja valesse vaatesse ja väärasse dhamma teostusse (nt mantrate kordamine plekkide eemaldamiseks), äärmustesse (nt askeesi), vägivaldse käitumiseni (nt elusolendi tapmine ohverduseks) vms.
4. **Naudingukirg** (*kāmarāga*) ilmneb kiindumuses naudinguobjektidesse, milleks võib olla kas nähtav objekt, heli, lõhn, maitse, aineobjekt või meeleobjekt.

Kuritahtlikkus ja vastumeelsus (*vyāpāda, paṭigha*) ning sellega seotud vastandumine võib avalduda nii vihkamises, sallimatuses, kuritahtlikus kavatsuses kui ka vägivaldses käitumises.
5. **Vormikirg** (*rūparāga*) on vormi vallaga seotud kirg, mis võib väljenduda kas kiindumuses vormi džhaanasse (*rūpajhāna*), kus meeles kerkivad esile ennekogematu rõõm, õndsus ja rahu, või soovis sündida vormi tasandil (*rūpabhūmi*).
6. **Vormitusekirg** (*arūparāga*) on vormita vallaga seotud kirg, mis võib väljenduda kas kiindumuses vormita džhaanasse (*arūpajhāna*) või soovis sündida vormita tasandil (*arūpabhūmi*).
7. **Uhkus** (*māna*) esineb inimesel, kes näeb ennast teistega võrreldes parema, väärtuslikuma, targema või olulisemana.
8. **Rahutus** (*uddhacca*) sisaldab meelega häiritust või erutatust.
9. **Mitteteadmine** (*avijjā*) tähendab teadmiste puudumist olemasolu tõelisest olemusest, neljast aarija tõest ning sõltuvuslikust tekkimisest.

Buddha õpetatud aarija tee (*ariyamagga*) kätkeb endas **nelja aarija isiku** (*cattāro ariya puggala*) järjestikust väljakujunemist,¹⁷⁵ kelleks on: (1) voo-
guastunu (*sotāpanna*), (2) ükskordnaasja (*sakadāgāmi*), (3) mittenaasja (*anāgāmi*) ja (4) arahant (*arahant*).¹⁷⁶

175 Arahanta-sutta SN 1.25; Bhikkhu-sutta SN 51.7; Mehm Tin Mon, The Essence of Buddha Abhidhamma, Yangon: Mya Mon Yadanar Publication, 1995, lk 425–431.

176 Paṭhamabrahmacariya-sutta (1) SN 45.39; Saṅgīti-sutta DN 33; Dasuttara-sutta DN 34 jt.

KÜMME KÖIDIKUT (*dasa saṃyojana*)

Jaotus	Köidik	Köidikute seos tulvadega
5 madalamat köidikut (<i>orambhāgiya-saṃyojana</i>)	Kehapõhine vaade (<i>sakkāyadiṭṭhi</i>)	Vaadetulv (<i>diṭṭhāsava</i>)
	Kahtlus (<i>vicikicchā</i>)	
	Kõlblusrituaalidesse kinnijäämine (<i>sīlabbataparāmāsā</i>)	
	Naudingukirg (<i>kāmarāga</i>)	Naudingutulv (<i>kāmāsava</i>)
	Kuritahtlikkus, vastumeelsus (<i>vyāpāda, paṭigha</i>)	
5 kõrgemat köidikut (<i>uddhambhāgiya-saṃyojana</i>)	Vormikirg (<i>rūparāga</i>)	Olemasolutulv (<i>bhavāsava</i>)
	Vormitusekirg (<i>arūparāga</i>)	
	Uhkus (<i>māna</i>)	Mitteteadmisetulv (<i>avijjāsava</i>)
	Rahutus (<i>uddhacca</i>)	
	Mitteteadmine (<i>avijjā</i>)	

Köidikute loetelu allikas: Saṃyojana-sutta AN 10.13

Tabelis toodud köidikute tinglik seos tulvadega on suttade põhjal tuletatud. Näiteks, kuna Buddha õpetuse kohaselt on inimeste omavahelise võitlemise ja sõdimise põhjuseks nauding („...*kāmahetu kāmānīdānaṃ kāmādhikaraṇaṃ kāmānameva hetu...*” – MN 13) on tabelis kuritahtlikkuse köidik seotud naudingutulvaga, mis aga ei välista, et kuritahtlikkuse köidiku tekitajaks võib olla ka muu tulv.

Vt ka Piya Tan (tr), (2006), Sabbāsava-sutta (The Discourse on All the Influxes)

Vooguastunuks (*sotāpanna*) saab vaid see, kellel on viis võimet (*pañcindriyāni*), milleks on (1) usk (*saddhā*), (2) energia (*virīya*), (3) teadlikkus (*sati*), (4) keskendus (*samādhi*) ja (5) (džhaanapõhine) tarkus (*pañña*).¹⁷⁷ Tal on kõlbeline käitumine, õige keskendus ning õige vaade. Ta pole enam tavainimene (*puṭhujjana*), vaid aarija, kes on vabanenud kolmest köidikust (*saṃyojana*), milleks on kehapõhine vaade (*sakkāyadiṭṭhi*), kahtlus (*vicikicchā*) ja vale vaade, mille järgi saab meelt rituaalide või tseremooniate või mantrate abil puhastada (*sīlabbata-parāmāsa*). Vooguastunu usub vankumatult Buddhasse, dhammasse ja sanghasse, peab kinni viiest kõlblusjuhisest (*pañcasīla*) ja hoidub kümnest mitteoskuslikust teguviisist (*akusalakammāpatha*).¹⁷⁸ Ta on seotud õige dhammaga (*saddhammanīyat*), ei ole võimeline tagasi langema, kogeb veel kannatusi vaid piiratud aja jooksul, omab jagamatuid teadmisi (*asādhāraṇa ñāṇa*) ja näeb selgelt põhjuseid ning põhjustest tekkivaid dhammasid ehk mõistab olemasolu sõltuvusliku tekkimise kaudu.¹⁷⁹ Vooguastunu ei sünni enam kunagi uuesti Apaajas ehk õnnetus ja kannatusterohkes olemasolu vallas ega ole võimeline langema tagasi tavainimese tasemele. Vooguastunu sünnib inimeste maailmas või taevases vallas mitte rohkem kui seitse korda.¹⁸⁰

Ükskordnaasja (*sakadāgāmi*) naaseb olemasollu kas inimeste maailmas või deevade vallas, kus temast saab arahant ning ta saavutab igavese nibaana. Vooguastunuga võrreldes on ükskordnaasjas vähem kirge (*rāga*), ahnust (*lobha*), pahatahtlikkust, viha (*dosa*) ja pettekujutlusi (*moha*) ning tema puhul on oluliselt nõrgenenud neljas ja viies köidik, milleks on naudingukirg (*kāmarāga*) ning kuritahtlikkus ja vastumeelsus (*vyāpāda, paṭigha*).

Mittenaasja (*anāgāmi*) on täielikult vabanenud esimesest viiest madalast köidikust. Ta ei naase enam kunagi naudinguvalda, vaid sünnib Puhtasse Elupaika (*suddhāvāsa*) ehk Brahma valda, saab seal arahandiks ning vaibub.

177 Kitāgiri-sutta MN 70.

178 Sandaka-sutta MN 76.

179 Ānisaṃsa-sutta AN 6.97. Vaata ka ptk „Sõltuvuslik tekkimine”.

180 Saupādisesa-sutta AN 9.12.

Arahant (eesti ja paali keeles sama hääldus ja kirjpilt)¹⁸¹ on isik, kes on Buddha õpetatud aarijateed (*ariyamagga*) ehk arahandi teed (*arahattamagga*)¹⁸² järgides vabanenud täielikult ja lõplikult kõikidest köidikutest (*vivattayi saṃyojana*) ning tulvadest (*āsavānaṃkhaṃyā; khīṇāsavo antimadehadhārī*).¹⁸³ Arahandi kõlblus, keskendus ja tarkus on saavutanud täiuse. Ta ei käitu viisil, mis põhjustaks uut sündi, kuna kõik tingimused selleks on lakanud.

Buddha oli esimene arahant ja kõik järgnevad arahandid on *buddhānubuddhā* – st need, kes on saavutanud mõistmise pärast täielikult õigesti mõistnud Buddhat (*sammāsambuddha*).¹⁸⁴

Kui Aarija järgija saab arahandiks, siis iha lakkab, misjärel viis kogumikku on küll aktiivsed, kuid esinevad ilma klammerdumiseta.¹⁸⁵ Virgunu kogeb kuni kogumike lakkamiseni ehk keha surmani nii ebameeldivaid kui ka meeldivaid tundeid, sest viis võimet (*pañcendriyāni*) on endiselt aktiivsed, kuid need tunded, nagu ka kõik muu, ei tekita arahandis enam ei iha, vastumeelsust ega klammerdumist.¹⁸⁶

181 Arahant tähendused: (1) *ārakā* [an eitav eesliide; raha eraldiolev salajane koht] – kõigest mitteoskuslikust vabanenu; on küll vaibunud, kuid läbi õpetuse siiski jäänud; (2) *arahata* [ara kodar, hanati hävitama] – sansaararatta kodarate purustaja („*saṃsāra-cakkassa arānaṃ hatattā*”, – PvA.7); (3) *ari-hata* [ari vaenlane, hanati hävitama] – vaenlaste hävitaja, st on hävitanud virgumise vaenlased, milleks on kolm mitteoskuslikkuse juurt, kõik meeles esinevad plekid ja kümme köidikut; (4) *an-raha-bhava* [an eitav eesliide; raha oskamatu (sama mis *kilesa*); bhava olemasolu, olemus] – tema olemus on plekitu, ta pole käitunud ka erakluses (üksi) olles mitteoskuslikult; (5) *arahati* [arah-a sobilik, vääriline] – on virgumise ja kõikide elusolendite kõrgeima austuse vääriline, mille parimaks näiteks on Indias elanud kuningas Asoka, kes peale Buddha vaibumist annetas 960 miljonit ruupiat, et ehitada Buddha mälestuseks 84 000 templit üle kogu Jambudipo.

182 Sabbasaṃyojanappahānakathā Kv 4.10; Ekamaggakathā Kv 18.5; Dārukammika-sutta AN 6.59; Kūṭadanta-sutta DN 5 jt.

183 Āsavakkhaya-sutta Iti 102; Arahanta-sutta SN 1.25; Bhikkhu-sutta SN 51.7; Dutiyabala-sutta AN 8.28; Asubha-sutta AN 4.163; Khīṇāsavabala-sutta AN 10.90. Āsaṃsa-sutta AN 3.13; Jhāna-sutta AN 9.36 jt.

184 Thag Ik 111.

185 Arahandi eluajal saavutatud virgumist nimetatakse olemasoluga seotud ehk jäägiga vaibumise elemendiks (*saupādisesanibbānadhātu*) ja plekkide lõplikuks vaibumiseks (*kilesaparinibbāna*). Olemasoluga mitteseotud ehk ilma jäägita vaibumise element (*anupādisesanibbānadhātu*) esineb arahandil viie koostisosa lakkamise järel, st pärast tema keha surma ehk lõplikku vaibumist (*parinibbāna*). Pāsādika-sutta DN 29.

186 Nibbānadhātu-sutta Iti 44.

NELI AARIJA ISIKUT (ariyapuggala)

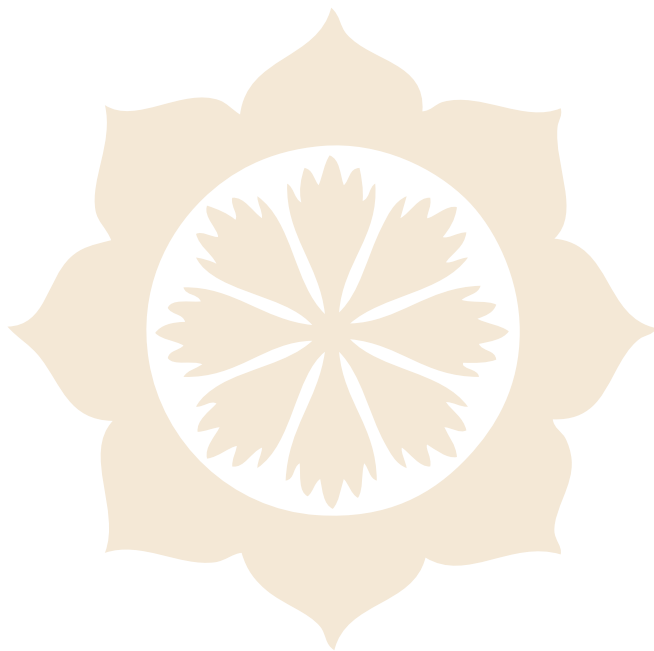
Aarija isik	On vabanenud	
Vooguastunu (sotāpanna)	1. Kehapõhine vaade	(sakkāyadiṭṭhi)
	2. Kahtlus	(vicikicchā)
	3. Kõlblusrituaalidesse kinnijäämine	(sīlabbataparāmāsā)
Ükskordnaasja (sakadāgāmi)	On vabanenud	
	1. Kehapõhine vaade	(sakkāyadiṭṭhi)
	2. Kahtlus	(vicikicchā)
	3. Kõlblusrituaalidesse kinnijäämine	(sīlabbataparāmāsā)
	On nõrgenenud	
	4. Naudingukirg	(kāmarāga)
Mittenaasja (anāgāmi)	On vabanenud	
	1. Isikupõhine vaade	(sakkāyadiṭṭhi)
	2. Kahtlus	(vicikicchā)
	3. Kõlblusrituaalidesse kinnijäämine	(sīlabbataparāmāsā)
	4. Naudingukirg	(kāmarāga)
	5. Kuritahtlikkus, vastumeelsus	(vyāpāda, paṭigha)
Arahant (arahant)	On vabanenud	
	1. Isikupõhine vaade	(sakkāyadiṭṭhi)
	2. Kahtlus	(vicikicchā)
	3. Kõlblusrituaalidesse kinnijäämine	(sīlabbataparāmāsā)
	4. Naudingukirg	(kāmarāga)
	5. Kuritahtlikkus, vastumeelsus	(vyāpāda, paṭigha)
	6. Vormikirg ehk vormi vallaga seotud kirg	(rūparāga)
	7. Vormitusekirg ehk vormita vallaga seotud kirg	(arūparāga)
	8. Uhkus	(māna)
	9. Rahutus	(uddhacca)
	10. Mitteteadmine	(avijjā)

Allikas: Sabbāsava-sutta MN 2; Ānāpānasati-sutta MN 118 jpt;
Mehm Tin Mon, The Essence of Buddha Abhidhamma,
Yangon: Mya Mon Yadanar Publication, 1995, lk 424-431; jm

Kuigi Buddha ja arahandi vabanemise tee on erinev, on nende vabanemine (*vimutti*) samasugune. Buddha on võrrelnud enda ja arahandi vabanemist erinevate puude põlemisel tekkivate leekidega: kuigi tule algmaterjal on erinev, on leek samasugune.¹⁸⁷

Vastavalt „Kaarikujuhi sutta“ toodule mõistab arahant, et see, mida on võimalik saavutada, on saavutatud, ta on ületanud kõik kannatused ning saavutanud kohalejõudmise, igasugusest klammerdumisest vaba lõpliku vaibumise (*anupādā parinibbāna*).¹⁸⁸

Arahant on täiuslik, võimetu tagasi langema ning saavutatu poolest Buddhaga võrdne. Buddha antud õpetuse ainus eesmärk – arahandiks saamine – on kõikide kannatuste lakkamine, ülimate teadmiste, täiusliku rahu ning pöördumatu vabanemise lõplik seisund.



187 Kaṇṇakatthala-sutta MN 90. Mahajaana uuem filosoofia seda Buddha õpetust ei järgi ja arvab arahandi vabanemise olevat madalama. Samas on Buddha korduvalt kinnitanud, et ta on arahant.

188 Rathavinīta-sutta MN 24.

KUST ÕPPIDA BUDDHA ANTUD VIRGUMISÕPETUST?

Buddha õpetus pärineb suulisest traditsioonist, kus mungad õppisid Buddha antud õpetusi sõna-sõnalt pähe ja retsiteerisid ehk kordasid neid poollaulvalt üheskoos, kuni need kirja pandi. Kõige autentsem ja ainsana tervikuna säilinud Buddha õpetuste täielik kogumik on paali-keelne „Tipiṭaka“ (ti „kolm“ + *piṭaka* „korv“, „kogu“) ehk „Kolm korvi“, mida tuntakse ka paali kaanoni nime all. Sellesse kuuluvad õpetused määrati kindlaks juba Buddha surma-aastal Rādžagrihas toimunud esimesel Sanghakogul (*saṅgāyana*) ja pandi kirja peale teist Sanghakogu.¹

Õpetused jagati kolme korvi, milleks olid „Vinajakorv“ (*Vinayaṭṭaka*), „Suttakorv“ (*Suttaṭṭaka*) ja „Abhidhammakorv“ (*Abhidhammaṭṭaka*). „Kolm korvi“ (*Tipiṭaka*) on väga mahukas. Juba ainuüksi põhilisi Buddha õpetusi sisaldav kogu on hinnanguliselt sama suur kui 11 piiblit kokku. Inglisekeelne „Tipitaka“ tõlge sisaldab üle 20 000 lehekülje.

Buddha pidas oma esimese jutluse, milleks oli „Dhammaratta pöörlemapanemise sutta“, Uttar-Pradeshi osariigi idaossa jäävas Sārṇāthis. Põhiliselt kuulutas ta oma õpetust tänapäeva Bihari osariigi piirkonnas, kus olid levinud mitmed üksteisega väga sarnased indo-aarja murded.

Tol ajal oli kirjakeelena kasutusel vanem veedade sanskriti keel, mille baasilt hiljem loodi tänapäeval tuntud klassikaline sanskriti keel. Kommentaariumite kohaselt õpetas Buddha dhammat nii kohalikus maagadhi (*māgadhi*) ehk paali keeles (*pāḷi*) kui ka sellega väga sarnastes murretes, mistõttu on „Tipiṭaka“ ka paali keeles kirja pandud. Vinaja kirjeldab juhtumit, kus kaks braahmanit, Auväärne Yameḷu ja Auväärne Tekula, küsisid Buddhalt, kas tema dhammat võiks tõlkida *chandas*’sse, mis oli hinduistlike veedade kirjapanemisel kasutatud vana sanskriti keelne värsivorm. Buddha ei lubanud aga tema poolt õpetatud dhammat sanskriti keelde tõlkida ning nimetas väljapakutud ideed rumalaks ja valeks käitumiseks ehk vinaja eksimuseks. Selle asemel soovitas ta munkadele õpetada ja õppida dhammat nende endi kohalikus murdes.²

1 Esimene Sanghakogu toimus kolm kuud peale Buddha parinibaanat ehk lõplikku vaibumist Magadha pealinna Rājagaha (tnp Rajgir) lähedal asuvas Sattapanni koopas (*sattapanniguḥā*) aastal 544 e.m.a, ning teine Sanghakogu toimus 100 aastat peale esimest Sanghakogu Vesaali (Vesālī) linnas asuvas Vālikārāma klooster-templis aastal 444 e.m.a.

2 Vinayaṭṭaka, Cullavagga, Khuddakavaththukkhanda Kd 15.

Austades Buddha soovi ja järgides tema antud juhust, on siinkohal loobunud laialtlevinud sanskritikeelsetest terminivormidest ning jäädud paalikeelsete algvormide juurde, näiteks *karma* asemel *kamma*, *dharma* asemel *dhamma* jt.

Kuigi „Tipiṭakas“ toodud Buddha õpetuse ehtsust on palju analüüsitud ja mõnikord püütud ka kahtluse alla seada, on säilinud veenvad tõendid selle kohta, et varajane suuline traditsioon oli väga usaldusväärne. Sõnade, fraaside ja lõikude nummerdatud loendid, rohked kordused ja mitmed teised tekstide täpseks jaotamiseks kasutatud meetodid kinnitavad, et õpetus on suudetud säilitada muutumatusena. Vaatamata sellele, et mõnikord pole tänapäeva uurijad ja isegi Buddha õpetuse teostajad ühes või teises aspektis üksmeelel, ei sea keegi kahtluse alla fakti, et paalikeelse „Tipiṭaka“ näol on tõepoolest tegemist kõige autentsema Buddha õpetuste kogumikuga.

Alates Buddha vaibumisest on tema antud õpetus ehk *buddhadhamma* segunenud paljude erinevate filosoofiate ja usunditega. Uued sektid on loonud loendamatus koguses uusi suutraid ja dharmasid, mis on ajaloolise Buddha Gotama suhu pandud, kuid mida Ülim Õpetaja ja Arahant kunagi õpetanud ei ole. Seetõttu on ilma algõpetust tundmata lihtne eksida valede vaadete rägastikku ja hakata teostama viljatuid praktikaid. Et ennetada kasutute õpetuste õppimist ja järgimist, tuleb alustada virgumise õpetuse õppimist just paalikeelsest „Tipiṭakast“ ehk sellest, mida Virgunu ise õpetas.

I. „VINAJAKORV“ (*Vinayapiṭaka*) on tekstide kogu, mis koondab Buddha poolt sanghale antud elukorraldust puudutavaid reegleid ning käitumisjuhiseid. Vinaya tähendab välja või eemale viima [vi - eristav või eraldav implikatsioon + naya - juhtima, viima] ehk see, mis viib välja kolmest mitteoskuslikust juurest: kirest, vihast ja pettekujutlusest (*rāgavinayo*, *dosavinayo*, *mohavinayo*).³ Traditsiooni kohaselt on see esimene kogu, mis koostati Auväärse Upāli Thera ettekandmise põhjal pärast esimest Sanghakogu. Vinaja ei ole käskude-keeldude-karistuste kogumik, vaid on oma olemuselt praktiline abivahendid neile, kes soovivad

3 PED lk 1396.

vabaneda mitteoskuslikust käitumisest ja saavutada virgumine ning vaibumine. „Vinajakorv“ sisaldab 227 bhikkhu vabanemisjuhist (*bhikkhu-pāṭimokkha*) ja 311 bhikkhuni vabanemisjuhist (*bhikkhuni-pāṭimokkha*), mis on jaotatud kolme suuremasse ossa.:

1. **„Suttade analüüs“** (*Suttavibhaṅga*) on „Tipiṭaka“ üks vanemaid osi, mis sisuliselt kujutab endast „Pāṭimokkha-sutta“ põhjalikku analüüsi. *Pāṭimokkha* on käitumisjuhiste ja juhiste kogumik, kus on toodud ära kaheksa eksimuste klassi, mis on järjestatud raskusastmete järgi, mis on omakorda jaotatud kaheks:
 - 1) **„Väljaarvamine (paali)“** (*Pārājika-pāḷi*) sisaldab nelja suuremat eksimust, mille korral toimub sanghast pöördumatu väljaarvamine. Nendeks on (1) tahtlik suguline vahekord naisega, (2) vargus, (3) inimese tapmine ja (4) vaimsete võimete või teadmiste saavutamise kohta valetamine.
 - 2) **„Heastamine (paali)“** (*Pācittiya-pāḷi*) sisaldab väiksemaid eksimusi ja nende heastamist, milleks võib olla eksimuse tunnistamine, lepitus vms. Siia alla on koondatud ka söömise, rüü kandmise ja muu igapäevaeluga seotud juhiseid.
2. **„Jaotused“** (*Khandaka*) sisaldab juhiseid ja protseduure, mis on jaotatud 20 (mõnedes tekstides 22) ossa, mille eesmärk on reguleerida elukorraldust nii üksikisiku kui kloostrikogukonna tasemel tervikuna. Jaotused sisaldavad kahte peamist osa:
 - 3) **„Suurem grupp (paali)“** (*Mahāvagga-pāḷi*) sisaldab 10 alajao-tust (*khandhaka*), kus on toodud ka lugu Buddha virgumisest bodipuu all ning sellest, kuidas ta nägi olemise olemust ja avaldas oma viiele esimesele järgijale neli aarija tõde.
 - 4) **„Väiksem grupp (paali)“** (*Cullavagga-pāḷi*) sisaldab 12 alajao-tust, kus jätkuvad erinevate juhiste, juhiste ja protseduuride loetelud, mida tuntakse enamasti *saṅghakamma* nime all. See osa käsitleb juhiseid mida tuleb järgida enne sanghasse astumist ja juhiseid, mis on seotud askeesiga (*parivāsa* ja *mānatta*), munkade ennistamisega, suplemisega, riietusega, noormunkade kohustustega jms.

3. **„Lisad“** (*Parivāra*) sisaldab 18 alajaotust ja on sisuliselt „Vinajakorvi“ kahe eelmise osa kokkuvõte. See hõlmab ka mõningaid eelnevates osades toodud juhiste selgitusi ja täpsustusi ning analüütilist ülevaadet, kus kõik juhised, küsimused ja toimingud on liigitatud temaatilistesse kategooriatesse.

5) **„Lisad“ (paali)** (*Parivāra-pāḷi*).

II. „SUTTAKORV“ (*Suttapiṭaka*) on õpetuste kogu, kuhu on koondatud Buddha ja mõne tema lähima õpilase (Ānanda, Sāriputta, Dhammadinna jt) poolt antud õpetused. Enamus suttaid on adresseeritud munkadele, kuid on ka ilmikutele antud õpetusi. „Suttakorv“ sisaldab kõiki õpetusi, mida Buddha 45 aasta jooksul ringi rännates õpetas. „Suttakorvi“ on jaotatud viide suuremasse kogusse (*nikāya*):

1. **„Pikkade kogu“** (*Dīghanikāya*) sisaldab 34 pikemat sutta, mis on jaotatud kolme suuremasse gruppi (*vagga*). Pikim sutta on Buddha surmaga seonduvat kajastav „Suur lõpliku vaibumise sutta“⁴, mis on teistest suttadest ligi kolm korda pikem.
2. **„Keskmiste kogu“** (*Majjhimanikāya*) sisaldab 152 sutta, mis on jaotatud kolme suuremasse gruppi (*vagga*). Mahult on *Majjhimanikāya* võrreldav piibliga. See sisaldab peaaegu kõiki Buddha õpetuse põhiaspekte, sh mungaeluga seonduvat, braahmanite (*brāhmaṇa*) ohverdustemaatikat, askeetluse eri vorme jms, ning kajastab selle aja sotsiaalsed ja poliitilised tingimusi. Samuti käsitletakse siin nelja aaria tõde, kammata, „mina“ õpetust, erinevaid meeletreeningu vorme jms.
3. **„Rühmade kogu“** (*Samyuttanikāya*) sisaldab ligi 3000 (7762)⁵ lühemat sutta, mis on jaotatud 56 rühma (*samyutta*) ja need omakorda viide suuremasse gruppi (*vagga*) mingi ühise tunnuse, nt teema, toimumispaiga, osalejate vms põhjal.
4. **„Jaotuste kogu“** (*Anguttaranikāya*) sisaldab umbes 2400 (9557) lühemat sutta, mis on jaotatud jagudeks ehk (ala)jaotusteks (*nipāta*),

4 Mahāparinibbāna-sutta DN 16.

5 Tekstide arv erineb loendamise aluseks võetud erinevatest tunnustest.

vastavalt õpetustes kirjeldatavate asjade ja nähtuste arvule. Nt „Esimene jaotus“ (*Ekakanipāta-pāḷi*) kirjeldab asju ja nähtusi, mida on olemas ainult üks, „Kolmene jaotus“ (*Tikanipāta-pāḷi*) kirjeldab asju ja nähtusi, mis esinevad kolme kaupa (nt tegu-sõna-mõte; vanadus-haigus-surm) ja nii kuni 11 välja.

5. **„Lühikeste kogu“** (*Khuddakanikāya*) koosneb 18 osast, kuhu on koondatud suttad, õpetusega seotud märkused, ajalugu, värsid jms.

- 1) **„Lühikesed lugemised (paali)“** (*Khuddakapāṭha-pāḷi*) sisaldab noormunga väljaõppeks kasutatavat üheksat lühivormelit ja suttaid.
- 2) **„Dhammavärsid (paali)“** (*Dhammapada-pāḷi*) on ilmselt tuntuim „Tipiṭaka“ raamat, milles sisaldub 423 salmi, mis on rühmitatud mingi kindla teema alusel, nagu nt teadvuse grupp (*cittavagga*), arahandi grupp (*arahantavagga*), õnne grupp (*sukhavagga*) jne.
- 3) **„Rõõmuvärsid (paali)“** (*Udāna-pāḷi*) sisaldab 80 Buddha ütlust koos lugudega neist olukordadest, milles Buddha need ütles.
- 4) **„Niiõeldu (paali)“** (*Itivuttaka-pāḷi*) sisaldab 112 lühemat suttat, mis kõik algavad sõnadega „*vuttañhetam bhagavatā...*“ ehk „Bhagavat ütles...“ ja lõpevad „...*iti me sutan ti*“ ehk „nii ma kuulsin“.
- 5) **„Suttagrupp (paali)“** (*Suttanipāta-pāḷi*) sisaldab 71 suttat, mis on enamjaolt esitatud värssidena, ja käsitleb kõige tuntumaid Buddha õpetusi.
- 6) **„Taevalossilood (paali)“** (*Vimānavatthu-pāḷi*) sisaldab 85 poeemi, mis räägivad pälvimuslikest tegudest ja neile vastavatest uutest sündidest taevalikus vallas.
- 7) **„Peetalood (paali)“** (*Petavatthu-pāḷi*) sisaldab 51 poeemi, mis räägivad mittepälvimuslikest tegudest ja neile vastavatest uutest sündidest õnnetus peetade vallas ning seal elavatest olenditest.
- 8) **„Vanemmunkade värsid (paali)“** (*Theragāthā-pāḷi*) sisaldab 107 poeemi (1279 värssi), mis kirjeldavad 264 vanemmunga (*thera*) rõõmu ja õndsust, mida nad kogesid pärast arahandiks saamist.

- 9) „**Vanemnunnade värsid (paali)**” (*Therīgāthā-pāḷi*) sisaldab 73 poeemi (522 värssi), mis kirjeldavad 73 vanemnunna (*therī*) röömu ja õndsust, mida nad kogesid pärast arahandiks saamist.
- 10) „**Lood (paali)**” (*Apadāna-pāḷi*) sisaldab värsse, mis räägivad 550 virgunud munga ja 40 virgunud nunna varasematest eludest.
- 11) „**Buddhade järgnevus (paali)**” (*Buddhavaṃsa-pāḷi*) sisaldab kirjeldusi 24 varasemast buddhast ning Gotamast.
- 12) „**Käitumiskorv (paali)**” (*Cariyāpiṭaka-pāḷi*) sisaldab 35 värsivormis esitatud lugu, mis räägivad sellest, kuidas Gotama Buddha eelmistes eludes bodhisattana vajalikku täiust (*pāramī*) arendas.
- 13) „**Sünnilood (paali)**” (*Jātaka-pāḷi*) sisaldab 547 värsivormis legendi, mis jutustavad Buddha eelmistest eludest bodhisattana.
- 14) „**Suuremad kirjeldused (paali)**” (*Mahāniddeśa-pāḷi*) on „Suttanipāta” neljanda osa kommentaar.
- 15) „**Väiksemad kirjeldused (paali)**” (*Cūḷaniddeśa-pāḷi*) on „Suttanipāta” viienda grupi (*vagga*) ja esimesest osast pärit „Khaggavisāṇa-sutta” kommentaar.
- 16) „**Analüütiline tee (paali)**” (*Paṭisambhidāmagga-pāḷi*) on jaotatud kolme ossa, millest iga osa sisaldab 10 teemat.

1954 aastal Birmas peetud kuuendal Sanghakogul otsustati lisada Tipiṭaka kogusse veel kolm alljärgnevat teost.

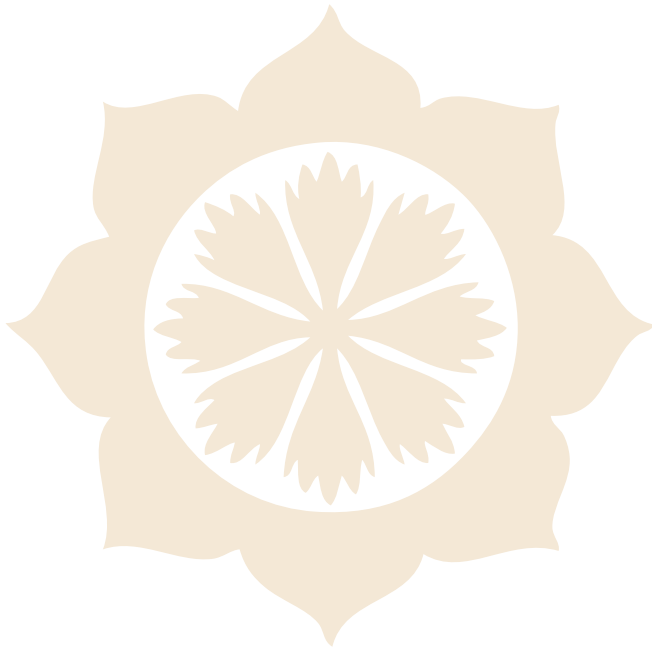
- „**Selgitusjuhend (paali)**” (*Nettipakaraṇa-pāḷi*) on juhend kanooniliste tekstide analüüsimiseks ja tõlgendamiseks.
- „**Korvijuhtend (paali)**” (*Peṭakopadesa-pāḷi*) sisaldab Buddha õpetust selgitavaid traktaate.
- „**Milinda küsimused (paali)**” (*Milindapañha-pāḷi*) sisaldab kuningas Milinda (Kreeka päritolu kuningas Menandros) küsimusi Auväärsele arahandile Nāgasenale ja viimase vastuseid neile.

III. „ABHIDHAMMAKORV” (*Abhidhammapiṭaka*) on õpetuste kogu, mis koosneb seitsmest osast ja on sisuliselt „Suttakorvis” toodud Buddha õpetuse summeeritud ja süstematiseeritud analüütiline esitus tabelite, jaotuste ja loeteludena (*mātikā*). „Abhidhammakorv” koosneb seitsmest osast:

1. **„Dhammagrupid (paali)”** (*Dhammasaṅgaṇī-pāḷi*) sisaldab Buddha õpetuse kokkuvõtet ja dhammade klassifikatsioone, mis on jaotatud nelja suuremasse ossa (*kaṇḍa*), mis käsitlevad erinevaid teadvusseisundeid, materiaalseid nähtusi, abhidhamma ja suttanta maatrikseid ning kokkuvõtteid.
2. **„Jaotused (paali)”** (*Vibhaṅga-pāḷi*) jätkab „Dhammagruppides” käsitletud mõistete selgitamist. Sisaldab õpetust viiest olemasolliku klammerdumise kogumikust, tajude tekkest, elementidest, tõest, sõltuvuslikust tekkest, virgumisosadest, meeletreeninguga seotud aspektidest, kaheksaosalisest aaria teest ja brahmavihaaradest, džhaanadest, järgijate õpetamisega seonduvast, ülevaadet universumist jms.
3. **„Arutlus elementidest (paali)”** (*Dhātukathā-pāḷi*) põhineb erinevate kogumike ja suhete analüüsil. „Dhammagrupid”, „Jaotused” ja „Arutlus elementidest” on abhidhamma mõistmise seisukohast kõige olulisema tähtsusega õpetuste kogud.
4. **„Isikute kirjeldus (paali)”** (*Puggalapaññatti-pāḷi*) koosneb kümnest osast, kus kirjeldatakse ja analüüsitakse iseloomu põhitüüpe erinevate tegurite põhjal, mille arv ulatub ühest kümneni. Koosneb 10 osast, millest esimene tegeleb nähtustega, mida on üks, teine osa tegeleb paarisnähtustega, kolmas nendega, mis moodustavad kolmeseid gruppe jne, kuni kümneni välja.
5. **„Vaidlusalused teemad (paali)”** (*Kathāvatthu-pāḷi*) sisaldab küsimusi ja vastuseid, mis kerkisid üles kolmanda Sanghakogu ajal erinevate sanghade vahelisel arutelul hálbinud vaadete üle ning kus kummutatakse kõik tekkinud valed vaated.
6. **„Paarid (paali)”** (*Yamaka-pāḷi*) sisaldab eelnevates „Abhidhammakorvi” osades esitatud kontseptsioonide analüüsi, kus põhilisteks teemadeks on loogilised dilemmad. Sisaldab ka terminoloogilisi selgitusi ja täpsustusi.

7. „**Suhted (paali)**” (*Paṭṭhānapāḷi*) selgitab erinevate nähtuste tekkepõhjuseid ja sõltuvuslikke suhteid.

Nagu eespool mainitud, on mungad kohustatud järgima vaid Buddha enda antud õpetusi ja mitte järgima teiste õpetajate, laamade, gurude või kirjanike spekulatsioone ega uusi filosoofiaid.⁶ Theravaada koolkond juhindubki sellest Buddha antud nõudest ning järgib seetõttu vaid paali kaanonis toodut.



6 Āṇi-sutta SN 20.7, Bāla Vagga AN 2.23, Catubbidha-vinaya-katha Vin.A 1.45, Mahapadesada-sutta [Mahapadesadesana] AN 4.180, Mahāparinibbāna-sutta DN 16, Pañcakaṅga-sutta SN 36.19, Paramaṭṭhaka-sutta CN Snp 4.5, Saddhammappatiupupa-sutta SN 16.13, Tatiyaanāgatabhaya-sutta AN 5.79 jpt.

PAALIKEELNE "TIPITAKA"

I. "VINAJAKORV"

(Vinayaṭṭaka)

1. "Suttade analüüs"

- (1) "Väljaarvamine (paali)"
- (2) "Heastamine (paali)"

(Suttavibhaṅga)
(Pārājika-pāḷi)
(Pācittiya-pāḷi)

2. "Jaotused"

- (3) "Suurem osa"
- (4) "Väiksem osa"

(Khandaka)
(Mahāvagga)
(Cullavagga)

3. "Lisad (paali)"

- (5) "Lisad (paali)"

(Parivāra-pāḷi)
(Parivāra-pāḷi)

II. "SUTTAKORV"

(Suttapiṭaka)

1. "Pikkade kogu"

(Dīghanikāya)

2. "Keskmiste kogu"

(Majjhimanikāya)

3. "Rühmade kogu"

(Saṃyuttanikāya)

4. "Jaotuste kogu"

(Aṅguttaranikāya)

5. "Lühikeste kogu"

(Khuddakanikāya)

- (1) "Lühikesed lugemised (paali)"

(Khuddakapāṭha-pāḷi)

- (2) "Dhammavärsid (paali)"

(Dhammapada-pāḷi)

- (3) "Rõõmuvärsid (paali)"

(Udāna-pāḷi)

- (4) "Niiõeldu (paali)"

(Itivuttaka-pāḷi)

- (5) "Suttagrupp (paali)"

(Suttanipāṭa-pāḷi)

- (6) "Taevalossilood (paali)"

(Vimānavatthu-pāḷi)

- (7) "Peetalood (paali)"

(Petavatthu-pāḷi)

- (8) "Vanemmunkade värsid (paali)"

(Theragāthā-pāḷi)

- (9) "Vanemnunnade värsid (paali)"

(Therīgāthā-pāḷi)

- (10) "Lood (paali)"

(Apadāna-pāḷi)

- (11) „Buddhade järgnevus (paali)"

(Buddhavaṃsa-pāḷi)

- (12) „Käitumiskorv (paali)"

(Cariyāpiṭaka-pāḷi)

- (13) „Sünnilood (paali)"

(Jātaka-pāḷi)

- (14) „Suuremad kirjeldused (paali)"

(Mahāniddeśa-pāḷi)

- (15) „Väiksemad kirjeldused (paali)"

(Cūḷaniddeśa-pāḷi)

- (16) „Analüütiline tee (paali)"

(Paṭisambhidāmagga-pāḷi)

III. "ABHIDHAMMAKORV"

(Abhidhammapiṭaka)

1. "Dhammagrupid" (paali)

(Dhammasaṅgaṇī-pāḷi)

2. "Jaotused" (paali)

(Vibhaṅga-pāḷi)

3. "Arutlus elementidest" (paali)

(Dhātukathā-pāḷi)

4. "Inimeste kirjeldused" (paali)

(Puggalapaññatti-pāḷi)

5. "Vaidlusalused teemad" (paali)

(Kathāvatthu-pāḷi)

6. "Paarid" (paali)

(Yamaka-pāḷi)

7. "Suhted" (paali)

(Paṭṭhāna-pāḷi)



VIRGUMISE TEE



Kuigi kõiki Buddha õpetusi koondav „Tipiṭaka“ kogu sisaldab tuhandeid erinevaid suttaid, on virgumise tee tuum mõistetav igale terve intellektiga inimesele. Buddha on mitmes suttas toonitanud põhimõtet, mille kohaselt virgumisõpetuse õppimine ilma seda teostamata on väärtusliku inimelu raiskamine. „Loobuva elu viljade suttas“ selgitab Buddha maisest loobumisega kaasnevaid kasusid, mis on nähtavad juba selles elus siin ja praegu (*diṭṭheva dhamme sandiṭṭhikam*) ning tutvustab samm-sammult virgumise teed.¹

1. TEELE SISENEMINE

- **Dhamma kuulmine** (*dhammaṃ suṇāti*) – ilmikust majaperemees kuuleb arahandi, täielikult virgunu, maailmatundja, nii inimeste kui jumalate ületamatu juhi ja õpetaja, täielikke teadmisi omava, mais-tüetava Tathaagata (Buddha enda) antud õiget dhammat.
- **Usaldusliku usu tekkimine** (*saddham paṭilabhati*) – kuuldes õiget dhammat tekib majaperemehel usaldus Buddha, dhamma ja sangha vastu.
- **Koduelust kodutu ellu suundumine** (*anagāriyam pabbajati*) – kuna majaperemehe elu on täis meelt häirivaid ja reostavaid tegureid ega võimalda pühenduda täielikult püha elu elamisele ja meele treenimisele, loobub ta oma rikkustest, perest ja kõigist sugulastest, ajab maha juuksed ja habeme, valib safrankollase mungarüü (st ordineerub) ja lahkub koduelust lõplikult kodutu ellu.²

2. KÕLBLUSE ARENDAMINE

- **Kõlbluse treenimine ja käitumise ohjamine** (*sīla*) – mungana treenib ja ohjab ta ennast vabanemisjuhise kohaselt (*pātimokkhasaṃvarasaṃvuto*), kohandub ja treenib kõlblusjuhistele vastavalt (*sikkhati sikkhāpadesu*) ning harjutab erakluses keha ja kõnega oskuslikku käitumist (*kāyakammavacīkammena*

1 Sāmaññaphala-sutta DN 2.

2 Eestis on võimalik ordineeruda Aegna saarel asuvas autentsel Buddha õpetust järgivas Eesti Theravaada Sangha Kloostris, kus võimaldatakse ka ajutist, nt nädalaks, kümneks päevaks või mõneks kuuks ordineerumise võimalust.

samannāgato kusaleṇa). Tema teod ja sõnad muutuvad oskuslikeks, eluviis puhtaks ja meel kõlbeliseks. Ta tunneb rõõmu kõlbeliselt puhta elu saavutamisest (*parisuddhājīvo sīlasampanno*).

- **Ta harjutab väiksemat kõlblust** (*cūḷasīla*), mis kätkeb õiget tegu, õiget kõnet, noormunga treeningujuhised (*sāmaṇerasikkhā*) ja üldiseid käitumisjuhiseid.
- **Ta harjutab keskmist kõlblust** (*majjhimasīla*), milleks on taimede mittekahjustamine, asjade mittekogumine, meelelahutustest hoidumine jms.
- **Ta harjutab suurt kõlblust** (*mahāsīla*), milleks on hoidumine loomalikust (madalast) valest eluviisist, ennustamisest, kaitseloitsude lausumisest ja õpetamisest ning muust munga jaoks valest eluviisist.
- **Laitmatuseõnne kogemine** (*anavajjasukha*) – munk tunneb saavutatud aaria kõlblusest rõõmutoovat laitmatuseõnne.

3. MEELE ARENDAMINE

- **Võimete ohjamine** (*indriyasamvara*) – ta kontrollib ja ohjab kõiki kuut tajuust (*indriyesu guttadvāro*), saavutab tähelepaneliku teadlikkuse, selge arusaamise ja rahulolu ning kogeb rüvetamuseõnne (*ayāsekasukha*).
- **Teadvustatud arusaamise saavutamine** (*satisampajañña*)³ – kui ta kõnnib, vaatab, painutab, sööb või joob, tühjendab soolt või põit, seisab, kõnnib, istub, lamab või magab – kogu aeg on ta teadlik igast kehaliigutusest.
- **Rahulolu saavutamine** (*santosa*) – munk on rahul rüüga, mis katab tema keha, ja toiduga, mida talle annetatakse. Nagu taevas vabana lendava linna ainsaks kandamiks on tema tiivad, nii liigub ka munk vabana maisest, kaasas vaid rüü ja almusnõu.

3 *sati* tähendab tegevuste teadvustamisest tulenevat teadlikkust ehk teadvustatust ja *sampajañña* sellele teadlikkusele rajanevat arusaamist, mis näeb olemasolu läbi selle kolme omaduse (*anicca, dukkha, anattā*).

- **Viie takistuse hülgamine** (*nīvaraṇappahāna*) – saavutanud aarija kõlbluse, aarija meelte valvamise, aarija teadlikkuse ja selge mõistmise ning aarija rahulolu, läheb ta eraldatud kohta. Pärast almustoidu kogumist ja söömist istub ta ristatud jalga-dega maha, hoiab keha sirge ning keskendab tähelepanu (= *samatha*) enda ette.
 - Arendades maisest loobumist vabaneb ta naudingusooovist.
 - Arendades kaastunnet vabaneb ta himust ja kuritahtlikkusest.
 - Arendades tähelepanelikku erksust ja valvsust vabaneb ta laiskusest ja loidusest.
 - Arendades kõigutamatu rahu ja sisemist vaikust vabaneb ta rahutusest ja murest.
 - Arendades oskuslikke meeleseisundeid vabaneb ta kahtlusest.
- **Rõõmu, keha rahunemise ja õnnetunde esile kerkimine** (*pīti, kāyo passambhati, sukha*) – saavutades viie takistuse lakkamise tunneb ta suurt ja kõikehõlmavat rõõmu. Kelle meel on rõõmus, selle keha on rahunenud, meel õnnelik ja keskendunud.
- **Džhaanade arendamine** (*paṭhamajjhāna, dutiyajjhāna, tatiyajjhāna ja catutthajjhāna samādhi*) – erakluses meelt arendades saavutab ta keskenduses esimese, teise, kolmanda ja neljanda džhaana ning puhastunud, säravkirka keha ning meele.

4. KAHEKSA TEADMISE SAAVUTAMINE

1. **Läbinägemisteadmise saavutamine** (*vipassanāñāṇa*) – ta suunab oma keskendunud, puhastunud, särava, veatu, plekitu, nõtket, taotleva, ühtlase ja vankumatu meele (=džhaanas) kehaga seotud teadmistele ja nägemisele: „See keha on vaid neli ainet; sündinud emast ja isast; seda tuleb toita; see on püsitu, kahjustatav, vigastatav ja hävinev.“ Ta mõistab, et vaid teadvus on see, mis ekslikult seostab teda kehaga.

2. **Meele-keha teadmise saavutamine** (*manomayiddhiñāṇa*) – kuna meel on mõistnud keha loomust, suudab see luua füüsilisest kehast eraldiseisva meelekeha (*manomayā kāya*), mis on puudusteta, veatu ja täiuslik kõigis aspektides.

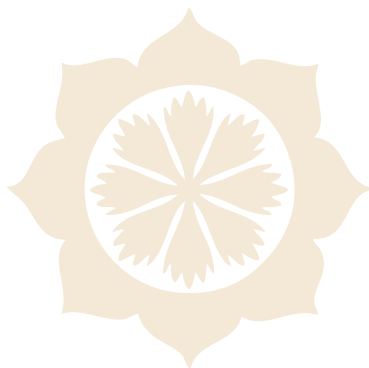
3.–7. **Üleloomulike võimete teadmise saavutamine** (*iddhividhañāṇa*) – meele järjepideva arendamise tulemusel saavutab ta teadmised üleloomulikest võimetest.⁴ Ta saavutab teadmised taevasest kõrvast (*dibbasotañāṇa*) ehk selgelt ja kaugele kuulmisest; meele läbistamisest (*cetopariyañāṇa*) ehk teise meeles toimuva nägemisest; iseenda eelmistest eksistentsidest (*pubbe-nivāsānussatiñāṇa*); ja taevasest silmast (*dibbacakkhuñāṇa*) ehk olendite lakkamisest ja uuesti ilmnenisest.

8. **Tulvade lakkamise teadmise saavutamine** (*āsavakkhayañāṇa*) – ta saavutab teadmise ja nägemise neljast tõest ja tulvadest, nende tekkimisest, lakkamisest ja lakkamisele viivast aarija kaheksaosalisest teest.

5. VIRGUMISE MÕISTMINE

Tema meel on täielikult ja lõplikult tulvadest vabanenud. Ta teab:

„Sünd on lõppenud, püha elu elatud, mida oli vaja teha, on tehtud – pole enam uut tulemist olemasollu.”⁵



4 Üleloomulikud võimed (*iddhividhā*) on toodud peatükis „Õige keskendus”.

5 „*khīṇā jāti, vusitaṃ brahmacariyaṃ, kataṃ karaṇīyaṃ, nāparaṃ itthattāyā ti pajānāti.*” – Sāmaññaphala-sutta DN 2.

VIRGUMISE TEE nii nagu õpetas ajalooline Gotama Buddha	
Dhamma teostamise põhietapid	Dhamma teostamine samm-sammult
Dhamma on hüveline alguses (ādi-kalyāṇa)	1. TEELE SISENEMINE - Dhamma kuulmine (<i>dharmam suṇāti</i>) - Usaldava usu tekkimine (<i>saddham paṭilabhati</i>) - Koduelust kodutu ellu suundumine (<i>anagāriyam pabbajati</i>) 2. KÕLBLUSE ARENDAMINE - Kõbluse treenimine (<i>sīla</i>) - Vabanemisjuhiste põhine ohjamine (<i>pātimokkhasaṃvarasaṃvuto</i>) - Laitmatusõnne kogemine (<i>anavajjasukha</i>) - Võimete ohjamine (<i>indriyasaṃvara</i>) - Teadvustatud arusaamise saavutamine (<i>satisampajañña</i>) - Rahulolu saavutamine (<i>santosa</i>)
Dhamma on hüveline keskel (majjhe-kalyāṇa)	3. DŽHAANADE ARENDAMINE - Viie takistuse hülgamine (<i>nīvaraṇappahāna</i>) - Rõõmu, keha rahunemise ja õnne esilekerkimine (<i>pīti, kāyo passambhati, sukha</i>) - Džhaanade arendamine (<i>paṭhamajjhāna, dutiyajjhāna, tatiyajjhāna ja catutthajjhāna samādhi</i>)
Dhamma on hüveline lõpus (pariyosāna-kalyāṇa)	4. TEADMISTE SAAVUTAMINE - Läbinägemisteadmise saavutamine (<i>vipassanāñāṇa</i>) - Meele-keha-võime teadmise saavutamine (<i>manomayiddhiñāṇa</i>) 3)-7) Üleloomulike võimete teadmise saavutamine (<i>iddhividhañāṇa</i>) 8) Tulvade lakkamise teadmise saavutamine (<i>āsavakkhayañāṇa</i>) 5. VIRGUMISE MÕISTMINE - Täielik tulvadest vabanemine ning lõpliku nibaana ehk vaibumise saavutamine (<i>nibbāna</i>)

Allikas: Sāmaññaphala-sutta DN 2, Soṇadaṇḍa-sutta DN 4, Kūṭadanta-sutta DN 5, Kūṭadanta-sutta DN 6, Jāliya-sutta DN 7 jpt „Pikkade tekstide kogu“ (Dīghanikāya) esimeses grupis (vagga) sisalduvad suttad

BUDDHA BAASÕPETUSTE KOONDABEL

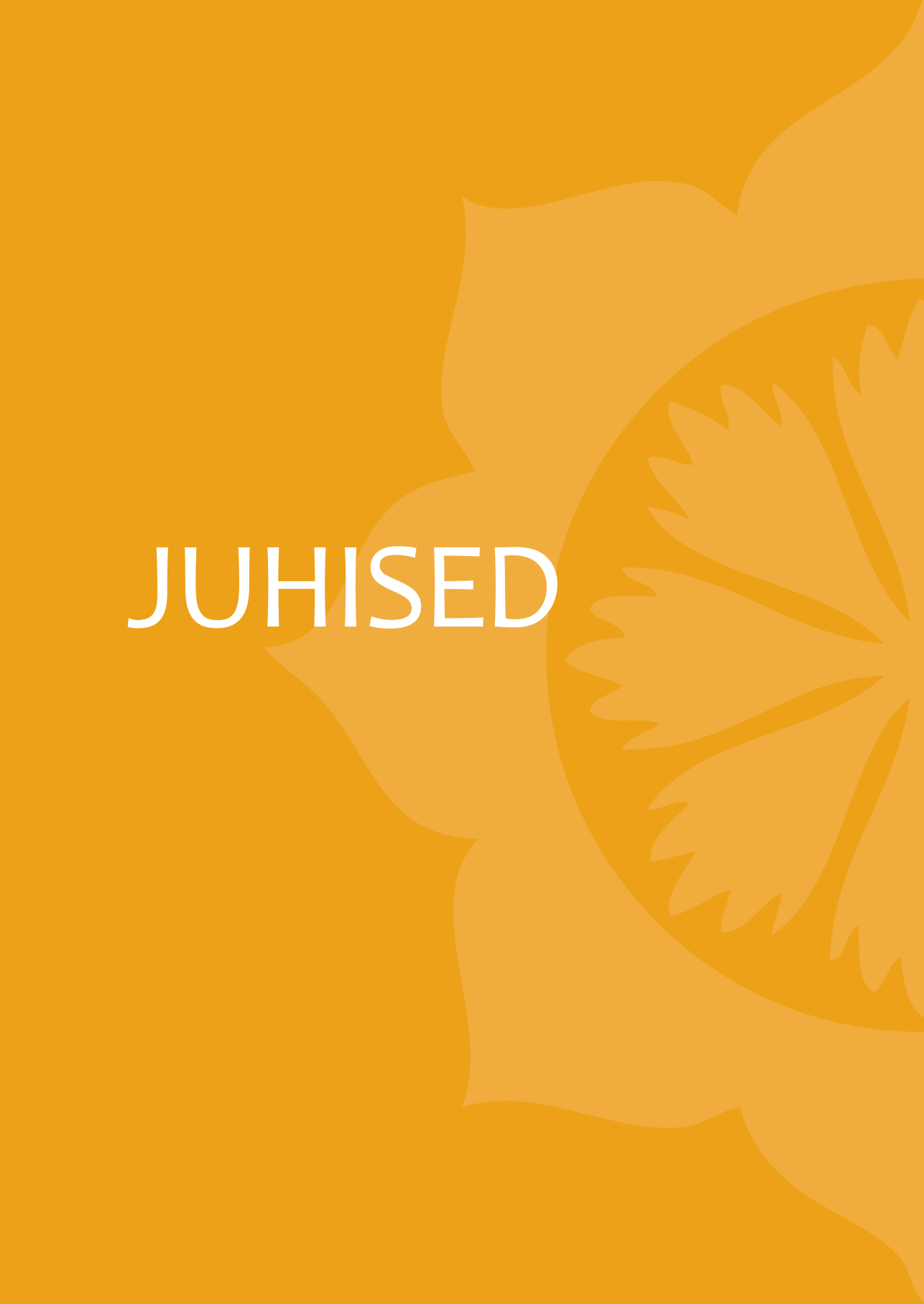
4 AARIJA TÕDE 1. kannatuse aarja tõde 2. kannatuse tekkimise aarja tõde 3. kannatuse lakkamise aarja tõde 4. kannatuse lakkamise viiva tee aarja tõde	12+1 KANNATUST 1. sünd 2. vanadus 3. haigus 4. surm 5. lein 6. hala 7. dukkha (füüsiline ja mentaalne valu) 8. masendus 9. ahastus 10. kokkupuude ebameeldivaga 11. lahusolek meeldivast 12. ihaldatava mittesaaamine +1. lühidalt: viis olemasolulü klammerdumise kogumikku	KAHEKSAOSALINE AARIJA TEE TARKUS 1. õige vaade 2. õige mõte KÕLBLUS 3. õige kõne 4. õige tegu 5. õige eluviis KESKENDUS 6. õige püüdlus 7. õige teadlikkus 8. õige keskendus	NIBBĀNA • dukkha lakkamine • tulvade lakkamine • iha ja kire lakkamine • kümnest kõiðikust vabanemine • lõplik häirimatus • õndsus ja vaibumine 4 AARIA ISIKUT 1. voogustunu 2. ükskordnaasja 3. mittenaasja 4. arahant
--	--	---	--

N E L I T Õ D E

KÕLBLUSJUHISED KÕLBLUSJUHISED SANGHALE 227 reeglit bhikkhudele 311 reeglit bhikkhunile 5 KÕLBLUSJUHIST 1. hoidumine elu võtmisest 2. hoidumine mitteantu võtmisest 3. hoidumine naudingut pakkuvast valesst käitumisest 4. hoidumine vale rääkimisest 5. hoidumine joovet tekitavatest ainetest ja pookidest	12 SÕLTUVUSLIKU TEKKE LÜLI 1. mitteeadmine 2. moodustised 3. teadvus 4. nimi ja vorm 5. kuus tajualust 6. kontakt 7. tunne 8. iha 9. klammerdumine 10. olemasolu 11. sünd 12. vanadus ja surm 3 OLEMASOLU TUNNUST 1. püsitus 2. kannatus 3. minatus
2 KESKENDUSE ARENDAMISE ASPEKTI 101 RAHU ARENDAMISE DHAMMAT • 4 džhaanat • 4 brahmavihaarat • 4 teadlikkuse loomist • 4 õiget pingutust • 4 üleloomuliku alust • 5 võimet • 5 jõudu • 6 meeleespidamist • 7 virgumisosa • 8 aarja tee osa • 8 vabanemist • 8 meisterlikkuse alust • 10 kasinat • 20 taju 73/201 LÄBINÄGEMISE ARENDAMISE DHAMMAT • 5 kogumikku • 12 tajualust • 18 elementi • 22 võimet • 4 aarja tõde • 12 sõltuvusliku tekkimise lüli	10 KÕIDIKUT 1. kehapõhine vaade 2. kahtlus 3. kõlblusrituaalidesse kinnijäämine 4. naudingukirg 5. kuritahtlikkus ja vastumeelsus 6. vormide vallaga seotud kirg 7. vormideta vallaga seotud kirg 8. unkus 9. rahutus 10. mitteeadmine 3 DUKKHA PÕHJUST 1. ahnus 2. viha 3. pettekujutus
5 TAKISTUST 1. naudingusoo 2. himu ja kuritahtlikkus	3. laiskus ja loidus 4. rahutus ja mure 5. kahtlus

B U D D H A D H A M M A - V I N A Y A

JUHISED

The background is a solid orange color. Overlaid on this is a large, faint, stylized graphic of a leaf or flower. The graphic is composed of several overlapping, rounded shapes in a lighter shade of orange, creating a sense of depth and texture. The central part of the graphic is a large, circular shape with a scalloped edge, resembling a stylized flower or a large leaf. The overall design is minimalist and modern.



KOLME KAITSE ALLA MINEMINE

Kui Jīvaka küsis Buddhalt, kuidas saab ilmikust kõlbeline järgija, vastas Buddha, et ilmikust saab kõlbeline järgija siis, kui ta läheb kolme kaitse (*tisaraṇa*) alla ning võtab vastu viis kõlblusjuhist (*pañcasīla*). Küsimusele, kuidas peaks ilmikust järgija toimima, et see oleks kasulik nii talle kui teistele, vastas Buddha, et selleks tuleb teostada dhammat ja vinajat ning julgustada ka teisi sedasama tegema, arendada (usaldavat) usku (*saddhā*), kõlblust (*sīla*) ja loobumisel põhinevat heldust (*cāga*), viibida koos munkadega ning kuulata dhammat, jätta see meelde ja analüüsida seda, mõtlustada dhamma üle ning teostada seda.¹

Formaalselt saadaksegi Buddha õpetuse järgijaks „Lühikestes lugemistes (paali)” esitatud kolme kaitse (*saraṇattaya*) – Buddha, dhamma ja sangha – kolmekordse mõtestatud lausumisega.² Kolme kaitse vastuvõtjal on esmalt vaja tunda nelja aarija tõde ja aarija kaheksaosalist teed. Seejärel ta lausub kas üksi või koos grupiga paali, eesti või mõlemas keeles (1) „Austusavalduse Buddhale” ning (2) „Kolm kaitset”, millega kinnitab kolme kaitse vastuvõtmist.

AUSTUSAVALDUS

(*namaskāra*)



Austus Temale, Ülimale, Arahandile, Täielikult Mõistnule
namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa

Austus Temale, Ülimale, Arahandile, Täielikult Mõistnule
namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa

Austus Temale, Ülimale, Arahandile, Täielikult Mõistnule
namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa

1 Jīvaka-sutta AN 8.26.

2 Saraṇattaya [Saraṇagamana] Kp 1.

KOLM KAITSET

(saraṇattaya/tisaraṇa)



Buddha kaitse alla lähen
buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

dhamma kaitse alla lähen
dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

sangha kaitse alla lähen
saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi



Teist korda, Buddha kaitse alla lähen
dutiyampi buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

teist korda, dhamma kaitse alla lähen
dutiyampi dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

teist korda, sangha kaitse alla lähen
dutiyampi saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi



Kolmandat korda, Buddha kaitse alla lähen
tatiyampi buddhaṃ saraṇaṃ gacchāmi

kolmandat korda, Buddha kaitse alla lähen
tatiyampi dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

kolmandat korda, Buddha kaitse alla lähen
tatiyampi saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Seejärel kummardavad inimesed kolm korda ja puudutavad Buddha õpetuse järgima asumise märgiks kokkuasetatud kätega otsaesist.

KÕLBLUSJUHISTE VASTUVÕTMINE

Kõlblusjuhiste kui sotsiaalse normatiivi vastuvõtmise eesmärk on kujundada kogukonnas harmoonilist kooselu. Isiklikku arengut silmas pidades võetakse juhised vastu selleks, et rajada oskusliku käitumise vundament, mis aitab vabaneda kannatustest ja jõuda virgumisele. Viis kõlblusjuhist on universaalsed ja igavesed (*pañcasīla sabbakālika*) ning neid on järginud kõik vaimsed püüdled ja buddhad, kes elasid enne Gotama Buddhat.

Kuigi reeglina võetakse kõlblusjuhiseid vastu templis ning rituaali viib läbi munk, võib kõlblusjuhiseid vastu võtta ka üksi või koos sõpradega.

Juhiste vastuvõtjad asetavad käed kokku ja lausuvad kas paali, eesti või mõlemas keeles (1) „Austusavaldus Buddhale“, (2) „Kolm kaitset“ ja (3) „Viis kõlblusjuhist.“³

VIIS KÕLBLUSJUHIST

(*pañcasīla*)



Elu võtmisest hoidumise treeningjuhise võtan järgimiseks
pāṇātipātā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi



Mitteantu võtmisest hoidumise treeningjuhise võtan järgimiseks
adinnādānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi



Naudingut pakkuvast valest käitumisest hoidumise treeningjuhise
võtan järgimiseks
kāmesu micchācāra veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi

3 „Austusavaldus Buddhale“ ja „Kolm kaitset“ on toodud eelnevas lõigus „Kolme kaitse alla minemine“.



Vale rääkimisest hoidumise treeningjuhise võtan järgimiseks
musāvāda veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi



Joovastavatest ainetest ja jookidest hoidumise treeningjuhise
võtan järgimiseks
surā-meraya-majja-pamādaṭṭhānā veramaṇī sikkhāpadaṃ samādiyāmi

Seejärel kummardavad kõik inimesed kolm korda Buddha kuju ees ning puudutavad viie juhise vastuvõtmise märgiks kokkuasetatud kätega otsaesist.

Munga poolt läbiviidav kõlblusjuhiste vastuvõtmise protseduur erineb natukene eeltoodust ja sisaldab ka mungapoolseid selgitusi juhiste olulisusest ja järgimise kasust.



Suurepärane! Suurepärane! Suurepärane!
sādhū! sādhū! sādhū!

SÕBRALIKKUSE ARENDAMINE

Buddha on korduvalt õpetanud ja julgustanud sõbralikkuse arendamise (*mettā bhāvanā*) teel vabanema kõikidest takistustest, arendama välja džhaanad ja saavutama sõbralikkuses teadvuse vabanemise (*mettā cetovimuttī*).¹ „Kolme teadmise suttas“ õpetab Buddha, et sõbralikkuse arendamine rajaneb sellele eelnenud kõlbluse treenimisele ja käitumise ohjamisele, [taju]võimete ohjamisele (*indriya-saṃvara*) ja teadvustatud arusaamise ning sellest tekkinud rõõmu (*santosa*) saavutamisele. Seejärel hakkab bhikkhu arendama sõbralikkuse tunnet kuni viie takistuse eemaldamiseni (*nīvaraṇa-ppahāna*) ja jätkab kuni kolmanda džhaana saavutamiseni. Kui bhikkhu näeb, et viis takistust on peatunud, sünnib temas heameel (*pāmojja*); heameelest sünnib rõõm (*pīti*); rõõmus meel rahuneb ja vaigistab keha (*kāyo passambhati*); rahunenud kehas tekib õnne tunne (*sukha*); ning õnnelik teadvus muutub keskendunuks (*samādhi*). Ta laseb sõbralikkusest küllastunud meelel täita kõik ilmakaared, ka ülal ja all, ning hakkab seda avardama kõikjale ulatuvaks, suurelt avardunuks ja piirituks.² Seejärel arendab bhikkhu sama põhimõtte alusel välja ka kaastunde (*karuṇā*) ja kaasrõõmu (*muditā*), kuni saavutab neutraalsuse (*upekkhā*).

Sõbralikkuse arendamisel toimub teadvuse eraldumine kuritahtlikkusest (*byāpāda*) ja teadvus vabaneb sõbralikkuses (*mettā-ceto-vimuttī*), mis on ülim oma ilus (*uttari-vimuttī*). Kaastunde arendamisel toimub eraldumine kahjustamisest (*vihesā*) ja teadvus vabaneb kaastundes (*karuṇā-ceto-vimuttī*), misjärel saavutab bhikkhu lõputu ruumi valla (*ākāsānañcāyatana-paramāha*) keskenduse. Kaasrõõmu arendamisel toimub eraldumine kadedusest (*arati*) ja teadvus vabaneb kaasrõõmus (*muditā-ceto-vimuttī*), misjärel saavutab bhikkhu lõputu teadvuse valla (*viññāṇañcāyatana-paramāha*) keskenduse. Neutraalsuse arendamisel

1 Takistustest loobumise kohta vt „Nīvaraṇappahāna-vagga“ AN 1.17, „Dhammagrupid“ („Dhammasaṅgaṇī“) Dhs 2.4.2.

2 „evaṃ kho, vāseṭṭha, bhikkhu sīlasampanno hoti ... pe ... tassime pañca nīvaraṇe pahīne attani samanupassato pāmojjaṃ jāyati, pamuditassa pīti jāyati, pītimanassa kāyo passambhati, passaddhakāyo sukhaṃ vedeti, sukhino cittaṃ samādhīyati. so mettāsahagatena cetasā ekaṃ disaṃ pharitvā viharati. tathā dutiyaṃ. tathā tatiyaṃ. tathā catutthaṃ. iti uddhamadho tiriyaṃ sabbadhi sabbattatāya sabbāvantāṃ lokaṃ mettāsahagatena cetasā vipulena mahaggatena appamāṇena averena abyāpajjena pharitvā viharati.“ – „Tevijja-sutta“ DN 13.

toimub eraldumine kirest (*rāga*) ja teadvus vabaneb neutraalsuses (*upekkhā-ceto-vimutti*), misjärel saavutab bhikkhu mittemillegi valla (*ākiñcaññāyatana-paramāha*) keskenduse.³ Džhaanas keskendunud Brahmale omase meeleaseisundini jõudnud inimene viibib brahmalikus olekus (*brahma-bhūto*), on rahulolev, tasane ja eraldunud ning naudib õnneküllast brahmalikus olemasolus viibimist (*sukhappaṭisaṃvedī brahmabhūtena attanā viharatī*).⁴

„Upaali sutta”⁵ kohaselt on sõbralikkuse arendamine oluline ka saavutatud mentaalsete võimete säilitamiseks, kuna džhaana abil saavutatud üleloomulikud võimed võivad hävineda üheainsa vihasööstuga. Oma teadvuse sõbralikkuse abil piirituks arendanud bhikkhud on aga vihast, kurjusest ja vaenust vabad. Buddha õpetas, et sõbralikkuse teel teadvuse vabanemise teostanu võib oodata ühteteistkümnet kasu: (1) ta uinub õnnelikult, (2) ärkab õnnelikult, (3) ei näe kurje unenägusid, (4) on inimestele armas, (5) on mitteinimestele armas, (6) deevad kaitsevad teda, (7) ei tuli, mürk ega relvad vigasta teda, (8) tema teadvus keskendub kiiresti, (9) tal on särav jume, (10) ta sureb segaduseta, (11) ning kui ta ei saavuta enam, toimub tema uus sünd Brahma maailmas.⁶

Sõbralikkust saab arendada järgnevalt.⁷

- Istu mugavalt, selg sirgelt. Liiguta oma keha kergelt ühele ja teisele poole ning leia just sulle sobiv tasakaalupunkt.
- Hinga sügavalt sisse ja aeglasel väljahingamisel luba oma silmadel kinni vajuda.
- Saa teadlikuks hingamisest ning sellest, kas sissehingamine on pikk või lühike ning kas väljahingamine on pikk või lühike. Sa ei pea midagi tegema, lihtsalt vaatle ja teadvusta sekkumata, kuidas keha ise hingab.

3 „Mettāsahagata-sutta” ehk „Haliddavasana-sutta” SN 46.54 ja „Nissāraṇīya-sutta” AN 6.13.

4 „Tevijja-sutta” DN 13, „Uposatha-sutta” AN 3.70, „Kandaraka-sutta” MN 51; „Ghoṭamukha-sutta” MN 94.

5 „Upāli-sutta” MN 56.

6 „Mettā-sutta” ehk „Mettānisamsa-sutta” AN 8.1 ja AN 11.15.

7 Toodud meelearjutuse juhise koostamisel on võetud aluseks: „Mettā-kathā” Ps 2.4, „Anuruddha-sutta” MN 127, „Mettā-sutta” ehk „Mettānisamsa-sutta” AN 11.15 ning Ṭhitañāṇa bhikkhu, *Meelerahu ja teadlikkuse loomine ning arendamine*, I osa, Aegna: Aegna Meelearenduskeskus, 2022, lk 25–26.

- Lõdvesta kogu keha ja kõik, mis on hingamisega seotud. Jäädes teadlikuks hingamisest, hakka oma südames kasvatama sõbralikkuse ja heatahtlikkuse tunnet. Meenuta, mida head oled Sa teinud, kuidas oled aidanud mõnda inimest, olnud abiks raskel ajal toetava sõnaga või jaganud lahkelt oma aega, et kuulata ära teise mure. Koge seda hoolivat ja sooja sõbralikkuse tunnet, mis kaasneb sõbralike, lahkete ning heatahtlike tegude ja mõtete meenutamisega. Lase sõbralikkuse tunde meenutamisest tekkinud heameelel hoovata oma südames ja soovi:

„Et kõik **inimesed** oleksid vaenulikkusest vabad, muredest vabad, hädadest vabad, olgu nad õnnelikud!”

„Et kõik **mitteaarijad** oleksid vaenulikkusest vabad, muredest vabad, hädadest vabad, olgu nad õnnelikud!”

„Et kõik **aarija teele pürgijad** oleksid vaenulikkusest vabad, muredest vabad, hädadest vabad, olgu nad õnnelikud!”

„Et kõik **aarija tee saavutanud** oleksid vaenulikkusest vabad, muredest vabad, hädadest vabad, olgu nad õnnelikud!”

„Et kõik **deevad** oleksid vaenulikkusest vabad, muredest vabad, hädadest vabad, olgu nad õnnelikud!”

„Et kõik **olendid** oleksid vaenulikkusest vabad, muredest vabad, hädadest vabad, olgu nad õnnelikud!”

„Et kõik **langusesse läinud olendid** oleksid vaenulikkusest vabad, muredest vabad, hädadest vabad, olgu nad õnnelikud!”

„Et kõik **hingavad elusolevused** oleks vaenulikkusest vabad, muredest vabad, hädadest vabad, olgu nad õnnelikud!”

„Et kõik **mina-olemasoluringlusesse langenud** oleksid vaenulikkusest vabad, muredest vabad, hädadest vabad, olgu nad õnnelikud!”

Luba nüüd sellel tundel hakata enda sees avarduma ja endast välja kiirguma selliselt, et see hõlmaks nii koha, kus sa parasjagu oled, kui ka

kõik seal viibivad inimesed. Laienda sõbralikkuse tunnet järk-järgult nii, et see täidaks kogu linna, riigi, terve planeedi. Haara sellesse südamlikku tundesse ka loomad ja linnud, kõik elavad olendid. Selleks võid kujustada, kuidas sa kiirgad endast igas suunas südamlikku ja siirast sõbralikkust, mis levib puhta valgusena, värviliste kiirtena, kõikeläbis-tavate lainetena või muul viisil üle kogu maa. Kujutle, kuidas see valgus avardub ja haarab endasse kõik inimesed ja elusolendid. Püüa arenda sõbralikkust kõikide elusolendite suhtes võrdselt ja soovi:

„Et kõik inimesed, aarija tee järgijad, deevad ja langenud olen-did, kõik elusolevused ja mina-olemasoluringlusesse laskunud **idas, läänes, põhjas, lõunas, kirdes, edelas, loodes, kagus, üleval ja all**, oleksid vaenulikkusest vabad, muredest vabad, hädadest vabad, olgu nad õnnelikud!”

Avarda nüüd sõbralikkuse tunnet veelgi enam, nii, et see täidaks kogu universumi, nii kaugele kui suudad. Muuda oma südamest kiirgav isetu ja soe sõbralikkuse tunne kõikjale ulatuvaks, suurelt avardunuks ja piiri-tuks. Puhasta seejärel oma meel mõtetest nagu taevas pilvedest ja lase meelel puhata selles kaunis sõbralikkuse avaruses.

Kui sa oled valmis sõbralikkuse arendamist lõpetama, too oma tähe-lepanu vaikselt tagasi sellesse ruumi, kus sa parasjagu viibid. Saa taas teadlikuks kogu oma kehast pealaest jalatallani, ning ava aeglaselt oma silmad. Püüa see soe sõbralikkuse tunne ankurdada oma südamesse ning säilita seda nii kaua kui võimalik.



Suurepärane!

Et kõik olendid oleksid terved, õnnelikud ja kannatustest vabad!

TÄHTPÄEVAD



Buddha dhamma järgijad tähistavad järgmisi pühasid ja tähtpäevi.

Täiskuupäev (*uposatha*). Täiskuupäeva tähistamist õpetas Buddha nii munkadele kui ilmkutele ja seda on järginud juba rohkem kui 2500 aastat kõik autentse Buddha dhamma teostajad. Nii täis- kui poolkuu päevadel retsiteeritakse ehk korratakse üheskoos poollaulvalt dhammat ja vinajat (*pātimokkha*) igas templis, kus elavad neli või enam munka. Enne retsiteerimist toimub munkade vahel vastastikune eksimuste tunnistamine. Sel päeval harjutatavad nii bhikkhud kui ilmikjärgijad teadlikkuse loomist ja arendamist ning keskendust.¹

Täiskuupüha (*māghapūjā*) ehk **sanghapäev** (tavaliselt veebruari täiskuu päev). Sel päeval pöördus ajalooline Gotama Buddha juhiste värsiga (*ovādapāṭimokkha gāthā*) spontaanselt kogunenud 1250 arahandile poole. Oma olemuselt on *ovādapāṭimokkha* dhamma ja vinaja lühikokkuvõte. Peale pöördumist saatis Buddha arahandid erinevates suundades nii inimeste kui deevade heaoluks ja hüvanguks tema antud virgumisdhammat õpetama.

Vesaakapüha (*vesākhapūjā*) [*vesākha* on aprilli keskpaigast mai keskpaigani kestva kuu nimetus] ehk **Buddhapäev** (tavaliselt maikuu täiskuu päev). Sel päeval tähistatakse *vesākha* kuu täiskuu päeval aset leidnud kolme sündmust, milleks on Buddha sünd, virgumine ja lõplik vaibumine (*parinibbāna*).

1 Vt Saṃkhiṭṭuposatha-sutta AN 8.41 ja Uposatha-sutta AN 3.70.

Dhammapäev (*āsā!hāpūjā*) (tavaliselt juuli täiskuu päev) [*āsā!hā* on kuu nimetus, mis kestab juuni keskpaigast juuli keskpaigani]. Sel päeval tähistatakse Buddha esimese õpetuse andmist viiele joogile. Üks joogidest, Kondañña, saavutas õpetust kuuldes mõistmise ja palus saada Buddha järgijaks, pannes nii aluse aarija sanghale. Samal päeval algab iga-aastane vinaja-kohane kolmekuuline retriit (*kattikatemāsikā*)² keskenduse arendamiseks (*vassa*). Retriit algab juuli keskel, täiskuu päeval (*uposatha*) ja kestab kogu vihmaperioodi, kokku kolm kuud. Lühem *vassa* kestab kaks kuud, pikem neli kuud.

Rahulolupüha (*pavāraṇāpūjā*) tähistatakse keskenduse arendamise retriidi ehk *vassa* lõppu (kolmekuulise *vassa* korral oktoobri täiskuu päev).

Rüü (*kaṭhina*) **tseremoonia** toimub *vassa* lõpetamisele järgneval kuul, mil ilmikud kogunevad templisse rüü õmblemiseks sobiliku puuvillase kanga, almusnõu, raseerimisvahendite, eluaseme, toidu jm bhikkhudele vajalike tarvikute pidulikuks annetamiseks.

Hingamise teadlikkuse päev (*ānāpānasati*) (tavaliselt novembris). Kord, ühe vihmaperioodi (*vassa*) lõppedes, oli Buddha bhikkhude meele arendamise praktikaga nii rahul, et julgustas neid jätkama retriiti ühe kuu võrra. Sellel täiskuu päeval, mil tähistatakse pikendatud neljakuulise retriidi (*kattikācātumāsikā*) lõppemist, andis Buddha täpsed juhised hingamise teadlikkuse arendamiseks, mille võib leida „Hingamise teadlikkuse sutta”.³

2 *kattikā* on viiekuulise (*āsā!ha*, *sāvaṇa*, *bhaddara*/*poṭṭhapāda*, *assayuja* ja *kattikā*) vihmaperioodi viimase kuu nimetus.

3 *Ānāpānasati*-sutta MN 118.

ALGTEKSTIDE KOGU

Paali Tekstide Ühingu (Pali Text Society) poolt välja antud Tipiṭaka ingliskeelne tõlkekogumik sisaldab rohkem kui 40 raamatut, milles on kokku enam kui 20 000 lehekülge.



I. VINAYA-PIṬAKA

Vinaya-piṭaka – The Book of the Discipline (I – VI)

II . SUTTA -PIṬAKA

Dīghanikāya – Dialogues of the Buddha

Majjhimanikāya – Middle Length Sayings; Middle Length Discourses of the Buddha

Saṃyuttanikāya – The Book of Kindred Sayings, Connected Discourses of the Buddha

Aṅguttaranikāya – The Book of Gradual Sayings Khuddakanikāya

Khuddakapaṭha – The Minor Readings; Minor Anthologies I (The Text of the Minor Sayings)

Dhammapada – Word of the Doctrine; Minor Anthologies I (Verses on Dhamma)

Udāna – Minor Anthologies II (Verses of Uplift); The Udāna

Itivuttaka – As It Was Said; The Itivuttaka

Suttanipāta – The Group of Discourses; The Rhinoceros Horn

Vimānavatthu – Minor Anthologies IV (Stories of the Mansions)

Petavatthu – Minor Anthologies IV (Stories of the Departed)

Theragāthā – Elders’ Verses I = Poems of Early Buddhist Monks;
Psalms of the Brethren

Therīgāthā – Elders’ Verses II = Poems of Early Buddhist Nuns;
Psalms of the Sisters; Stances des Theri

Jātaka – Stories of the Buddha’s Former Births

Niddesa – ainult paali keeles

Paṭisambhidāmagga – The Path of Discrimination

Apadāna – ainult paali keeles

Buddhavaṃsa – Minor Anthologies III (The Chronicle of the Buddhas)

Cariyāpiṭaka – Minor Anthologies III (The Basket of Conduct)

III . ABHI DHAMMA-PIṬAKA

Dhammasaṅgaṇī – A Buddhist Manual of Psychological Ethics

Vibhaṅga – The Book of Analysis

Dhātukathā – Discourse on Elements

Puggalapaññatti – A Designation of Human Types

Kathāvatthu – Points of Controversy

Yamaka – ainult paali keeles

Paṭṭhāna – ainult paali keeles

Tikaṭṭhāna – Conditional Relations

Dukaṭṭhāna – ainult paali keeles

KASUTATUD KIRJANDUS

KANOONILINE 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.

Hardy, E. (toim). Aṅguttaranikāya, Vols. III -V. Oxford: PTS, 1994, 3rd ed.

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

Jayawickrama, N. A. (toim). Vimānavatthu and Petavatthu. London: PTS, 1977, 1999.

Masfeld, P. The Udana. Oxford: Pali Text Society, 1994.

Masfeld, P. The Itivuttaka. Oxford: Pali Text Society, 2000.

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.

Ñāṇāmoli, Bhikkhu & Bodhi, Bhikkhu (tlk). The Middle Length Discourses of the Buddha: A Translation of the Majjhima Nikāya. Oxford: Wisdom Publication, 2001.

Norman, K. R. The Group of Discourses. Oxford: Pali Text Society, 2001 (reprint).

Norman, K. R. (toim). The Group of Discourses (Suttanipāta). Oxford: PTS, 2006.

Radhakrishnan, S. (tlk). The Dhammapada. Delhi: Oxford University Press, 1950.

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

Rhys Davids, T. W. and C. A. F. Dialogues of the Buddha (3 vols.). Delhi: Motilal Banarsidass, 2000.

The Book of the Discipline (Vinaya-piṭaka), London: PTS, Vol. I 1949, Vol. II 1969, Vol. III 1969, Vol. IV 1971, Vol. V, 1963, Vol. VI 1966.

The Text of the Minor Sayings (Khuddakapāṭha). London: PTS, 1978.

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

Woodward, F. L., Hare, E. M. The Book of the Gradual Sayings (5 vols.). Oxford: Pali Text Society, 1994.

MUUD ALLIKAD

Adam, T. M. Groundwork for a Metaphisic of Buddhist Morals: A New Analysis of puñña and kusala, in Light of sukka. – Journal of Buddhist Ethics 12 (2005), lk 62–85.

Anuruddha, Ācariya. A Comprehensive Manual of Abhidhamma: The Abhidhammatha Sangha, BPS Pariyatti Editions. Onalaska: Pariyatti Publishing, 2012.

Arahant Upatissa. The Path of Freedom (Vimuttimaggā). Malaysia: The Penang Buddhist Association, 2005.

Banks, F. E. Dāna: Giving and Getting in Pali Buddhism. Delhi: Motilal Banarsidass, 2003.

Bhadantācariya Buddhaghosa. The Path of Purification (Visuddhimaggā). Sri Lanka: Buddhist Publication Society, 2010.

Bhadantācariya Buddhaghosa. The Expositor (Aṭṭhasālinī). Vol. II, London: The Oxford University Press, 1921.

Collins, S. Selfless Persons. Cambridge: Cambridge University Press, 1982.

Dutt, N. The Brahmajala Sutta (in the Light of Nagarjuna's exposition). The Indian Historical, 1932.

Evans, Stephen A. Ethical Confusion: Possible Misunderstandings in Buddhist Ethics. – Journal of Buddhist Ethics 19 (2012), vaadatud 09.09.2017, <http://enlight.lib.ntu.edu.tw/FULLTEXT/JR-MAG/mag388399.pdf>

- Gombrich, R. What the Buddha thought (1 ed.). London: Equinox Publishing, 2009.
- Gooneratne, E. R. (toim). Vimānavatthu Commentary (Paramatthadīpanī III). London: PTS, 1886.
- Hallisey, C. Ethical Particularism in Theravada Buddhism. – Journal of Buddhist Ethics 3 (1996), lk 32-43.
- Harvey, P. Criteria for Judging the Unwholesomeness of Actions in the Texts of Theravada Buddhism – Journal of Buddhist Ethics 2 (1995), lk 140-151.
- Harvey, P. An Introduction to Buddhist Ethics. Cambridge: Cambridge University Press, 2000.
- Mehm, T. M. The Essence of Buddha Abhidhamma. Yangon: Mehm Tay Zar Monm Publication, 1995.
- Nyanatiloka. The Word of the Buddha. Buddhist Publication Society: Kandy, 1967.
- Sayādaw, Ledi. A Manual of the Path Factors (Maggaṅga Dīpanī). England: Association for Insight Meditation.
- Tedesco, P. Sanskrit kusala-skilful, welfare – Journal of the American Oriental Society 74 (1954), lk 131-142.
- Ṭhitañño, bhikkhu. Mida kinkida budistile pühade ajal? – Eesti Theravaada Sangha koduleht (2017).
- Velez de Cea, A. The Criteria of Goodness in the Pali Nikāyas and the Nature of Buddhist Ethics – Journal of Buddhist Ethics 11 (2004).



Mitmed kasutatud kirjanduse all toodud raamatutest,
samuti käesolev raamat,
on tasuta allalaaditavad Eesti Theravaada Sangha kodulehelt
www.sangha.ee



HÄÄLDAMINE JA MÕISTED

HÄÄLDAMISJUHISED

Suures osas on paali keele hääldus meie emakeelsele hääldusele sarnane, kuid on ka mõned erinevused.

Pikad vokaalid paali keeles on ā, ī, ū, e ja o (hääldatakse ā = aa, ī = ii, ū = uu; e = ee, o = oo); kui aga e ja o esinevad pikas vokaalis enne topelt konsonanti, hääldatakse need lühikeselt.

Lühikestest vokaalidest ḍ, ḷ, ṇ ja ṭ on suulaehäälikud, neid hääldades puudutab keeleots suulage;

ṁ/ṃ võib muutuda enne teist konsonanti nasaaliks (ṁ/ṃ = n), nt sõna *buddhaṁ/buddham* hääldatakse „buddhan“;

nasaalse ñ hääldusele lisandub sageli poolvokaal j (ñā = nja), nt sõna *pañña* hääldatakse „pannja“ (sarnaselt sõnaga pann + ja).

SÕNASTIK

abhidhamma [abhi + dhamma] abhi-dhamma (45, 72, 96, 109, 119, 163-164)

abhidhammapiṭaka „Abhdhammakorv“ [abhi + dhamma + piṭaka] (24, 45, 92, 157, 163-164, 165)

abhijjhā [abhi + dhyā] (saama)himu; pea-aegu sama mis ahnus (lobha) (122, 131)

abhiññā [abhi + jñā] ülimald teadmised, üleloomulike võimete omamise ja kasutamise teadmised (63, 82, 83, 147)

abrahmacariya [a + brahma + cariya] mittebrahmalik ehk jumal Brahmā olemusega sobimatu käitumine või eluviis (65, 67)

abyāpāda [a + vy + ā+pad] mittekuri-

(tahtlikkus), mittepaha(tahtlikkus), mittevastumeelsus (57)

acala [a + cala] mitteliikumine, liikumatus, kõigutamatus; = nibaana (nibbāna) ehk värbumise omadus (45)

accuta absoluutne stabiilsus, püsivus, rahu, muutumatu, igikestev, möödumatu (45)

adhimokkha [adhi + muc] kindel otsus, otsusekindlus, otsustavus, veendumus (96)

ādikalyāṇa [ādi + kalyāṇa] alguses hüveline (dhamma omadus) (172)

ādinava [ā + dīna + va] „viletsust täis“, armetus; halb tagajärg, ebasoodsad tingimused, kahju, (häda)oht, oht(likkus) (104, 141)

adinnā [a + dinnā] mitteantud; see, mida pole antud (**65**, 84, 120, 178)

adinnādāna [a + dinna + ādāna] mitteantu võtmine; selle võtmine, mida pole antud käest kätte, mida ei ole mungale annetatud (**65**, 84, 120, 178)

adinnādāyin [a + dinna + ādāyin] mitteantu võtja ehk see, kes võtab, mida pole antud (= varas)

adosa [a + dosa] mitteviha, vihatus (41, 72, 120, 123)

adukkhamasukhāvedanā [an + dukkha + ma + sukhā + vedanā] ei kannatuse ega õnne tunne (93)

āgama [ā + gama] tulemine (lähemale või tagasi); naasmine, tulemus; ressurss; tekst, pühakiri, kaanon; reegel, tava, praktika, distsipliin, kuulekus; tähendus, mõistmine; (võlgade) tasumine; (vahele)lisatud konsonant või silp (127)

āgata [ā + gam + a] (tagasi) tulnud, (kohale) saabunud: kohal; üle/kätte antud; õppinud (17, 21, 22, 31, 45, 62)

āhāra toit, toide (78, 93, 111)

āhārepaṭikkūlasaṇṇa [āhāre + paṭikkula + saṇṇā] toidu ebameeldivusetaju (140)

ahetuapaccayaditṭhi [ahetu + apaccaya + ditṭhi] põhjuse ja tingimusest vaade; vääruskumus, mille kohaselt kõik tunded, mida inimene kogeb on põhjusest ja tingimusest (= fatalism) (55)

ahimsa, avihimsā [a + vihimśa] mittejulmus, vägivalatus; mitte kahjustama või vigastama (**57-58**, 84)

ajjhatta [adhi + attā (ajjhattam)] isiklik; personaalne; seotud minaga (135, 139)

ākāraka [ākāra + ka] põhjus; tingimus; ilmnemine (128)

ākāravant [ākāra] põhjust omama, mõistlik, põhjendatud (30)

ākāravatisaddhā [ākāra + vati + saddhā]

põhjendatud usk; arukal põhjusel (= nägemisel) põhinev usk (30)

ākāsa (avatud) ruum; õhk, taevas (46, 92, 134-136, 139)

akiriyaḍiṭṭhi [a + kiriya + diṭṭhi] tagajärjetu käitumise vaade (55)

akusala [a + kusala] mitteoskuslik, oskamatu (49, 55, 66, 72, 78, 84, 110, 116, **120**, 123, 127, 128, 153)

akusalamūla [a + kusala + mūla] mitteoskuslik juur ehk oskamatu juur (66, **123**, 127)

alābhaka [a + labhaka] mitte saama, kaotama (39)

allika [alla] määrdumine, rüve; klammerdumine; kinnitumine (= alliyati) (21, 52)

alobha [a + lobha] mitteahnus, ahnusetus (41, 72, 120, 123)

amoha [a + moha] mittepettekujutus, pettekujutlusetus, pettekujutluse puudumine (41, 72, 76, 96, 120, 123)

amūlakasaddhā [a + mūlaka + saddhā] alusetu usk (30)

anāgāmin (m), **anāgāminī** (n) [an + āgāmi(n)] mittenaasja (56, 83, 151, **153**, 155)

anāgata [an + āgata] mitte veel (tagasi) tulnud või kätte jõudnud; tulevik (63)

ānāpānasati [ānā + pāna + sati] sisse ja välja hingamise teadlikkus või teadvustamine (131, 181)

anappaka [an + appaka] mitteväike = suur(em); oluline (126)

anatta [an + atta] mitte-mina, minatus, omaolemusetus (41, 47, 100, **101-105**, 140, 141, 147, 169)

anavajja [an + avajja] mittelaiduväärne, laitmatu (78, 169, 172)

aṇḍa muna; munandid; veekott (66)

aṇḍaja [aṇḍa + ja (jāti)] munast põlvnenud (66)

āneñjabhisankhāra [āneñja + abhi + sankhārā] kõigutamatud moodustised (95, 107)

āneñjatā, āneñjatā [āneñja] liikumatus; hāirimatus; lābimatus; segamatus; kõigutamatus, vankumatus (95, 107, 110, 146)

anesanā [an + esanā] sobimatu (68, 84)

anicca [a + nicca] püsitu, mittepüsiv (41, 77, 90, 92, 100, 102, **103**, 105, 111, 131, 140, 141, 147, 169)

aniccatā [anicca] püsitus, mittepüsivus (92)

ānisamsa [ā + ni + samsa] tasu (68, 131)

anubodha [anu + budh] (teostunud) virgumine; mõistmine, arusaamine, teadmus, äratundmine, taipamus (53, 83, 139)

anumodana [anu + modana] „vastavalt maitsele“, st rahulolu, tänuavaldus kas kingituse vastuvõtmisel või peale sööki; tänu-likkuse väljendamine, õnnistuse lausumine (125, 126)

anupādā [an + upādiyati (upa + ā + dā) = anupādāya] ei omista endale, ei suhtu kui enda omasse; ei haara, ei hoia kinni (156)

anupada [anu + pada] järgnev värss, sõna-sõnalt; järgnev samm; (üksteise) taga asuv või teineteisele järgnev (156)

anupādisesanibbānadhātu [an + upādisesa + nibbāna + dhātu] olemasoluga mitteseotud ehk jäägita vaibumise element = arahandil viie koostisosa lakkamise ehk keha surma järgne lõplik vaibumine (parinibbāna) (154)

anupassanā [anu + passati] (üle) vaatlemine, (tähelepanelik) vaatlus, kaalutlemine, mõtisklemine (75, 80, 85, 137, 147)

anuppādāya [an + uppādāya] mitte tekkinud/ilmnenud/esile kerkinud (72, 84)

anuppanna [an + uppanna] mitte (uuesti) sündinud, mittekkinud, mitte esile kerkinud (72, 84, 85)

anurakkhā [anu + rakkhā] valvamine, kaitsmine, säilitamine (73)

anussati [anu + sati] meelepsidamine, meenutamine, teadlikuks saamine (19, 20, 82, **138**, 145, 171)

anuyoga [anu + yuj] (enese) sidumine, andumine, pühendumine, rakendamine; praktika, harjutus, teostus (19, 21, 22, 52)

apacāyana [apa + cāy] austamine (125)

apara [apa] teine, veel üks, täiendav, lisanud, järgmine, järgnev (151-153, 155, 171)

apāya äraminek, lahkumine; (olulise) kaotus; eraldumine; langus; leke, (vee) väljavool; kõlbeline mandumine; hukatus; ebaõnn. **Apaaja** on üks sansaara (saṃsāra) neljast õnnetust tasandist (110)

āpodhātu [āpo + dhātu] vee-element (= sidusus) (92, 93, 97)

appanāsamādhi [appanā + samādhi] kinnistunud keskendumine (= jhāna) (83, 133)

appiya [a + piya] ebameeldiv, mitteamas(tatud) (90)

appiyehi sampayoga kokkupuude ebameeldivaga (37, 38)

apuññabhisankhāra [a + puñña + abhi + sankhāra] mittepälvimuslikud moodustised (95, 107)

arahant arahant; vääriline; Buddha epiteet; see, kes on jõudnud Buddha poolt õpetatud aaria teed järgides aaria isiku kujunemise viimasesse (neljandasse) etappi (19, 23, 41, 46, 48, 53, 56, 83, 110, 128, 150, 151, 153, **154**-156, 158, 161, 173)

arahattamagga [arahatta + magga] arahandi tee (18, 128, 154)

ārammaṇa stiimul (vastab kuuele meele), keskendusobjekt (46)

ariya aarija; üllas (19, 20, 21, 27, 36, 37, 40, 44, 45, 47, 49, 52, 56, 76, 81, 84, 135-137, 139, 145, 147, **149**, 151, 154, 155)

ariya aṭṭhangika magga [ariya aṭṭha + angika/aṅgika magga] aarija kaheksaosaline tee (47, **52**, 84, 137, 139, 145)

ariyamagga [ariya + magga] aarijatee (151, 154)

ariyapuggala [ariya + puggala] aarija(lik) isik (149, 155)

ariyasacca [ariya + sacca] aarija(lik) tõde (36, 37, 40, 44, 45, 47)

arūpa [a + rūpa] mittevormiline, vormita, kujuta (19, 41, 110, 132, 135-137, 139, 151, 152, 155)

arūpabhūmi [a + rūpa + bhūmi] vormita tasand (= arūpāvacara) (41, 110, 151)

arūpajhāna [a + rūpa + jhāna] vormita džhaana (19, 132, 135, 136, 137, 151)

arūparāga [a + rūpa + rāga] vormita valla-ga seotud kirk (151, 152, 155)

asaddhamma [a + sa + dhamma] mitte-õige või mittehea dhamma; halb seisund, soovimatu olukord; õpetuse kontekstis see, mis ei vasta "Tipitakas" talletatud Buddha algõpetusele (42, 43)

asaṃvara [a + saṃvara] mitteohjamine, kontrolli puudumine, mittevalitsemine (42, 43, 168, 169, 172)

asankhata [a + sankhata] mittetingitud, mitte kokkupanu (= nibbāna) (45)

āsava tulv; teadusvoog, mis on plekkide/rüvede (saṅkilesikā) looja ning kõrgema teadmise ja taipamise esile kerkimise takistaja (16, 19, 20, 45, 56, 63, 82, 113-115, 125, 127, 145, 152, 154, 171, 172)

āsavakkhaya [āsava + khaya] tuldade lõp-pemine (20, 45, 82, 113, 145, 171, 172)

assāda [ā + sāda] maitse, magusus; meel-div rahulolu, nauding (104, 120)

assattha [ā + sasa + ta] viigipuu, mille all Buddha virgus; bodhipuu ehk virgumispuu (19)

asubha [a + subha] ebapuhas, mittemeeldiv (26, 41, 131, 140)

asubhabhāvanā [a + subha + bhāvanā] ebapuhtuse [taju] arendamine (= 9 laipa + skelett) (26)

atakkāvacara [a + takka + āvacara] väljas-pool mõtlemist ja loogikat asuv (45)

atipāta [ati + pat] rünnak; vt ka pāṇātipāta (65, 84, 120, 178)

atta [ā + d + ta] mina (41, 56, 98, 100, 101, 102, 104, 147, 148)

attadiṭṭhi [atta + diṭṭhi] minavaade (41, 55, 75, 77, 100)

attakilamathānuyoga [atta + kilamatha + anu + yoga] enesevaevamisele andumine (19, 22, 52)

attan aatman, „mina ise”; animistlikus hin-dufilosoofias tõeliseks ja hävimatuks peetat inimese olemus ehk „mina” (41, 56, 98, 104)

attavāda [atta + vāda] minaõpetus (110)

attha (kõlbeline) heaolu, õnnistus (tõlgen-dus sõltub kontekstist) (17)

aṭṭhangika magga [aṭṭha + angika/aṅgika magga] kaheksaosaline tee (47, 52, 84-85, 137, 139, 145)

atthi [as + a + ti] olla (olemas); olevik (tin-gimus) (17, 19, 26, 46, 56, 68, 90, 127, 135, 148)

aṭṭhika [aṭṭhi] luu; skelett (74, 140)

avecca [ava + i + tvā] (kindlalt) mõistnud, (täiuslikult) läbistanud; teadmus (30)

aveccappasāda [avecca + pasāda] tead-muspõhine usk/selgus (30)

avihiṃsāsāṅkappa [a + vihiṃsā + saṅkappa] mittevägivaldne mõte või mõtle-mine (58, 84)

avihiṃsāvitakka [a + vihiṃsā + vi + takka] mittevägivaldne mõte (57)

avijjā [avijjā] mitteteadmine, teadmatus (20, 39, 41, 43, 44, 54, 68, 77, 84, 89, 107, 113, 115, 151, 152, 155)

avijjāsava [a + vijja + āsava] mitteteadmis-tulv (115, 152)

avippaṭisāra [a + vippaṭisāra] kahetsuseta, süümeepiinadeta (67, 68)

āvuso sõber; noorema bhikkhu või ilmiku poole pöördumise viisakas vorm (vanema bhikkhu poole pöördumisel tuleb kasutada väljendit bhante ehk Auväärne) (88, 130)

avyākata [a + vyā + kata] ebamäärane; mittevastatav, mitteselgitatud, mittekuulutatud (46)

avyāpāda [a + vyāpāda] mittekuritahtlik, kuritahtlikkuse puudumine (58, 84, 131)

āyatana [ā + yam] alus, baas (46, 54, 76, 77, 92, 95, 99, 108, 113, 134-137, 139, 145, 147)

ayoniso [a + yoniso] mitteamukas, arutu (42, 43)

āyu eluiga, pikaelalisus (128)

bāhirāni välimine (95, 99)

bāhirāni āyatanāni välimine tajualus (95, 99)

bāla lapsik; noor (alla 16 a); uus, varajane (31)

bala jõud, vägi, võime(kus), tugev(us), mõju(kus); armee, sõjavägi; hallvares (56, 62, 128, 138, 145)

bandhu (ainsuses) sugulane, lähedane (54, 114, 117)

bhaddaka [bhadda] hea, hea omadusega; austatud, kõrge mainega; väärtuslik (74, 181)

bhagavant, bhagavat [bhaga] Ülim; üks paljudest Buddha epiteetidest (17, 32, 142, 161, 176)

bhāṇaka [bhāṇati] retsiteerija, teksti kordaja (23)

bhanga laiali lagunemine, purunemine, katkemine, lõppemine (118)

bhante viisakas, austust avaldav pöördumine, nagu ka Auväärne, Austusväärne (67, 68)

bhava [bhavati] „tulemine“, olemasolu (seisund), ellu ehk olemasollu tekkimine,

uue sünd (40-43, 45, 54, 61, **110**, 113, 115, 152, 154)

bhāvanā [bhu] tulema, saama; [või tegusõnast bhāveti] arendama, suurendama, harima (26, 73, 77, 79, 82, 83, 124, 125, 130, 131, 137, 145-147, 149)

bhavanīrodha [bhava + nirodha] olemasolu lakkamine ehk olemasollu tulemise ja uute sündide lakkamine (45)

bhavāsava [bhava + āsava] olemasolutulv (115, 152)

bhavaṭaṇhā [bhava + taṇhā] olemasoluiha (40, **41**, 43)

bhikkhu bhikkhu, Buddha munk (16, 23, **25**, 31, 52, 54, 56, 62, 77, 78, 81, 116, 121, 135, 136, 141, 142, 159, 173, 180, 181)

bhikkhunī bhikkhuni, Buddha nunn (**25**, 52, 159, 173)

bhūmi [bhavati] (olemasolu või teadvuse) tasand (41, 110, 127, 145, 147, 151)

bhūta, bhūtā, bhūtāni [bhu + a (bhavati)] kasvanud, tekkinud, olemasollu tulnud; ilmnenud; (elus)olend või elusloodus; elutu element, nt neli suurt elementi (mahā-bhūtāni); olemasolev, nii nagu on, tõelus, tõelusele vastav (16, 21, 45, 55, 62, 63, 67, 68, 81, 92, 93, 100, 102, 108, 146)

bija seeme, idu, seemnevedelik, kudu; element (119)

bija niyāma [bija + niyāma] seemne (ehk orgaaniline) seaduspära (119)

bodhi 1. [budh] (Buddhale omased kõrge-mad, ülemaised) teadmised; virgumine. 2. virgumispuu (viigipuu, *Ficus religiosa*), mille all Gotama Buddha saavutas Buddhagāya's kaheksa teadmist ja lõpliku virgumise (16-20, 36, 53, 92)

bodhisatta [bodhi + satta] virgumisolend, kellest saab Buddha. Gotama Buddha on nimetanud bodhisattaks vaid (1) iseennast, (2) neid, kes said buddhaks enne teda ning (3) Metteyya't, kellest saab järgmine buddha (17, **18**, 19, 21, 162)

bojjhaṅga, bojjhanga [bodhi + aṅga/ anga] virgumisosa (43, 73, 74, 76, **77-79**, 115, 139, 145)

brahmacariya [brahma + cariya] brahmalik (jumal Brahmā'le kohane) käitumine; termin, mis tähistab püha ja kõlbelise eluviisi järgimist. Buddha õpetuse kontekstis hõlmab ilmalikust loobumist, dhamma õppimist, kõlbluse järgimist, meele arendamist ja virgumisele püüdlemist (171)

brāhmaṇa [brahma] braahman (47, 160)

brahmavihāra [brahma + vihāra] brahmavihaara, jumal Brahmā elupaik (137, 145)

Buddha [bujjh] Mõistnu, Virgunu. Gotama puhul kirjutatakse suure algustähega, teiste buddhade puhul väikese algustähega (17)

buddhadhamma [buddha + dhamma] Buddha antud dhamma ehk õpetus, tõde (16, 158)

buddhi [budh] tarkus, mõistus, arukus (142, 144)

buddhicarita [buddhi + carita] mõistuslik iseloomutüüp (142, 144)

bujjhati [budh + ya] mõistnu; tark; virgunu (17)

byāpāda [vy + ā + pad] kuritahtlikkus, pahatahtlikkus, vastumeelsus (= vyāpāda) (57)

cakkhu silm (20, 63, 82, 93, 96-99, 108, 171)

cakkkhusamphassajāvedanā [cakkhu + samphassa + vedanā] silmakontaktile vastav tunne (99)

cāra [car] liikumine, kõndimine, käimine; liikumis- või tegutsemisprotsess (26, 62, 65, 78, 84, 110, 121, 132-135, 178)

carita [cāreti, carati] iseloomutüüp (harjumuspäraselt) teostatud; vaadeldud, täheldatud; minev, ringiuitav; tegevus, käitumine; iseloom; elu, elamine (142, 143)

cariya, cariyā [car] teguviis, käitumine, seisund (65, 67)

cattāri mahābhūtāni neli suurt elementi (93)

cattāro, catu (number) neli (36, 43, 49, 53, 73, 76, 81, 82, 84, 108, 115, 130, 133-138, 141, 146, 151, 170, 172, 181)

cattāro ariya saccā neli aari tõde (**36**, 49, 76, 81)

cataudhātuvavattāna [catu + dhatu + vavattāna] nelja elemendi analüüs (141)

catutthajjhāna [catuttha + jhāna] neljas džhaana (82, 85, 130, **133**, 134, 136, 170, 172)

cetanā tahe (oskuslik või mitteoskuslik) (40, 95, 107, 108, 116, 119, 120), vt ka taṇhā, chanda

cetasika „kuulub ceto (= citta) ehk teadvuse juurde“, meeletegur; meeleline (moodustis), kehalise (kāyika) vastand. Koos teadvusega (citta) tähistab meelt (mano, mana) üldises mõttes ja meele juurde kuuluvat, k.a kõiki meele omadusi ning tegureid (45, 72, 92, 96, 132)

cetasikadukkhavedanā [cetasika + dukkha + vedanā] meeleteguripõhine (st meeleline) kannatustunne (88)

cetasikāsukkhāvedanā [cetasikā + sukhā + vedanā] meeleteguripõhine (st meeleline) õnnetunne (93)

cetasikavedanā [cetasika + vedanā] meeleteguripõhine (st mentaalne) tunne (93)

cetopariya [ceto + pariya] meele läbistamine (meeles toimuva nägemine) (82, 171)

cha (number) kuus (76, 77, 95, 99, 109, 143)

chanda (oskuslik) soov (saavutada) (41, 96, 116, 138), vt ka taṇhā, cetanā

citta teadvus kui tajuteadvus ehk teadlikkus objektist (45, 92, 119)

cittakilesa [citta + kilesa] teadvuse plekk ehk reostus, rüve (46)

citta niyāma [citta + niyāma] teadvuse seaduspära (119)

cittānupassanā satipaṭṭhāna [citta + anupassanā sati + paṭṭhāna] teadvuse vaatlemine ja teadlikkuse loomine (75, 80, 85)

cittasaṅkhāra [citta + saṅkhāra] teadvuse moodustised (95, 107)

cittavipallāsa [citta + vipallāsa] teadvuse moonutused (41)

cittakaggatā [citta + ekaggatā] teadvuse ühtesuunatus (133)

cīvara (munga) rüü (25)

corakathā [coraka + kathā] varastest ja röövlistest rääkimine (61)

dāna [dā] annetus, kink; annetamine, kinkimine, heategevus (124-126, 128)

dasa (number) kümme (45, 62, 119, 123, 140, 150, 152)

dāsa ori (44)

dassana [dassati] vaatamine, nägemine, märkamine (64, 67, 68, 113, 146, 148)

dāyāda pärand (54, 117)

deva [div] deeva, jumal, jumalus (20, 27, 29, 32, 110, 116, 127, 128)

devaloka [deva + loka] deevade ehk jumalate maailm (110, 116, 127, 128)

dhamma, dhammā [dhar (hoidma, toetama; see, mis moodustab aluse ja toetab)] (1) ainsuses (dhamma): ajaloolise Buddha Gotama antud algõpetus; asjade tõeline olemus; seaduspära ehk toimimispõhimõte; kannatusest vabanemise tee (= arahandiks saamine, mis on Buddha antud dhamma ainus eesmärk); kõlblus või eetika (õpetus kõlblusest); kõlbeline, hea ja oskuslik käitumine; eetiline õiglusõpetus (nt kümme kuninga dhammat). (2) mitmuses (dhammā): meesisene objekt või nähtus, nt keskendumisel tekkiv märk vm kujutis (nimitta); meeleseisund või selle seisundi kvaliteet; olemus või omadus; meeleväline objekt või nähtus üldisemas mõttes; mingi välise vormiga seotud printsiip. Dhamma on kõikide meesiseste ja meeleväliste objektide ning nähtuste koondtermin (21, jm)

dhammadesanā [dhamma + desanā] dhamma õpetamine, selgitamine, mõtestamine ja selle üle mõtlustamine (125)

dhamma niyāma [dhamma + niyāma] dhamma ehk korra või normi seaduspära (119)

dhammānupassanā satipaṭṭhāna [dhammā + anu + passanā sati + paṭṭhāna] dhammade vaatlemine ja teadlikkuse loomine (75, 80, 85)

dhammasavana [dhamma + savana] dhamma kuulamine (125)

dhammataṇhā [dhamma + taṇhā] dhammaiha, ihalus meelt erutavate ideede, mõttekonstruktsioonide, intellektuaalsete teadmiste jms järele (109)

dhātu element (63, 78, 92, 93, 97, 141, 154)

dibba [deva] deevalik, jumalik; taevalik; kuulub deevadele; üleloomulik, imeline (20, 82, 171)

dibbacakkhu [dibba + cakkhu] taevane silm (kaugelenägemine) (20, 82, 171)

dibbasota [dibba + sota] taevane kõrv (kaugeltkuulmine) (82, 171)

dinna [dadāti] antud; andmine (65, 84, 120, 178)

diṭṭhi vaade (16, 29, 32, 39, 41, 42, 47, 48, 52, 53, 55, 56, 75, 77, 84, 89, 96, 100-102, 107, 122, 123, 125, 148, 150, 152, 153, 155, 168)

diṭṭhāsava [diṭṭhi + āsava] vaadetulv (115, 152)

diṭṭhivipallāsa [diṭṭhi + vipallāsa] vaate-moonutus (41)

diṭṭhupādāna [diṭṭhi + upādāna] (spekulatiivsesse) vaatesse klammerdumine (109)

domanassa [du + mana + ssa] pahameel, kurvameelsus (38, 54, 93, 135)

domanassavedanā [do + mana + ssa + vedanā] pahameele ehk kurvameelsuse või masenduse tunne (93)

dosa viha (40, 42, 44, 66, 72, 90, 96, 120, 123, 142, 143, 153, 158)

dosacarita [dosa + carita] vihane iseloomutüüp (142, 143)

duccarita [du + carita] halbatoov käitumine/tegutsemine (42, 43, 68, 84, 110, **120**)

dukkha [du + kha = ākāsa] dukkha, kannatus, valu, ahistus, vaev (88, jm)

dukkha ariyasacca [dukkha ariya + sacca] kannatuse aarija tõde (36)

dukkhadukkhata [dukkha + dukkhata] kannatuse (psüühiline + füüsiline) kannatus (88, 89)

dukkhanirodha ariyasacca [dukkha + nirodha ariya + sacca] kannatuse lakkamise aarija tõde (36, 44)

dukkhanirodhagāminī paṭipadā ariyasacca [dukkha + nirodha + gāminī paṭipadā ariya + sacca] kannatuse lakkamisele viiva tee aarija tõde (36, 47)

dukkhasamudaya ariyasacca [dukkha + samudaya ariya + sacca] kannatuse tekkimise aarija tõde (36)

dukkhavedanā [dukkha + vedanā] kannatuse tunne; kehaline valutunne (88, 93)

dutiyaṃjhāna [dutiya + jhāna] teine džhaana (82, 85, 130, **133**, 136, 170, 172)

ehipassika [ehi + passa + ika] vaatama ja nägema (30, 32)

eka (number) üks (53, 137)

ekaggatā [eka + gatā] ühtesuunatus, meele ühte punkti fokusseeritud keskenduse seisund (= samādhi) (19, 96, 130, 133, 134)

gāmin [gam (gacchati)] minek, kõndimine; viiv, juhtiv (36, 47, 63, 92, 107)

gandha lõhn (61, 92, 94, 95, 97, 99, 109)

gandhataṇhā [gandha + taṇhā] lõhnaiha (109)

gata [gam (gacchati)] eemale läinud, suundunud; saabunud (21)

gāthā salm, värss, stroof, luulerida, poem (180)

ghāna nina (92, 93, 95-97, 99, 108)

ghānasamphassjā vedanā [ghāna + samphassjā + vedanā] ninakontaktile vastav tunne (93)

ghānaviññāna [ghāna + viññāna] ninateadvus (lõhnataju) (96, 97, 99, 108)

hetu põhjus, tingimus, alus (= paccaya, mūla) (29, 55, 63, 152)

icchita [isu + ta] soovitud, ihaldatud, igatsetud (39)

idappaccayatā [ida + paccaya + tā] omab tingimuslikku tekkepõhjust; põhjuslikult tingitud, seotud põhjusega ja sellest johtuv (41)

iddhi [idha + ti] üleloomulik; 2. jõukus, edu; hiilgus; suurepärase omadus või tunnus; potentsiaal; saavutus (20, 82, 138, 145, 171, 172)

iddhividhā [iddhi + vidhā] 1. üleloomulik võime, mida valdavad deevad ja keskendust (nt kümmet kasinat) harjutavad bhikkhud (20, 82, 171, 172)

indriya võime; meeleorganite, keha talitluse, teadvuse ja virgumisega seotud psühhofüüsilised võimed (42, 43, 56, 63, 92, 98, 138, 145, 153, 154, 169, 172)

indriyasaṃvara [indriya + saṃvara] võimete ohjamine (42, 43, 169, 172)

issara [īsa + ara / īsa + sara] 1. isand, valitseja. 2. issand (jumala/deeva epiteet), kõrgeim loovjumalus/deeva = Brahmā (29, 55)

issaranimmāna [issara + nimmāna] issandlooja (29, 55)

issaranimmānahetudiṭṭhi [issara + nimmāna + hetu + diṭṭhi] issandlooja vaade, mille kohaselt on kõige loojaks jumal (= teism = vale vaade) (55)

ittha siin, selles maailmas ehk olemasolus (46, 171)

itthatta [itthī + tta] naiselikkus (92)

itthattāya [ittha + tta] kui see (171)

itthindriya [itthi + indriya] naiselikkuse võime (92)

jalābu üsa, emakas; embrüo; platsenta (66)

jalābuja [jalābu + ja (jāti)] emakast ehk üsast sündinud (66)

jarā [jarati] vanadus (**37**, 54, 91, 92, 110, 111, 113, 115)

jāti [jana + ti] sünd (19, **37**, 54, 91, 110, 113, 115, 171)

jhāna [jhāyati] 1. džhaana; järk-järgult süvenevate keskendumisastmete nimetus. 2. tulekahju, (ära) põle(ta)ma. (**19**, 81, 83, 133, 146)

jhānaṅga [jhāna + aṅga] džhaana osa (**132**, 134)

jīva hing (hinduismis), elu(viis) (41, 52, 68, 84, 98, 104)

jivhā keel (92, 93, 95-97, 99, 108)

jivhāsamphassajā vedanā [jivhā + samp-hassajā + viññāna] keelekontaktile vastav tunne (93, 97)

jivhāviññāna [jivhā + viññāna] keele-teadvus (maitsetaju) (96, 97, 99, 108)

jīvita [jīvati] elu; elusolev; eluiga; eluaeg; elamine (17, 110)

kadala (jahu)banaanipuu (101)

kāma (tajudega kogetav) nauding; tajuvald; naudingut pakkuv objekt (21, 40, 41, 44, 52, 57, 110, 115, 120, 131, 136, 151-153, 155)

kāmabhūmi [kama + bhūmi] naudingutasand (41, 110)

kāmacchanda [kama + chanda] naudingusoo (131)

kāmarāga [kama + rāga] naudingukirg (151-153, 155)

kāmāsava [kāma + āsava] naudingutulv (115, 152)

kāmasukha [kāma + sukha] naudinguõnn (21, 52)

kāmasukhallikānuyoga [kāma + su + khallika (kāma + sukha + allika) + anu + yoga] naudinguõnnele andumise jooga ehk praktika (21, 52)

kāmatanḥā [kāma + taṇhā] naudinguiha (40, 41)

kāmesu micchācāra [kāmesu micchā + cāra] naudingut pakkuv vale käitumine (65, 84, 121, 178)

kamma [karoti] (sansk karma) kamma, tegu; teo ja tagajärje seaduspära (40, 53, 71, 95, 96, 107, 110, **116**-120, 124, 126, 158)

kamma niyāma [kamma + niyāma] teoseaduspära (119, 120)

kammaññatā [kamma] töödeldavus, kohaldumisevõime (92)

kammassakatā [kamma + sakatā] teo olemus (53, 84)

kammatṭhāna [kamma + ṭhāna] keskendusobjekt; tööpind; hilisemates tekstides keskendumise objekti tähistav termin (143, 145, 147)

kammavipāka [kamma + vipāka] teovili (53, 116, 119, 126)

kāmūpādāna [kama + upādāna] naudingutesse klammerdumine (109)

kappiya [kappa] sobilik, (nõuete)kohane; seadusele või reeglitele või juhistele vastav; sobiv (128)

kappiyakāraka [kappiya + kāraka] „see, kes teeb sobivaks“ ehk muudab munga jaoks reeglite kohaselt vastuvõetavaks (126)

karaṇīya [karoti] (mida) tuleb, tuleks või on vaja teha, peaks olema; tegema, käsitlema; tegevus, toiming; kohustus (142, 171)

karunā, karuṇā kaastunne (96, 131, 137)

karuṇabhāvanā [karuṇa + bhāvanā] kaas-
tunde arendamine (131)

kaśiṇa kasina (tõhus keskendumisobjekt
džhaana saavutamiseks) (74, 140, 141, 143-
145, 173)

kata [kara + ta (karoti)] tehtud, loodud, lõpe-
tatud, täidetud (53, 55, 84, 124, 130, 171)

kathā [kath] kõne, vestlus, jutt, arutlus (61,
62, 64, 163)

kāya keha (aineline või meeleline) (37, 55,
75, 77, 79, 80, 85, 92-97, 99-101, 107-109,
116, 120, 137, 150, 152, 153, 155, 168, 171)

kāyakamma [kāya + kamma] kehaga
loodud tegu ehk kamma; kehaline tegevus,
mis loob sellele teole vastava vilja (vipāka)
(116, 120, 168)

kāyānupassanā satipaṭṭhāna [kāya + anu-
passanā sati + paṭṭhāna] keha vaatlemine ja
teadlikkuse loomine (75, 80, 85)

kāyasamphassajā vedanā [kāya + samp-
hassa + jā + vedanā] kehakontaktile vastav
tunne (93, 97)

kāyasaṅkhāra [kāya + saṅkhāra] kehamoo-
dustised (95, 107)

kāyaviññāna [kāya + viññāna] kehateadvus
(96, 97, 99, 108)

kāyikadukkhāvedanā [kāyika-dukkha-ve-
danā] kehaline kannatustunne (88, 93)

kāyikāsukkhāvedanā [kāyikā + sukhā +
vedanā] kehaline õnnetunne (93)

kāyikavedanā [kāyika + vedanā] kehaline
tunne (93)

khandha [khanu + dha] kogum(ik), kõik
mis sisaldub ühes; mass, (jāme) aine; kere
(mehe või looma suurem kehaosa nagu
selg või õlg); (puu)tüvi (39, 58, 76, 77, 88,
91-94, 96, 97, 147, 159)

khīṇa [khīyati] hävinenud, hukkunud; (ära)
kulunud, ammendunud (154, 171)

kilamatha [kilamati] väsimus, kurnatus (19,
22, 52)

kilesa plekk, rüve, reostus, risu; oskamatu
teadvusseisund, mis on kannatust (dukkha)
ja uusi sünde põhjustavate tegude (kamma)
allikas (16, 46, 63, 123, 154)

kilesaparinibbāna [kilesa + pari + nibbā-
na] plekkide lõplik vaibumine; arahandi
elualjal saavutatud virgumine (154)

kiriya [karoti] tegemine, sooritus; tegevus;
aktiivsus (124)

kuhanā [kuhana = kuhaka] pettus, petlik-
kus, kelmus, silmakirjalikkus; ähvardav (68,
70, 84)

kukkucca [kud + kicca] mure, kahetsus
(131)

kula, kulā pere, suguvõsa; hõim; seisus
ehk sotsiaalne kast (17)

kusala oskuslik (virgumise suhtes); sünnis;
kohane; hea, õige; heaolule kaasaaitav (48,
55, 72, 116, 120, 126)

kusalakamma [kusala + kamma] oskuslik
tegu (110, 124)

kusalamūla [kusala + mūla] oskuslik juur
(123)

lābha [labh] (kasu) saamine; omandamine,
valdamine (37, 70, 168, 172)

lābhena lābha omakasu saamise eesmärgil
andma või vastu võtma (70)

lahutā [lahu + tā] kergus, ujuvus, liikuvus
(92)

lakkhaṇa [akkhī + ṇa] omadus; tunnus (20,
103, 146)

lapana pomisemine, ebaselge, segadusse
ajav eneseväljendus; suu (70)

lobha ahnus (40, 42, 66, 72, 89, 90, 96, 120,
123, 153)

loka maailm (32, 61, 63, 110, 116, 126-128,
140, 141)

lokiya maine (56, 83)

lokuttarā maistületav (56, 83)

magga tee (18, 47, 48, 52, 56, 83, 84, 127, 128, 137, 139, 145, 148, 150, 151, 154)

maggasacca [magga + sacca] teetõde (83)

mahaggata [maha + gata] suureks läinud; ülenenud, avardunud; suursugune (76)

majja [mad, mada, madya] alkohol; joovet tekitav jook (69, 179)

majjhekalyāṇa [majjhe + kalyāṇa] keskel hüveline (172)

majjhima keskmise, keskel asuv (22, 52, 160, 169)

majjhima paṭipadā [majjhima + paṭipadā] kesktee (22, 52)

maṃsa liha (69,)

māna uhkus (96, 123, 151, 152, 155)

manasikāra [mana + karoti] tähelepanu (42, 43, 96, 108)

mano, mana, manas meel (98, 99)

manokamma [mano + kamma] meelega loodud tegu (= mõte, idee) (116, 122)

manosamphassajavedanā [mano + samp-hassaja + vedanā] meelekontaktile vastav tunne (99)

manoviññāna [mano + viññāna] meele-teadvus (96, 97, 99, 108)

manussaloka [manussa + loka] inimeste maailm (110, 116, 127)

marāṇa surm (37, 55, 91, 110, 111, 113, 140)

mātāpitāro [mātār + pitar] ema-isa (28)

mātār ema (28)

mātikā jaotus, loetelu, loend, register (24, 163)

mettabhāvanā [metta + bhāvanā] sõbralik-kuse arendamine (130)

micchā [mithū] vale (16, 22, 39, 48, 62, 65, 68, 84, 116, 121, 122, 178)

micchādīṭṭhi [micchā + dīṭṭhi] vale (ekslik, tegelikkusest hälbinud) vaade (16, 39, 48, 122)

micchājīva [micch + ājīva] vale eluviis (68, 84)

middha loidus (96, 131)

mihita naeratus (102)

mihitapubbangama [mihita + pubba + anga] alati naeratav (Buddha kirjeldus) (102)

moha pettekujutlus; meeles ilmnev plekk, rüve, mille põhjustajaks on mitteamukas tähelepanu (ayoniso manasikāra) (40, 42, 44, 56, 66, 72, 76, 89, 90, 120, 123, 142, 143, 153, 158)

mohacarita [moha + carita] pettekujutlusega iseloomutüüp (142, 143)

mokkha [muc (= mocana)] vabanemine (16, 22, 62, 63, 139, 145)

muditā [mudu] kaasrõõm (96, 131, 137)

muditābhāvanā [mudita + bhāvanā] kaasrõõmu arendamine (130)

mudutā pehmus, vormitavus, plastilisus (92)

mūla juur; päritolu, allikas; algus; (alg)põhjus (väärtus, raha, tegu) (66, 81, 123, 127)

muni [muna + i] pühamees, tark, arukas (17)

musā vale, väär; tõe (sacca) vastand (60, 84, 121, 179)

musāvāda [musā + vāda] vale rääkimine, valetamine (60, 84, 121, 179)

nāmarūpa [nāma + rūpa] nimi ja vorm (54, 58, 98, 108, 111)

ñāṇa [jānāti] teadmine; läbinägemise arendamise (vipassanā bhāvanā) teel saavutatud taipamispõhine teadmine (20, 63, 64, 113, 145, 146, 148, 153, 170-172)

nandi nauding, rõõm (40)

nāpara [na + apara] ei midagi enamast (171)

natthi [na + atthi] see ei ole, seal pole; millegi puudumine (19, 26, 90, 135, 148)

nekkhamma [nis + kamati (nikkhamati)] maisest elust loobumine (45, 57, 58, 84)

nevasaṇṇānāsaṇṇāyatanabhūmi [neva + saṇṇā + na + asaṇṇā + āyatana + bhūmi] ei teadvuse ega mitteteadvuse tasand (145)

nibbāna [ni + vana (= taṇhā kujundlik väljend)] nibaana, vaibumine (16, 18, 20, 36, 44, 45-47, 81, 83, 148, 172)

nibbidā [nibbindati] olemasolutüdimus, mis tuleneb pettekujutluse vaibumisest (68, 113)

nicca [ni „allapoole laskuv“ = „edasi“, „ikka edasi ja edasi“] püsiv (41, 102)

nikāya [ni + kāya] kogu, kogumik, kollektsioon (160)

nimitta 1. (tunnus-)märk, mille järgi kedagi või midagi ära tuntakse või määratletakse; 2. enne, oomen, ettekuulutus. 3. väline ilmnemine, nähtus. 4. (ees-)märk, siht. 5. soo märk (suguorgan). 6. alus, põhjus, tingimus. 7. džhaanas objektile keskendumise tulemusena ilmnev meesisene peegeldus, nt kasiṇa puhul kasiṇa mentaalne kujund, ānāpānasati puhul valguskera, sara vms (70, 74, 79)

nipāta [ni + pāta] langema; kahanev; osake, gramm; raamatu peatükk, alajaotus (110)

Niraya [nis + aya] „langusse ehk hävingusse minema/viiv“, Niraaja, peatumatute kannatuste hävinguline vald (110, 127)

nirodha [ni + rodha] lakkamine, peatumine, lõppemine (36, 44, 45, 47, 54, 56, 88, 92, 106, 107, 113, 118, 134-136, 139, 140)

nissaraṇa hülgamine, väljumine, lahkumine, mahajätmine (104)

nīvaraṇa [ni+var+e] takistus (16, 41, 43, 53, 76, 77, 82, 131, 134, 146, 170, 172)

nivāsa peatumine, elukoht, puhkepaik, eluase; elamine, varjupaik (19, 20, 63, 82, 171)

niyāma (loomulik) seaduspära, kord (93, 119, 120)

opapātika [upa+pad (upapatti)] ilma nähtava põhjusest (nt vanemateta) tekkimine või põlvne-mine; iseeneslik olemasolu ilmnemine (66)

orambhāgiya [ora + bhāga + iya (bhāgiyāni)] osa madalamast; kuulub naudingute (kāma) valda (150, 152)

orambhāgiyasamyojana [orambhāgiya + samyojana] madalam köidik (152)

pabbajita [pabbajati] maisehüljanu; kodu ja ilmaliku elu hüljanu (18, 59)

paccatta [paṭi + attan] eraldine, eraldi olev, individuaalne (32)

paccekabuddha [pacceka (paṭi + eka) + buddha] üksimõistnu; arahant, kes on saavutanud täiusliku mõistmise iseseisvalt, ilma teistelt dhammat kuulmata (53)

padhāna [pa + dhā] pingutus, aktiivne üritamine (73, 137, 138, 145)

pahāna hülgamine, loobumine, mahajätmine; eemaldumine, lahkumine (72, 73, 84, 135, 140, 170, 172)

pajānāti [pa + ñā + nā (jānāti)] teadma, teada saama, äratundmisele jõudma, mõistma; eristav arusaam (62, 63, 146, 171)

pāmuja [pa + mud] heameel (67, 113)

pāṇātipāta [pāṇa + atipāta] elu hävitamine, kahjustamine; tapmine (65, 84, 120, 178)

pāṇātipāta virati elu hävitamisest hoidumine (65, 84)

pañca nīvaraṇā viis takistust (41, 43, 53, 76, 77, 82, 131, 146)

pañcaniyāma [pañca + niyāma] viis loomulikku seaduspära (119)

pañcupādānakkhandhā [pañca + upādāna + khandhā] viis klammerdumise kogumikku (37, 39, 58, 76, 77, 88, 91, 97)

paññā tarkus (20, 28, 64, 83, 84, 153)

paññatti [paññāpeti] teatavaks tegemine, manifestatsioon; määratlemine, kirjeldus; nimi; idee, kontseptsioon (20)

pāpa kuri, paheline, halb (käitumine) (33, 54, 90, 114, **124**, 128)

parama kõrgeim, kõige suurepärasem, ülim, parim (45, 128)

pāramī täius (53, 162)

parideva [pari + deva] hala (38, 54)

parinibbāna [pari + nibbāna] lõplik vaibumine (17, 20, 21, 36, 46, 105, 154, 156, 180)

paritta kaitse; väike, tilluke (47)

pariyosānakalyāṇa [pariyosāna + kalyāṇa] lõpus hüveline (172)

passaddhi rahulikkus, (meele või keha) vaikus; rahuküllane selgus (67, 68, 77, 79, 113, 139)

paṭhama esimene; tähtsaim, olulisim, esmaseim; hiljuti, just äsja (82, 85, 130, 133, 134, 136, 170, 172)

paṭhamajjhāna [paṭhama + jhāna] esimene džhaana (82, 85, 130, 133, 134, 136, 170, 172)

paṭhavīdhātu [paṭhavi + dhātu] maaelement (= kõvadus) (93, 97)

paṭibhāna, paṭibhāṇa [bhaṇati] taibukus, arukus; valmisolek; õigeaegsus (128)

paṭiccasamuppāda [paṭicca + samuppāda] sõltuvuslik tekkimine (28, 53, 84, 106, 107, **113**, 147)

paṭigha [paṭi + gha] vastumeelsus, tõrjumine (135, 151, 153, 155)

pātimokkha, pāṭimokkha [paṭi + mokkha] vabanemisjuhis, vabanemisele viiv või vabanemise tooja; Buddha poolt sanghale antud ettekirjutused, reeglid ja juhised, mis on koondatud „Vinajakorvi“ (33, 83, 159, 168, 172, 180)

paṭipadā [paṭi + pad] „käitumisliin“, te-gutsemise või arenemise viis või laad; tee, meetod või vahend; eesmärgini jõudmine, (nibbāna) teostamine (22, 36, 47, 52, 63, 92, 107, 148)

paṭisaraṇa [paṭi + saraṇa] varjupaik, abi, kaitse (54, 117)

paṭivedha [paṭi + vyadhī] läbistav nägemine (53, 83, 139)

pattānumodana [patta + anumodana] teiste pälvimuste üle rõõmustamine (125)

pattidāna [patti + dāna] pälvimuste ülekandmine (125)

peta 1. surnu; lahkunud, eemaldunud. 2. eri välimuse, kuju, suuruse ja võimetega vaimolend (125)

phala vili (= vipāka) (48, 131, 150)

pharusa karm, kalk, lahkusetu, jäme (60, 84, 121)

pharusavācā [pharusa + vācā] karm kõne, kurjustamine (60, 84, 121)

phassa kontakt, (kokku)puude (54, 93, 94, 96-99, 108, 111, 113)

phoṭṭhabba [phusati] kombatav objekt (94, 95, 97, 109)

phoṭṭhabbatanḥā [phoṭṭhabba + tanḥā] puuteiha (109)

piṇḍapāta [piṇḍa + pāta] almussöögi vastuvõtmine (129)

pisuṇa laim, tagarääkimine (60, 84, 121)

pisuṇavāca, pisuṇāvāca [pisuṇa + vācā] laimav kõne (60, 84, 121)

pitar isa (28)

pīti rõõm (67, 68, 77, 79, 89, 90, 113, 132-135, 138, 139, 170, 172)

piya meeldiv (90)

piyehi vippayoga meeldivast lahusolek (39)

pubbe eelmine olemasolu/elu (19, 20, 55, 63, 82, 88, 135, 171)

pubbekatahetuditt̥hi [pubbe + kata + hetu + dit̥hi] vaade, mille kohaselt on kõik selle elu sündmused tingitud eelmise olemasolu tahtelistest tegudest (= determinism) (55)

puggala isik, inimene, (üksik)indiviid (63, 149, 151, 155)

puḷavaka ussitav laip (74, 140)

puñña pälvimus (56, 95, 107, **124**-127)

puññabhisaṅkhārā [puñña + abhi + saṅkhārā] pälvimuslikud moodustised (95, 107)

puññādhārā [puññā + dhārā] pälvimusvoog (126)

puññakiriya vatthu pälvimusliku käitumise alus (124, 125)

purisindriya [purisa + indriya] mehelikkuse võime (92)

puthujjana [puthu + jana] tavainimene (38, 89, 102, 110, 150, 153)

rāga kirm (40, 44, 45, 54, 76, 82, 98, 131, 142, 143, 151-153, 155, 158)

rāgacarita [rāga-carita] kirglik iseloomutüüp (142, 143)

rājā, rāja, rājan kuningas, valitseja (157)

rasa maitse (92, 94, 95, 97, 99, 109)

rasataṇhā [rasa + taṇhā] maitseiha (109)

ratana kalliskivi (16)

rūpa vorm; mateeria; aineiline nähtus; vald või sfäär (20, 37, 41, 45, 54, 58, 91, **92**-95, 97-99, 101, 108-111, 113, 132, 135-137, 139, 151, 152, 155)

rūpabhūmi [rūpa + bhūmi] vormide tassand (41, 110, 151)

rūpajhāna [rūpa + jhāna] vormi džhaana (132, 134-137, 151)

rūpakkhandhā [rūpa + khandhā] vormi kogumik (92)

rūparāga [rūpa + rāga] vormikirm; vormi vallaga seotud kirm (151, 152, 155)

rūpataṇhā [rūpa + taṇhā] vormiia (109)

sacca tõde (36, 37, 40, 44, 45, 47, 49, 53, 76, 81, 83, 84, 147)

sadda heli (92, 94, 95, 97, 99, 109)

saddataṇhā [sadda + taṇhā] heliia (109)

saddhā [saddahati] (usaldav) usk (**30**, 43, 96, 113, 138, 142, 144, 153, 168, 172, 176)

saddhācarita [saddhā-carita] usklik iseloomutüüp (142, 144)

sadosa [sa + dosa] koos vihaga (76)

saka [sa + ka] enda oma, enda vara, omand (117)

sakadāgāmi [sakad (= sakid) + āgāmin] ükskordnaasja (56, 83, 151, 153, 155)

sakatā [saka] olemus, eripära (53, 84)

sakkāyaditt̥hi [sat (saṁ?) + kāya + dit̥hi] kehapõhine vaade (mille kohaselt keha peetakse tõeliseks) (55, 75, 100, 101, **150**, 152, 153, 155)

saḷāyatana [chal (= cha) + āyatana] kuus tajualust (54, 108)

samādhi [saṁ + ā + dhā (= samādhāna)] keskendumine, keskendatus (20, 21, 28, 47, 52, 63, 64, 67, 68, 74, 77, 79, 81-83, 85, 96, 113, **130**-139, 146, 153, 170, 172)

samādhībhāvanā [samādhi + bhāvanā] keskenduse arendamine (79, 131)

samatha [saṁ + ā + dhā] rahu, rahulikkus (79, **82**, 83, 124, 130, 131, 133, 137, 145, 149, 170)

samathābhāvanā [samatha + bhāvanā] rahu arendamine (137, 145)

sammā õige; täielik, täiuslik (18, 32, 47, 48, 52, 53, 56, 58, 60, 62, 65, 68, 72, 73, 75, 80, 81, 84, 85, 92, 100, 107, 137, 145, 147, 154, 176)

sammāājīva [sammā + ājīva] õige eluviis (52, 68, 84)

sammādiṭṭhi [sammā + diṭṭhi] õige vaade (47, 52, **53**, 55, 56, 84)

sammākammanta [sammā + kammanta] õige tegu (52, 65, 84)

sammāsamādhi [sammā-samādhi] õige keskendus (47, 52, **81**, 85, 137)

sammāsambuddha [sammā + sambuddha] õigesti (täielikult) virgunu (18, 32, 53, 154, 176)

sammasana [saṁ + masati] (meisterlikult) omandamine; haaramine (147)

sammāsaṅkappa [sammā + saṅkappa] õige mõte (52, 56, **57**, 58, 84)

sammāsati [sammā + sati] õige teadlikkus (47, 52, **75**, 80, 85)

sammāvācā [sammā + vācā] õige kõne (47, 52, 56, **60**, 84)

sammāvāyāma [sammā + vāyāma] õige püüdlus (52, **72**, 73, 84)

samoha [sa + moha] koos pettekujutlusega (76)

sampadā [saṁ + pad] õnn, edu; õnnelik; saavutama, saavutus (33)

sampajañña [saṁ + pa + jñā] tähelepanelik teadlikkus, mis vaatleb olemasolu läbi kolme omaduse (anicca, dukkha, anattā); arusaamine, mõistmine, kaalutlemine, taip (42, 43, 169, 172)

sampanna [saṁ + pad + ya] edukas, lõpule viidud, valminud; täielik, täiuslik; varustatud, omandis või valduses olev; rikkalik, õnnistatud, külluslik; magus (128)

sampayoga [saṁ + payoga] ühendus; koos olemine (38)

samphappalāpa [sampha + palāpa] tühi loba (60, 84, 122)

samphassa [saṁ + phassa] pidev või uus kontakt, reaktsioon (93, 97, 99)

saṁsāra [saṁ + sara] sansaara; alguseta ühest sünnist teise ringlemine, mis on määratletud keha, kõne ja meele tasandil tehtud tegude (kamma) omadustest (26, 55, 123, 154)

saṁseda [saṁ + seda] niiskus; higi (66)

saṁsedaja [saṁ + seda + ja (jāti)] niiskusest sündinud (66)

saṁvara [saṁ + vr] ohjamine; kontroll kuue meele üle (42, 43, 73, 75, 168, 169, 172)

saṁyojana [saṁ + yojana] köidik (16, 45, 77, 119, 150, 152-154)

saṁyutta [saṁ + yutta] side, piirang, kütke, seotus; segatud (160)

sandiṭṭhika [saṁ + diṭṭhika] nähtav; siin elus olemasolev (32, 168)

saṅgāyana [**saṅga** + **ayana**] Sanghakogu, sangha kokkutulek (23, 157)

sangha, saṅgha sangha; Buddha õpetuse järgijate kogukond (24-26)

sanghika dāna sanghale antud daana ehk annetus (126, 128)

saṅkappa [saṁ + kappa] mõte, mõtlemine, kavatsus (52, 56, 58, 84)

saṅkhāra, sankhāra [saṁ + khāra] moodustumine; moodustis (20, 21, 45, 54, 88, 89, 91, 94, 95, 97, 99, 101-103, **107**, 111, 113, 138, 141)

saṅkhāradukkhata [saṁ + khāra + dukkhata] moodustumise kannatus (88, 89)

saṅkhitta [saṁ + khitta] koondunud (76)

saññā [saṁ + jñā] taju (77, 91, 96, 97, 99, 101, 108, 111, 136, 140, 141, 145)

saññāvipallāsa [saññā + vipallāsa] taju-moonutused (41)

santipada [santi + pada] rahulikkus, rahu seisund (nibbāna sünonüüm) (45)

santosa [saṁ + tosa] rahulolu, rahulolek (= santuṭṭha) (169, 172)

santutṭha [saṁ + tuṭṭha] rahul, rõõmus, õnnelik (64)

sarāga [sa + rāga] koos kirega (76)

saraṇa 1. [sarati] kaitse; varjupaik (54, 117, 176, 177); 2. [sa + raṇa] sõjaga kaasas käiv; 3. mälestus.

saraṇattaya [saraṇa + taya] kolm kaitset, kaitsetriiad (176, 177)

sassata igavene, alaline, lõppematu (41, 55)

sassatadiṭṭhi [sassata + diṭṭhi] igavikuline vaade; usk aatmani, mina, hinge või maailma igavesti kestmisesse (41, 55)

sati teadlikkus, teadlikolek, tähelepanelikkus; mälu; kirkas teadlikkus olevikuhetkes esinevast vahetust tajukogemusest (21, 43, 96, 106, 153, 169, 183)

satta 1. olend (18, 54, 63, 69); 2. (number) seitse (43, 73, 74, 76, 77, 115, 139, 148, 150)

sattha relv, mõök, nuga (69)

saupādisesanibbānadhātu [sa + upādise-sa + nibbāna + dhātu] olemasoluga seotud jäägiga vaibumise element; arahandi eluajal saavutatud vaibumine (nibbāna) (154)

sāvaka kuulaja; õpilane, järgija (45, 53)

sāvakabodhi [sāvaka + bodhi] kuulmise kaudu virgunud (õpilane, järgija) (53)

siddha lõppenud, saavutatud, täitunud (17)

Siddhattha [siddha + attha] „täitunud soov“ või „kõik eesmärgid saavutanu“; lapseas bodhisattale antud nimi, kellest hiljem sai Buddha. Kuni lossist lahkumiseni pöörduti Buddha poole nimega **Siddhatta Gotama** (17-19, 114)

sikkhati õpib, teenib (168)

sīla kõlblus (20, 28, 64, 67, 68, 83, 84, 110, 124, 125, 148, 151-153, 155, 168, 169, 172, 176, 178)

sīlabbataparāmāsā [sīla + bata (= vata?) + parāmāsā] kõlblusrituaalidesse kinnijäämine (151-153, 155)

sīlabbatupādāna [sīla + bata (=vata?) + upādāna] kõlblusrituaalidesse klammerdumine (110)

sobhana [subha] kaunis, ilus (96)

soka (põletav) lein; kurbus (38, 54)

somanassa [su + mana + ssa] heameel, rõõmsameelsus (93, 135)

somanassavedanā [somanassa + vedanā] heameele ehk rõõmsameelsuse tunne (93)

sota kõrv (20, 82, 92, 93, 95-97, 99, 108, 171)

sotāpanna [sota + āpanna] vooguastunu (56, 83, 107, 151, **153**, 155)

sotasamphassajāvedanā [sota + samphas-sajā + vedanā] kõrvakontaktile vastav tunne (99)

sotaviññāna [sota + viññāna] kõrva-teadvus (kuulmistaju) (96, 97, 99, 108)

subha [subh] särav, kaunis, meeldiv(us), puhas; heaolu, ilu(s) (41, 139)

sucarita [su + carita] õnnetoov (43, 120, 124)

suddha [sujjhati] puhas, selge; puhastunud (153, 169)

suddhāvāsa [suddha + vāsa] Puhas elupaik (153)

sugatibhūmi [sugati + bhūmi] õnnelik tasand (127)

sukha [su + kha] õnn, meeldiv (21, 41, 52, 67, 68, 90, 93, 102, 113, 116, 128, 132-135, 138, 161, 169, 170, 172)

sukhavedanā [sukha + vedanā] õnnetunne (93, 135)

svākkhāta [su + akkhāta] hästi kuulutatud (32)

tanhā, taṇhā iha; tunde (vedanā) tagajärg, mis liigitub Buddha õpetuses mitteoskusliku ja dukkhasse juhtiva alla; vt ka chanda, cetanā (39, **40-45**, 47, 54, 77, 89, 94, 98, 107, 109, 113, 116, 119, 141)

tathā nii, nõnda; seega, seetõttu, sel moel (ja mitte teisiti), sestap (17, 21, **22**, 23, 31, 45, 62, 63, 139, 168)

tathāgata [tathā + āgata] nõnda-tundud või nõnda-läinud; tathaagata; virgunu epiteet, mida Buddha kasutas enamjaolt endast, harvem ka teistest arahantidest rääkides (17, 21, 22, 31, 45, 62)

tatiyajjhāna [tatiya + jhāna] kolmas džhaana (82, 85, 130, 133, 134, 136, 170, 172)

taya [ti + aya] kolmik, triaad (176, 177)

tejjodhātu [tejo + dhātu] tuleelement (= kuumus) (93, 97)

thera (austav tiitel) vanemmunk, seenior bhikkhu theravaadas (16-19, 23, 25, 47, 48, 59, 104, 125, 149, 164, 168)

theravāda [thera + vāda] vanemate õpetus, theravaada (16-19, 23, 25, 47, 48, 59, 104, 125, 164, 168)

thīna laiskus (96, 123, 131)

ṭhiti [tiṭṭhati] seistes; olles, viibides (mis tahes olekus või seisundis, sageli absoluutselt); allesjäänud, olemasolev, kohal olev; kindel, püsiv, muutumatu (46, 118)

tilakkhaṇa [ti + lakkhana] (olemasolu) kolm tunnust või omadust, milleks on: (1) püsitus (anicca), (2) dukkha ja (3) minatus (anatta) (103, 146)

Tipiṭaka [ti + piṭaka] kolm korvi ehk „Tipitaka“ ehk paali kaanon; ainsana täielikult säilinud Buddha autentse algõpetuse paalikeelne tervikkogu (32, 44, 59, 90, 93, 116, 129, 132, 138, 157, 158, 161, 162, 165, 168, 182)

tiracchāna [tira + acchāna (= chāna)] loom (61, 68, 84, 116, 127, 128)

tiracchānakathā [tiracchāna + kathā] loomalik (= madal) kõne, mis juhib uue sünni loomade valda (61)

tiratana [ti + ratana] kolm kalliskivi (16)

tisaraṇa [ti + saraṇa] kolm kaitset (176, 177)

ucchedaditṭhi [uccheda + ditṭhi] hävine-misvaade; uskumus, et „mina“ või „hing“ hävib pärast keha surma (42, 55)

uddhacca [uddharati] rahutus (123, 131, 151, 152, 155)

uddhambhāgiya osa kõrgemast; st kuulub naudingu (kāma) vallast kõrgemale (150, 152)

uddhambhāgiyasamyojana [uddhambhāgiya + samyojana] (kāma vallast) kõrgem köidik, mis iseloomustab naudingute (kāma) valla kõrgemaid tasandeid (152)

upacaya [upa + ci] kuhjumine, kogumine, hunnik; alal hoidma; säilitamine; kohaldumine (92)

upādāna [upa + ā + dā] haarama; klammerdumine; kütus; käigus hoidma (37, 39, 54, 58, 76, 77, 88, 91, 97, 109, 110, 113)

upapatti [upa + pad] sünd, uus sünd olemasollu; saavutamine, omandamine, saamine (46)

upāsaka [upa + ās] „lähedal istuja“, ilmikutest meeste kogukond, kes järgib Buddha õpetust (26, 52)

upāsikā [upa + ās] ilmkutest naiste kogukond, kes järgib Buddha õpetust (26, 52)

upāyāsa [upa + āyāsa] häda, viletsus, ahas-tus, ärritus (38, 54)

upekkhā neutraalsus (77, 79, 90, 131, 132, 134, 135, 137, 139)

upekkhābhāvanā [upekkhā + bhāvanā] neutraalsuse arendamine (131)

uppāda [ud + pad] olemasollu tulemine, ilmne mine; loomine (28, 53, 72, 84, 106, 107, 112, 118, 147)

uppanna [uppajjati] (uuesti) sündinud, tekkinud, esile kerkinud, ilmnenu (20, 63, 72, 84, 85, 112)

utu sobiv ehk hea aeg; aastaaeg, hooaeg; temperatuur (119, 120)

utu niyāma [utu + niyāma] aastaaegade (= anorgaaniline) seaduspära (119, 120)

vacana [vaca] rääkimine, kõnelemine (32)

vacī [vaca + ī] kõne, sõna (92, 95, 107, 116, 121, 168)

vacīkamma [vacī + kamma] sõna või kõnega loodud tegu (116, 121)

vacīsaṅkhāra [vacī + saṅkhāra] sõnalised moodustised (95, 107)

vagga grupp; erinev, eraldatud; osaline (159-162)

vaṇijjā kaubandus, kauplemine, kaubavahtetus (69)

vaṇṇa värv; välimus; naha värvus (chavi-vaṇṇā); ühiskondlik klass, sotsiaalne kast, seisus (128)

vassa 1. vihm; juuni (āsāḷha) keskpäigast oktoobri (kattika) keskpäigani kestev vihma-periood, mille kestel bhikkhud tegelevad peamiselt meele arendamisega (viibivad retriidis). 2. aasta (181)

vatthu alus; koht, paik, maa(ala); krunn; põld, väli; objekt, tegelik asi/ese/omand (124, 125)

vāyodhātu [vāyo + dhātu] tuule-element (= liikumine) (93, 97)

vedanā tunne (54, 75, 80, 85, 88, 91, 93, 96-99, 101, 108, **109**, 11, 113, 133, 137)

vedanānupassanā satipaṭṭhāna [vedana + anupassanā sati + paṭṭhāna] tunnete vaatlemine ja teadlikkuse loomine (75, 85, 137)

vedita kogema, tundma (75, 80, 85)

veramaṇī [viramaṇa] hoidumine (178, 179)

vesākha kuu nimi, mis kestab aprilli keskpäigast kuni mai keskpäigani; täiskuupäev (17, 19, 20, 36, 180)

vesākhapūjā Vesaaka püha ehk Buddha-päev; tähistatakse tavaliselt maikuu täiskuu päeval, mil ajalooliselt on leidnud aset kolm olulist sündmust: Buddha sünd, virgumine ja lõplik vaibumine (parinibbāna) (180)

veyyāvacca teenimine; hooldamine; töö; kohustus (125)

vibhanga [vi + bhanga] jaotus, jagu, eristus, liigitus (163)

vibhavataṇhā [vibhava + taṇhā] mitteolemasoluiha, mis tekib uskumusest, et uut sündi ei tule ja keha surm on teadvuse lõplik lakkamine (40, 42)

vicāra [vi + cāra] läbi uurima; uurimine, kaalumine, arutlemine, analüüs (78, 132-135)

vicaya otsima, (läbi)uurima (56, 77, 78, 139)

vicchiddaka [vi + chidda + ka] auklikkus lagunenu laip (75, 140)

vicikicchā [vi + kit + cha (vicikicchati)] kahtlus (96, 123, 131, 150, 152, 153, 155)

vihimsā [vi + hims] kahjustama, haiget tegema; julmus, vägivaldsus (57)

vijjā [vid] teadmine; teadmised (20, 32, 42, 43, 90, 120)

vikkhitta [vi + khitta] mittekoondunud, hajevil (76)

vimokkha [vi + makkha] (m) vabanemine, mis saavutatakse teadvuse arendamise teel (ei tähenda alati virgumist) (16, 139, 145)

vimutti [vi+muccati] (n) vabanemine, mis saavutatakse teadvuse arendamise teel (ei tähenda alati virgumist) (19, 42, 63, 64, 68, 113, 149, 156)

vinaya [vi + naya] välja või eemale viima või juhtima ehk see, mis juhib välja kolmest mitteoskuslikust juurest = on kirest välja juhtiv (rāga-vinaya), vihast välja juhtiv (dosa-vinaya) ja pettekujutlusest välja juhtiv (moha-vinaya); Buddha poolt munkadele antud elukorralduse reeglid ja juhised (16, 23, 24, 44, 59, 61, 62, 83, 157, 158, 173)

Vinayaṭṭhaka [vinaya + ṭṭhaka] „Vinajakorv“ (24, 157, 158, 165)

vinīlaka [vi + nīlaka] sinakasmust ehk lilla lagunev laip (74, 140)

viññāṇa [vi + jñā] (tajuspetsiifiline) teadvus (45, 46, 54, 91, 96-99, 101, 107, 108, 111, 113, 134-136, 139, 146)

viññatti vihje, mõista andma, väljendama; teave (92)

viññū [vijña] tark, õppinud (32)

vipāka [vi + pac] vili, tagajärg (53, 63, 115-117, 119, 124, 126)

vipallāsa moonutus (41)

vipariṇāmadukkhata [vipariṇāma + dukkhatā] muutumise kannatus (88, 89)

vipassanā [vi + pass(ati)] läbinägemine; kolmel erineval moel (anicca, dukkha, anatā) objekti vaatlemine eesmärgiga saavutada selle igakülgne ja läbistav nägemine ja teadmine (20, 77, 82, 83, 92, 124, 130, 131, 145-149, 170, 172)

vipassanā bhāvanā [vipassanā + bhāvanā] läbinägemise arendamine (146, 147)

vippayoga [vi + payoga] lahusolek (39)

virāga [vi + rāga] kire puudumine, kiretus (44, 45, 54, 56, 68, 135, 140)

virati [vi + rati] hoidumine (= veramaṇī), karskus (60, 65, 68, 84)

virīya [vīra] energia; elujõud; (jõu)pingutus; tugevus (64, 77, 78, 96, 138, 139, 153)

visa mürk (69)

visuddhi [vi + suddhi] puhtus, puhastumine (102, 148)

vītadosa [vīta + dosa] ilma vihata (76)

vitakka [vi + takka] mõte, mõtlemine (57, 132-135, 142, 144)

vitakkacarita [vitakka + carita] mõtisklev iseloomutüüp (142, 144)

vītamoha [vīta + moha] ilma pettekujutlusetta (76)

vītarāga [vīta + rāga] ilma kireta (76)

vivattayi [vi + vatu + ṇaya + ī] pöörduma, eemale minema, suunduma; hävitama (154)

viveka [vi + vic] eraldumine (56, 64, 135)

vusita [vi + osita] täidetud; täiuslikkuseni jõudnud; lõpp (171)

vyādhi haigus, tõbi (37, 91)

vyāpāda [vy + ā + pad] kuritahtlikkus, pahatahtlikkus (= byāpāda) (122, 131, 151-153, 155)

yathābhūta [yathā + bhūta] tegelikkusele/ tõelusele vastav, nii nagu see tõeluses ehk objektiivses tegelikkuses on (16, 21, 55, 62, 63, 67, 68, 81, 92, 100, 102, 146)

yoga [yuj (yuga)] jooga; ühendus, ike, side, kinnitus, köidik; taotlus; praktika (19, 21, 22, 38, 39, 52)

yoni põlvnemine, päritolu; olemasoluvald; üsa; arukas (43, 54, 66, 114, 116, 117, 127, 128)

yoniso [yoni + so] „kuni aluseni ehk põhjani ehk tekkimiseni“, põhjalikult, korralikult; arukalt, targalt (43)

„Dhamma kink ületab kõik kingid.”

„sabbadānaṃ dhammadānaṃ jināti.”

Dhp 354.



Raamatu ilmumist toetasid:

Monica Thaddey

(Mahabodhi Metta Foundation, Šveits)

ja lahked hooandjad.



sādhū! sādhū! sādhū!

Suurepärane! Suurepärane! Suurepärane!



Raamat annab ülevaate Buddha (Siddhattha Gotama) ehk Mõistnu eluloost ja õpetusest nii, nagu see on kirjas kõiki tema õpetusi sisaldavas paalikeelses „Tipiṭakas“. Tänu autentsete algtekstide kasutamisele ja põhjalikele viidetele on käesolev teos suurepäraseks juhiseks nii Buddha õpetusest huvitunud algajale, kogenud praktikule kui ka akadeemilise töö koostajale.

Raamat käsitleb kõiki Buddha õpetuse peamisi teemasid, nagu neli aarija tõde, kannatus ja selle lakkamisele viiv aarija tee, olemasolu tõeline olemus, oskuslik ja oskamatu käitumine, teo ja tagajärje seotus, sõltuvuslik tekkimine jt, ning annab samm-samult ülevaate virgumise teest. Lisaks autentse õpetuse õppimise vajalikkusele rõhutab autor õpetuse igapäevaelus harjutamise ja oma arengu eest täieliku vastutuse võtmise tähtsust.

Auväärne Prof. Dr. Phra Rajapariyattimuni Thiab
Mahachulalongkornrajavidyalaya ülikooli (MCU)
Budoloogia teaduskonna dekaan



Käesolev raamat tutvustab inimarengu kõrgeima ideaali – virgumise – võimalikkust just nii, nagu seda Gotama Buddha ise õpetas. Raamatus on toodud üksikasjalik ülevaade nii õpetusest, kui ka teest, mida järgides on võimalik jõuda juba selles elus kõikide kannatuste lakkamise ning lõpliku virgumiseni.

Auväärne Prof. Dr. Phramaha Hansa Dhammahasu
IABU ja Rahvusvahelise Budismiõppe Kolledži (IBSC) direktor



Raamat „Virgumise tee – nii nagu õpetas Buddha“ on suurepärase lühikokkuvõtte Buddha virgumisõpetusest. Raamatu autor Auväärne Ṭhitaṇṇa on esimene theravaada munk Eestis ning tema otsustavus ja pühendumus Buddha õpetuse tutvustamisel ja õpetamisel on imetlusväärne. Minu siiras soov on, et Auväärse Ṭhitaṇṇa kirjutatud dhamma kink jõuaks võimalikult paljude Buddha õpetuse huvilisteni ning et nende virgumispüüdlusi saadaks kolme kalliskivi õnnistus!

Auväärne Prof. Dr. Piyaratana Walmoruwe
MCU Ülikooli budoloogia teaduskonna direktor

