

# ARMASTUS, KAASTUNNE JA OSAVÕTLIK RÕÕM

EDWARD CONZE

inglise keelest tõlkinud Priit Heinsalu

Sõnumitooja nr 2-5, 1991

## I ARMASTUS

Kristluse apoloogeetid on sageli rünnanud budismi kui religiooni, mis ei tunnista Jumalat ja Armastus. Kuna elame keskkonnas, mis on siiski kristlik või vähemasti kristliku traditsiooni jäänustega tihedasti läbi põimunud, siis peaks mõningast huvi pakkuma, kuidas püüame meie määratleda oma seisukohta vooruseks peetava *armastuse* suhtes. Seng-can'i luuletuses „Usaldusest südames“ on üks värss, mis ütleb Tee kohta nii: „Ainult armastusest ja vihkamisest vabana ilmutab Ta end täielikult ja varjamatult.“ Selle rea juures on vääratanud paljud lugejad ning juba pikka aega olen tahtnud seda värssi seletada ja taas mõistetavaks muuta.

Esimene asi, mida sõna *armastus* puhul tuleks ära märkida, on selle ülim laialivalgusus. Religioon on vaimse elu teadus. Kui ülima tähelepanuga ei väldita sõnu, millele ei saa anda täpset definitsiooni, on religiooni kõik õpetused arusaamatud, juhtnöörid kaheldavad ja lisamärkused võivad viia kergesti eksiteele. Ning mis võib olla veel ebaselgem ja kahtlusäratavam kui sõna *armastus*? kõigepealt – seda kasutatakse kõige erinevamate objektide kohta. *Armastame* toitu, lapsi, vanemaid, naisi, oma ligimest, Inglismaad, joonisamist, Jumalat ja mida kõike veel. Muidugi võivad need suhtumised olla mingil määral sarnased, kuid see sarnasus on äärmiselt väike ning seda peaaegu polegi. Siis veel *armastuse* erinevad modaalsused, millest toon välja ainult kõige olulisemad. 1) *Meeldivus*, soov kellegi juuresoleku ja seltskonna järele, eeldamata füüsilist kontakti. 2) *Õrnus*, soov puudutuste järele, kuid ilma erutuse ja omamisihata. 3) *Armumine*, mida nimetatakse ka „kardiaal-respiratoorseks“ armastuseks, sest oluline tunnus selle puhul on hingamise ja pulsi häiritus. 4) *Seksuaalne armastus* oma kõigis vormides – oraalne, analne, genitaalne, homoseksuaalne, heteroseksuaalne jne. 5) *Nartsissistlik armastus*, mis on suunatud omaenese kehale ning põimub tavaliselt 3) ja 4)-ga. 6) *Romantiline armastus*, teatud filosoofiliste ideede kombinatsioon 3)-ga; sai alguse trubaduurideaegselt Lõuna-Prantsusmaalt: partneri armastus idealiseeritakse ning see annabki elule mõtte, kuna arvatakse, et armumine kestab kogu elu ning kaks erinevast soost inimest nagu oleksidki spetsiaalselt ja eranditult „teineteise jaoks loodud“. Ka romantilist armastust on muudetud üha tundepeenemaks, nii-öelda Dantest Hollywoodini, ning seda on peetud abieluga kas ühendatuks või täiesti kokkusobimatuks. 7) *Vaimne armastus* ehk arm ja halastus, mida püütakse muuta üsna ebamaiseks vaimseks essentsiks ning milles on võrdset tugev austus kõigi vastu.

Ühine nimetaja *armastuse* seitsme liigi puhul on ainult verbaalne. Selle asemel et *armastusest* üldiselt rääkida, tuleks selguse huvides igapäev täpset endale teadvustada, millist modaalsust ta silmas peab. Muidu saabki võimalikuks, et *armastuse* ebatäpsused eksitavad ning ajavad sassi tänapäeva inimese abielusuhteid. Nägin hiljuti Maughami näidendit, kus kaks inimest kaeblesid *armastuse* puudumise üle teises. Konflikt põhines täielikult naisel, kes viieteistkümne abieluaasta järel ootas oma mehelt 3) ja 4) kombinatsiooni, kuna aga tolele piisas 1) ja 2) pakkumisest.

Kõige selle austal arvan, et kirjeldaval eesmärgil on sõna *armastus* üsna kasutu ning mida vähem me sellest räägime, seda parem. Kui vaadata nüüd budistlikku pühakirja, avastame, et seal polegi sobivat vastet sõnale *armastus* kogu selle hämmastavas mitmetähenduslikkuses. Ühest küljest esineb küll voorusena *maitrī* või *mettā*, mida on mõnikord ettevaatamatult *armastuseks* tõlgitud, kuigi märksa õigem vaste on *sõbralikkus*, sest ta tuleneb sõnast mitra, sõber. *Maitrī* „on nõnda nimetatud, sest seda hakatakse tundma sõbra juures või sõbrast hoolides“ (Buddhagoša). Üks võimalik vaste võiks veel olla *armastav lahkus*, kuid mitte *armastus*. Teisest küljest sõnad *anunaya* ja *sneha* kirjeldavad *armastust* kiindumuse tähenduses, mida aga taunitakse kui pahet ja kammitsejat.

„Armastus algab seltsimisest.

Armastuse ärgates hakkab voogama halb.

Näe hukatust, mida sünnitab armastus,  
rändamas üksildaselt nagu ninasarvik.“

Selles *Suttanipāta* värsis räägitakse *snehast*. Hoiatatakse ka, et kui kasvatatakse sõbralikkust, võib see viia „lähedase vaenlase“ – maise ahnuse – tugevnemisele ning muutuda kirglikuks või meeleliseks armastuseks (*rāga*) või hoopiski isesuguseks kiindumuseks, kus püütakse ühtesid eelistada teistele ning hakatakse tihti vahet tegema. Lõpuks ka *bhakti* (*armastav pühendumus*), kuid see termin esineb küll väga harva.

Tavaliselt nimetatakse *armastuseks* erinevate tegurite kummalist segu, mis on vaimsete väärtuste poolest vägagi ebavõrdsed ning hõlmavad ka meelelist kōdi (täpsemalt „silitamismõnu“), omamist, soovi kindlustunde järele, suurustamist ja enesealandamist. Minu arvates tuleb ära märkida ja budistlikku kommet teha erinevate tegurite vahel terminoloogilist vahet.

Kuid see pole veel kõik. *Sõbralikkus* on budismis küll voorus, kuid mitte kõige tähtsam. Vabastada saab meid ainult tarkus. *Sõbralikkust* pole nimetatud Ōilsa Kaheksaosalise Tee astmete hulgas ega ka seitsme *virgumisliikme* või kolmekümne seitsme *virgumistiiva* seas, teda pole arvatud ka viie põhivooruse ega kuue täiuse hulka. *Anguttaranikaya* loetleb sõbralikkuse teostamise üksteist eelist, nirvaanat nende seas ei mainita. Põhjendamaks sõbralikkuse jätmist teisejärgulisele kohale, tahan

siinkohal ära näidata neli põhjust, mis viitavad ka sellele, et religioonil pole tarvis armastuse tähtsuts vaimse elu jaoks üleliia rõhutada.

1. Näib kehtivat *kompensatsiooniseadus*, mille kohaselt mõnest voorusest palju rääkimine tähendab pigem selle puudumist kui küllust. Tavaline kogemuski näitab, et see, kes pidevalt kinnitab oma ausust, kavatseb teid tõenäoliselt petta; kes oma tõearmastust kiidab, osutub arvatavasti valelikuks; kes palju räägib alandlikkusest, on tõenäoliselt väga ennasttäis; kes sageli kõneleb eneseohverdamisest, võib ümbritseva maailma suhtes mäesuurst isekust üles näidata, kuigi ta ise ei pruugi seda märgatagi. Põhjust pole tarvis kaugelt otsida. Voorust rõhutatakse – kas ülistamise või vastandi taunimise kaudu – just sel määral, kui võrd see tundub meile isiklikult tähtis. Ning isiklikult tähtis tundub ta sel määral, kui võrd meil sellest puudu jääb ja/või ka selle vastand meile kiusatuseks on. Olen elu jooksul kohanud palju inimesi, kes ütlevad, et religioon tähendab põhimõtet „armastus on kõik”. Peaaegu eranditult on nad osutunud kalgi südamega inimesteks või on täis vihkamist või varjatud kurjust või hoopis vastupidi – plahvatamas rakendamata libidost. Kui professor Suzuki viimati Londonis käis, panime tähele, et ta ei kõnelnud kordagi *armastuse* kiituseks ega rääkinud isegi armastavast lahkusest. Võibolla ka sellepärast, et lahkus on tema jaoks nii loomulikuks saanud, et tal pole vaja end enam selle koha pealt tagant õhutada.

2. Kehtib ka psühholoogiline *ambivalentsusseadus*, mille kohaselt armastus ja vihkamine kuuluvad lahutamatuks kokku. See käib seksuaalse armastuse kohta ning üldse kogu armastuse kohta sel määral, kui võrd ta on pingestav, meeleline ja ennastotsiv. Kui keegi tugevdab armastust, tugevdab ta samas automaatselt ka vihkamist, olgugi et võibolla ainult alateadlikult. Tõsi, sellist ambivalentsust ei tunnista need psühholoogid, kes eitavad kogu „alateadvuse” kontseptsiooni, ning tavalised inimesed ei tea suurt midagi neist faktidest, mis seda seadust kinnitavad. Käesolevas artiklis ei saa ma seda lühidalt tõestada. Pean endastmõistetavaks, et armastus ja vihkamine on lahutamatu nagu ühe mündi kaks külge, nii et tegelikkuses pole ei armastust ega vihkamist, vaid hoopis mingi kolmas nähtus, mis situatsioonist olenevalt ilmneb kas armastuse või vihkamisena. Selle põhjal võib nüüd arvata, et religioonid, mis rõhutavad armastust, peaksid sisaldama ka vihkamist. Tähelepanekud näivad seda kinnitavat. Armastus on alati kristlaste huultel. Kuid nemad on ajalugu rikastanud ka ristisõdade, pogromide ja Püha Inkvisitsiooniga ning kunagi ei väsi nad õnnistamast relvi, tanke ja sõjalennukeid ega ässitamast „õiglasi sõdu”. Pealegi õpetavad nad „halba vihkama”. Mina olen mõelnud, et halba vihata on sama halb kui seda tehagi ning tagajärjed on mõlemal juhul harilikult samad.

3. Armastuse rõhutamine peab sisaldama ka *Jumaluse isiklike aspektide* rõhutamist, kellel muidu polekski omadusi, mis teda armastusväärseks muudaksid. Vaimse arengu tee teatud etappidel on muidugi otstarbekas ja kasulik kirjeldada Absoluuti kui isa, ema, sõpra, kallimat jne. Kuid otse öeldes on sellised väited ebatäpsed ja väärad. Kui iganes seatakse *bhakti* kõrgemale tarkusest, järeldeb kohe, et religiooni ähvardab oht püstitada dogmasid, mis on oma olemuselt väärad. Ja neid tuleb kaitsta samasuguse sallimatusega nagu valvame eneses kerkivaid kahtlusi, sest on ju hästi teada, et just kõige kahtlasemad väited äratavad kõige äärmuslikumat fanatismi. Absoluudi tõelist olemust saab näidata ainult tarkuse kaudu, mis on rahumeelne, üle nii armastusest kui vihkamisest.

4. Kui *enese minast loobumine* on vaimse elu *kõrgeim eesmärk*, siis ei kõlba armastus vahendiks, mille abil seda saavutada võiks. Budismis õpetatakse sõbralikkust kui vastumürki, aga mitte enesearmastusele, vaid pahatahtlikkusele ja kurjusele. See on tema eesmärk ning näitab ära ka tema võimalused. Viimasel ajal on saanud tavaks vastandada *armastust* omakasupüüdlikkusele ning uskuda, et armastuse kasvamine kasvatab ipso facto ka omakasupüüdmatus. Miski ei saa olla tõest veel kaugemal. Omakasupüüdlikkus on kõige silmatorkavam omadus, mida aga väga sageli vaadatakse kui *armastust*. Näiteks emaarmastuse puhul pole laps sageli ainult pärisosa ema enda isikust, vaid pole nõrgenenud, vaid samastumise kaudu millegi väljaspool asuvaga just tohutult tugevnenud. Vähemalt teatud määral armastab ema oma last sellepärast, et too on „tema” laps, osake temast enesest. See teeb teda iseendale tähtsamaks. Samamoodi võib partneriarmastuses kergesti märgata nartsissistlikku komponenti. Armastus ei saa õnnelikuks enne, kui tekib partnerite eneseuhkus ning tunne, et ollakse *ihaldatud* ja *kallis*. Vaadake näiteks G. Gorneri suurepärasest uurimusest „Ameeriklased” (1948). Kui keskmine ameeriklane usub kirglikult ja sügavalt armastusse, kui ta, suutmata taluda üksildust, täitmatult ihkab armastuse märke ning mõõdab oma edu selle järgi, kui palju teda armastatakse ja kui armastusväärne ta on, siis pole see omakasupüüdlikkusest kuigi kaugel. Võib veelgi edasi minna ning väita, et isegi eneseohverdamine pole alati kindel tõend omakasupüüdmatus kohta. Sageli kaasneb sellega kaeblik mõtisklus tänamatutest; kes ei oska hinnata nende heaks tehtut, võib enesevihkamisse uppuda või vihata seda, mille nimel ohverdatakse, või lihtsalt mõningaid omadusi muuta ja ühest olekust teise üle viia. Kus iganes ka omakasupüüdlikkuse ja omakasupüüdmatus vahetada teaduslikult ei arutata, tuleb alati silmas pidada omaenese „mina” mõiste ähmaseid piire – see on kogusumma universumi kõikidest osadest, mida me enese omaks peame. Muidugi ei seisne kogu tõe armastusest ainult selles, et „püütakse ennast rahuldada”. Kuid see on tema tähtis koostisosa. Seepärast saab enese küljes rippumisest vaevalt vabaneda *armastuse* kui sellise kasvatamise kaudu. Öeldakse, et kedagi teist armastades unustatakse iseennast. Sama efekti võib anda ka alkohol, ränk töö, süvenenud mõtisklemine ja veel palju muud. On vaja vaid pisut meeletteravust, et märgata, kuidas seda laadi eneseunustamine jätab enese „mina” täiesti puutumata.

Armastus on vaimse elu tähtis toormaterjal. Nagu rauamaak ei muutu teraseks iseenesest, ilma kütuse, happe ja töötluseta, nõnda tuleb kõigest hoolimata muuta ka armastuse emotsiooni, kui temast tahetakse teha relva omaenese mina vastu. Puhastumine, ülenemine ja vaimsemaks muutumine nõuab intellektuaalsete, mitte emotsionaalsete jõudude vahelesegamist ja võtab armastuselt kõik selle, mille

pärast ta meile kallis on. Ainult tarkus võimaldab meil oma mina näha nii, nagu see tõeliselt on, paljastades tema olemust, piire ja äärmuslikku tühisust ning ka tõepoolest reaalse, nähtamatute ja ebaisikuliste kosmiliste jõudude toimet, mis läbivad kogu universumit. Tarkuse kaudu muutub armastus erapooletuks ning seetõttu peaaegu märkamatuks.

## II SÕBRALIKKUS JA KAASTUNNE

1. Sõbralikkuse ja kaastunde definitsioonide puhul pole kunagi vastakaid arvamusi tekkinud, need on jäänud samaks kogu budismi ajaloo vältel nikaajadest tantrateni. Piisab, kui siin ära tuua tsitaat Buddhaghosa raamatust „Visuddhimagga“: „Sõbralikkus tähendab annetada kõik hea teistele. See põhineb võimel näha teiste meeldivaid külgi ning selle tulemus on pahatahtlikkuse ja kurjuse vaibumine. Kaastunne tähendab hoida teisi halvast, suutmata taluda nende kannatusi. See põhineb võimel näha kannatustest ahistatute abitust ning selle tulemus on teistele pahategemisest hoidumine.“

Nii sõbralikkus kui kaastunne on tarvilikud vastumürgid vihkamisele, mis meie meeleoludes väga olulist osa mängib. Vihkamise tuleb ahistusest, kui me ei saa seda, mida tahame. Tavaliselt ootame ja nõuame elult palju rohkem, kui see meile pakkuda võib. Igasugune ahistus tekitab meis viha ehk „agressiivsust“, mis peale selle, et otsib võimalusi teistele halba teha, takistab ja lähendab oluliselt meie enda vaimset arengut. Varjatud vihkamine, mis on meis tekkinud mitmesuguste pettumuste tagajärjel, käivitab omakorda nii vaimse kui kehalise enesemürgitamise. Ühtlasi pimestab ta meid ja nõnda meil ei õnnestugi näha kaasinimeste voorusi ja meeldivaid omadusi ega kannatuste raskust, mida neil tuleb taluda. Sõbralikkuse ja kaastunde kasvatamine võib kaasa tuua muutusi meie suhtumises teistesse, avada silmi teiste voorustele ja probleemidele, ajendada õrnust kõige suhtes, mis elab, ning juhtida meie vihkamist teiste inimeste pealt ära. Kuid kogu selle vihkamise allikaks on arusaam, et igaüks on omaette isiksus, ning seda ei saa välja juurida ühiskondlike tunnete kasvatamisega. Need iseenesest ei saa teha midagi muud, kui asendada isiklikku egoismi kollektiivse egoismiga, aga see tee ei vii rahule.

Sõbralikkuse ja kaastunde kohta on üsna kerge õpetlikke märkusi teha. Kuid niipea kui keegi püüab selles suunas midagi ka tegelikult ette võtta, tekivad kohe probleemid ja raskused. Sõbralikkusel on kaks külge – vihkamise puudumine ja aktiivne heatahtlikkus. Mis esimesse puutub, siis kuigi vihkamise pahed on täiesti ilmsed, on oma vihkamist talitseda tegelikult väga raske. Vihahoogu ei saa olematuks muuta ainult tahteavaldusega, sest katse pahatahtlikkust maha suruda viib selle vaid veelgi sügavamale „põranda alla“ ning paneb otsima kõikvõimalikke kaudseid, varglikke ning sageli peaaegu märkamatu avaldumisvormi. Tõelise ning täiesti siira heatahtlikkuseni võib jõuda alles siis, kui õpime oma vihkamisega midagi ette võtma, kui leiame talle väljapääsu, mis oleks ühtaegu teistele ohutu ning meile endale vaimset kasulik. Selles osas võib julgesti soovitada asketismiharjutusi, sest iseennast ebamugavustesse asetades suuname osa oma vihkamisest enese peale ning nõnda kasutame teda ära. Vaevalt võib leida kedagi, kes armastaks korraga omaenese mugavust ning oma ligimest.

Kuid elu ahistustest tekkinud vihkamise ärakasutamise probleem on võrreldav nende raskustega, mis kaasnevad sooviga teistele head teha ning kõike kasuliku pakkuda. Niipea kui jõuame konkreetsete sammudeni, avastame, et üsna raske on otsustada, mis on teistele hea ning mis neile tõepoolest kasu toob. Kas näiteks piinleva looma tapmine või hulkurile viina pakkumine on sõbralik tegu? Kuid jätame kõrvale sellised armastuse kasuistikasse puutuvad võrdlemisi tühised probleemid: kas me siis ei tea, et see, mis ühele on hea, võib olla teise suhtes vaenulik? Öeldakse, et kõige kõrgem hüve on Dharma annetamine. Sellisel juhul võib kõige muu annetamine, mis kasvatab inimeste maist heaolu, vastu töötada nende vaimsete võimete arendamisele, sest see seob neid veelgi rohkem selle maailma külge ning suurendab muresid ja ängistust. See pole üldsegi triviaalne probleem, sest lahendusest sõltub, kas budism võib olla praeguse ja ehk ka mõne tulevase põlvkonna jaoks sotsiaalne jõud. Teiste sõnadega, kas budistliku sõbralikkuse eesmärgiks on inimeste materiaalse heaolu parandamine või mitte? Mahajaana tekstides on sellest juba ammu üsna palju juttu olnud, kuid budistlike maade tegelike saavutusi jälgides on näha, et sellest sihist ollakse üsna kaugel. Siin pole midagi üllatavat, sest ühiskondlikud teenused ei nõua ainult head tahet, vaid ka kõrget tööviljakust. Enne nüüdisaegse tehnilise arengutaseme saabumist polnud veel lihtsalt olemaski vahendeid selle tõstmiseks, mida praegu nimetatakse „elatustasemeks“, vähegi hinnatavale kõrgusele ka tavaliste inimeste puhul. Esimest korda ajaloos on see nüüd võimalikuks osutunud ning keskmise inimese jaoks on sellest kõikjal saanud ühiskondliku elu kõige põletavam probleem. Meie suhtumist niisugusesse arengusse pole lihtne määratleda. Ühest küljest võib meie kaastunne meid rõõmustada, kui näeme, et inimesed saavad jõukamaks ja elavad kauem, et nende haigusi ravitakse suurema hoole ja oskusega, et õigust mõistetakse inimlikumalt jne. Teisest küljest sõltuvad kõik need edusammud nüüdisühiskonna tehnilisest korraldusest, mis muudab vaimse elu peaaegu võimatuks. Kuidas seda vastuolu lahendada? Kardan, et ma ei tea, kuid tunnen, et väljapääsu üle peab mõtlema; täiesti võimalik, et lahendust ei leita Euroopas, vaid näiteks Tiibetis, kus need kaks ideaali praegu silmitsi seisavad.

Tõsiseid probleeme ei tekita ainult tagajärjed, vaid ka motiivid teistele head teha. Arm ja halastus on sageli ebasoosingus, sest liiga tihti on soovist oma süütunnet leevendada alandatud vaeseid, näiteks neid krosside eest ära ostes. Kui teised on meie suhtes nii sageli tänamatud, kui nad meid osutatud abi eest vihkavad, siis enamasti on see üsna õigustatud, sest nad tajuvad, et head tehes pidasime kõigepealt silmas ennast ja neid alles teises järjekorras, et me kasutasime neid ainult vahendi või materjalina oma heategemissoovi täideviimisel. Tänuikkus iseenesest on kiiduväärt sellepärast ja ainult

niivõrd, kui see on loobumisakt, millega anname ära osa oma varast ning saame nõnda vabamaks. Kasu meile endile on väljaspool kahtlust. Kaheldav on selle kasu teistele. Mulle tundub, et vaid väga kõrgel pühaduse astmel osatakse teistele head teha neid ärritamata ja solvamata. Ainult südameilt puhtad suudavad arukalt otsustada, mis on teistele tõesti hea; nende ja ainult nende motiivid on puhtad. Kõik teised peaksid tegema head vaid vabandava meele piires, sest enamuse meist ajab oma isiklikku heaolu taga tõenäoliselt teiste arvel; hirmus ja kartuses, et võivad viga teha endast nõrgematele.

Pühakirjades nimetatakse võimet teistele kasu tuua „oskuseks kasutada vahendeid“ ning austatakse kui väga kõrget ja harukordset voorust, täiusliku tarkuse küpse arengu kõige kaunimat õit. Kaheksasada aastat tagasi küsisid õpilased Tiibeti suure targa Milarepa käest, „kas nad võiksid kasvõi väheselgi määral osaleda maailma asjades ja tuua nõnda teistele kasu“. Milarepa vastas: „Kui nende asjadega pole seotud vähimatki isiklikku huvi, on see lubatav. Kuid selline erapooletus on tõesti harukordne, ning teiste heaks tehtud teod on harva isiklikust huvist vabad – kui üldse kunagi. Isegi siis, kui ei püüta teistele kasu tuua, on väga raske jõuda selleni, et ka iseenda huvides tehtud teod vilja kannaksid. See on nii, nagu püüaks abitu uppaja päästa teist, kes on täpselt samas olukorras. Teiste teenimisele asumisega ei tohiks üle pingutada ega rutata, enne kui mõistetakse Tõde tema täiuses, muidu on see nii, nagu pime juhiks pimedat. Niikaua kui püsib taevas, pole otsa kannatavatel olenditel, keda teenida; ja igapäev tuleb kunagi selleks võimalus. Kuni see võimalus tuleb, manitsen teid kõiki vaid ainsale – saada buddhaks kõigi elusolendite hüvanguks.“

2. Jättes nüüd tegedemaailma segadused kõrvale, püüame pisut selgitada meditatsiooni olemust. Budistlik traditsioon tunneb neljast meditatsiooniastmest koosnevat kompleksi, mida nimetatakse „Mõõtmatuteks“, sest nad püüavad sõbralikku, kaastundlikku, osavõtlikult rõõmsat ja erapooletut suhtumist avardada mõõtmatu hulga olendeile. Neid meditatsiooniastmeid tuleks teostada sellises meeleseisundis, nagu see on oma ainukest last valvaval emal, kuid tavapärase erapooletusega.

Soovitav toiming algab kõigepealt sõbralikkuse eduka suunamisega neljale erinevale inimesele: iseendale, väga lähedasele inimesele, erapooletule inimesele ja vaenlasele. Teadmised sellistest toimingutest pidid jõudma ka varajaste kristlasteni, sest Püha Augustinus kirjeldab neid üksikasjalikult. Ta kirjutab, et armastuse õige vorm (*ordinata dilectio*) algab iseendast ning laieneb seejärel, avardades kõigepealt lähedastele sõpradele, siis võõrastele, siis vaenlastele... „Kõigepealt laienda oma armastus lähedastele, kuid ära pea seda tõeliseks avardamiseks. Sest kui sa armastad oma lähedast, armastad tegelikult iseennast. Siis laienda oma armastust võõrastele, kes sulle midagi halba pole teinud. Mine sealtki edasi ning jõua armastuseni oma vaenlaste vastu.“

Meditatsiooni alustades tuleb mõelda eri isikutele ning pöörduda nende poole head tahet väljendava tavapärase lausega: „Olgu kõik olendid vaenuta, hirmuta ja tundke end hästi!“ (paali keeles *sabbe sattā averino hontu khemino hontu sukhino hontu*). Kaasaegses kõnepruugis võiks öelda: me soovime, et nad oleksid „vaimselt terved“. Suurema tunderõhu nimel võiks seda väljendada ka sellisel kujul:

„Olgu ma (või keegi teine) õnnelik ja tundku end hästi, valust, hirmust, hädast, vaenust vaba, häirimatu, vigastamatu, terve ja rahumeelne.“

Enne, kui veelgi edasi minna, tuleb omandada vilumus teiste inimeste kujustamisel; nende suhtes vähemalt teatud määralgi sõbralikkust kasvatades ja põlgust hajutades. Selles mõttes oleks kasulik inimesi mitte juhuslikult valida, vaid kujustada neli ilmakaart ja siis ringi käia, valides järjest neid, kes asuvad idas, lõunas jne.

Pärast selliseid algoiminguid on igal juhul soovitatav kõikide (või mõnede) inimeste vastu tuntav kiindumus võrdsustada, „kaotada eristavad jooned“ nende vahel ning isegi vahetegemine enda ja teiste olendite vahel.

Niimoodi võibki Buddhaghoša järgi märgata, kuidas kaovad tõkked ning tekib võrdne ja erapooletu suhtumine kõigi nelja isiku vastu: „Oletagem, et üks munk on teel koos lähedase inimese, neutraalse isiku ja vaenlasega. Tulevad röövlid ning küsivad mungalt, kelle kõri võiksid nad läbi lõigata, et vereohvrit tuua. Kui nüüd munk mõtleb, et las võtavad selle või tolle, pole ta suutnud tõkkeid veel lõplikult kõrvaldada; samuti siis, kui ta mõtleb, et las nad võtavad minu, aga mitte kedagi neist. Sest ta ei mõtle tolle inimese hüve peale, kelle hukku ta soovib, vaid ainult ülejäänute kasule. Kuid kui ta ei näe nende nelja seas kedagi, kelle ta nõustuks röövlitele andma, siis suhtub tema meel ühtmoodi endasse ja ülejäänud kolme ning ta on kõik tõkked lõplikult kõrvaldanud.“

Tuleb tunnistada, et kirjeldatud viisil sõbralikkust võrdsustada pole kindlasti lihtne ülesanne. Selge, et tavaline meel polegi selleks tõenäoliselt võimeline. Edu võib saavutada ainult sügava meditatsiooni tulemusena ning selleni ei saa jõuda need, kes kardavad maailmast korrakski lahkuda. Minu enese väga napid kogemused kinnitavad kõigiti seda, mida pühadest tekstidest lugenud olen. Sõbralikkuse kasvatamisele olen pühendanud palju aega ja jõudu ning arvan, et harjutused on suuresti leevendanud minu iseloomu kaasasündinud julmust. Kuid et ma pole jõudnud meditatsioonis kuigi kaugemale, siis armastan ma iseennast ikka veel palju rohkem kui kedagi teist, ning kui asi seisab valus, õnnetuses või haiguses, loodan ikka veel väga innukalt, et need toimivad kusagil mujal, mitte aga minus. Nii kirjalikud pärimused kui ka isiklikud kogemused ja teiste tähelepanekud kinnitavad, et ükskõik missugune ühiskondlike tunnete kasvatamine ei saa välja juurida meie sügavasti juurdunud kiindumust iseenesesse. Omakasupüüdmatu armastuse suudavad kaasa tuua ainult neli tegurit: süüvimine, mõistmine, rituaal ning pälvimatu armulikkus. Kuid muidugi ei või see olla ettekäändeks, et katkestada lihtsamad mõtisklused sõbralikkuse üle, sest nad pakuvad nii palju võimalusi meie enese mina-tunnet vähendava süüvimis- ja mõistmisväe arendamiseks.

### III OMAKASUPÜÜDMATU ARMASTUS

Suurepärasel kristlikul käsulausel „Sina pead oma ligimest armastama nagu iseennast“ on täpne vaste ka budismis. Sõbralikkuse mõõtmatuks muutmise käigus tuleb mõelda: „Nii nagu mina ise soovin õnnelik olla ning kannatusi vältida, nagu soovin elada ja ei soovi surra, nõndasamuti soovivad kõik teised olendid sedasama“, ning teistele tuleb soovida täpselt samasugust õnne nagu iseendalegi („*Visuddhimagga*“). Mõõtmatu sõbralikkuse kanooniline sõnastus nõuab ka, et sõbralikkusel tuleb lasta üle ujutada täiesti siiralt kogu oma isiksus (*sabbattatāya*). Buddhaghoša tõlgendab „*Visuddhimagga*´s“ seda nõnda, et inimene peaks „iseennast (*attāya*) kõigiga (*sabbesu*) samastama, olgu nad alamad, keskmised või kõrgemad, olgu nad sõbrad, vaenlased või ükskõik kes, jne“, et „neid kõiki peaks iseendaga samastama, tegemata mingit vahet sellepärast, et nad on teised olendid“.

Nii peab armastus iseenda vastu näitama seda taset, kuhu tuleb tõsta ka armastus teiste vastu, olles ühtaegu eeskujuks ja mõõdupuuks. Nii paradoksaalne kui see ka näib, järeldub siit, et teisi armastades tuleb armastada ka iseennast. Tavaline inimene on sageli üsna kaugel sellest, et iseendale head soovida. Ühest raamatust kristliku armastusekontseptsiooni kohta lugesin, et Püha Augustinus pidas enesearmastust meile nii loomulikuks, et eraldi käsulause selle kohta oleks olnud üleliigne. Kui ta tõesti nii arvas, siis oli ta psühholoogiliselt nägemiselt palju madalamal kui tema kaasaegne Buudhaghoša, kes peab vajalikuks, et *mettā* üle mediteerides tuleks arendada sõbralikkust ka iseenda vastu ning innukalt mõelda: „Olgu ma õnnelik ning halvast vaba“, „Olgu ma vaba vihkamisest, ängistusest ning igat liiki rahunemise, suutku ma ise õnnelikult elada!“ Sest inimesed võivad ennast kergesti vihkama hakata ning on teada, et suurem jagu vihkamist on vaid meie enesevihkamise kõrvalekalle või pelk peegeldus. Inimesed võivad soovida surma, sest elu on täis pettumusi või on purustavad löögid nii tugevad või on käivitunud „surmatung“. Nad ei julge tahtagi õnnelikud olla, sest nad kannatavad süütunde all või tunnevad, et pole õnne ära teeninud, kuid selle karistuse põhjuseks on hoopis mineviku teod. Kui neurootik on isik, kes pole rahul iseendaga või võimeline hoidma rahuldavaid suhteid teistega, siis saab teda panna teistega rahu elama vaid õpetades teda kõigepealt iseennast taluma. Seepärast tuleb nõustuda Aristotelesega, kes ütles, et ainult tark inimene suudab iseennast armastada, ja ainult tema, sest ta on tark. „Iseendaga sõber olla saab vaid hea inimene, sest ainult tema hinge osad pole omavahel tülis, vaid suhtuvad üksteisesse hästi. Halb inimene aga, olles iseendaga pidevalt tülis, ei saa kunagi olla enda sõber.“ (Magna Moralia 1211 a). Nii jõuamegi oma esimese paradoksini: enesearmastuseni võib jõuda vaid kaotades tema pingestatuse ja erapoolikuse, st muutudes eraldunuks ja erapooletuks, mis tähendab lihtsat nõustumist sellega, mis on omaenese minas olemas. Sest mida omastavamaks enesearmastus muutub, seda ambivalentsem ta on, seda usaldavam varjatud vihkamise suhtes.

Kas siis tõesti on meie kohus ka iseennast armastada, kuna sellest sõltub meie võime teisi armastada? Mis maksab sel juhul nõue, et peaksime iseene suhtes ükskõiksed olema? See pole kuigi tõsine takistus. Vaimse arengu madalamatel astmetel on enesearmastus oluline motiiv armastuse tekkimiseks teiste vastu, ning see kaob alles päris kõrgetel astmetel.

Tõeline enesesthuvitus peaks panema meid teistesse sõbralikult suhtuma, sest see on kasulik meilegi. *Anguttara Nikāya* loetleb *mettā* üksteist eelist ning lubab sõbralikkuse tasuks seda, et me oleme õnnelikud, suurem kergelt, meil pole halbu mõtteid, saavutame hea uuestisünni jne. Sõbralik inimene soovib, et ka teised oleksid õnnelikud ning see tuleb talle eneselegi kasuks, siis on palju meeldivam teistega koos elada. Pähe tõusvat viha takistab ta mõeldes, et inimese vaenlased on tema parimad sõbrad ning väärivad tänu, sest päästavad ta sellistest ohtlikest takistustest nagu jõukus, kuulsus ja maine õnn ning annavad võimaluse üles näidata kannatlikkuse voorust. Nad seavad ohtu selle, mis on meile kallis, mis aga meile tõeliselt ei kuulu, sest muidu poleks võimalik seda ohtu seada. Nõnda tugevdab vaenulik surve meie otsust niisugustest asjadest lahti öelda ning saada vähem haavatavaks ning veelgi vabamaks. Nii kristlik kui ka budistlik traditsioon õpetavad sõbralikkust kui omakasupüüdlikkuse arukat meetodit – sellel lihtsal põhjusel, et vaimsed voorused jäävad tühjadeks sõnadeks seni, kuni nende mõjul pole rakendatud tõeliselt viljakandvaid motiive, ning vaimselt vähearenenutel on omakasupüüdlikkus ainus tõeliselt hinnatav motiiv. Nõnda et „argu enesearmastaja kellelegi teisele halba tehku“.

Teisest küljest õpetab nii kristlik kui ka budistlik traditsioon, et vaimselt hästi arenenud inimese sõbralikkus on üsna ennastsalgav ning „ei aja oma kasu taga“. Ükski budist ei saa midagi ette heita Kempise Thomasele, kes ütleb: „See, kelle arm ja halastus on tõeline ja täielik, ei aja kunagi oma kasu taga, vaid tema ainus soov on, et Jumala au ja kuulsus toimiksid igal pool. Oh, kui mul oleks tõelisest armuhalastusest kasvõi kübekegi, kui tühised tunduksid siis korraka maised asjad!“ Kuid kõik need, kes on tõepoolest mõtisklenud sellise enesestloobumisega kaasnevate nähtuste üle ning proovinud neid eneses teoks teha, on lõpuks näinud. Et seda saavutada on peaaegu võimatu, et see oleks tõesti imepärase. Kui mõned mõtlikumad kristlikud teoloogid on kaotanud lootuse omakasupüüdmatus saavutamise võimalikkusele ilma mingi üleloomuliku jõu vahelesegamiseta, siis on seesugune järeldus pigem kogemuste ja tähelepanekute vili kui dogmaatiliste arutluste tulemus. Kõige kõrgematel tasemetel ei erine armuhalastuse ehk *agape* kristlik kontseptsioon oluliselt budistlikust kontseptsioonist ning ma juhin rõõmuga tähelepanu neile lähedastele paralleelidele, mis kristlikel ja budistlikel ideedel selles osas olemas on. Mõlemad jagavad ühtmoodi veendumust, et inimolendite kaasasündinud omakasupüüdlikkust ei saa muuta tunnete kultuse ega heade tegudega, vaid ainult vaimse tõelusega kokku puutudes. Teiste sõnadega, me ei saa end kunagi leida suhete kaudu teistega, vaid ainult kokkupuutes Reaalsusega, mis on tavalisest isiksusest väljaspool või kõrgemal.

Nagu ma juba varem mainisin, võivad omakasupüüdmatu armastuse kaasa tuua vaid neli tegurit – süüvimine, mõistmine, rituaal ja pälvimatu armulikkus. Käsitlen lühidalt neid nelja tegurit.

Alustan viimasest kahest: *rituaal* ja *armulikkus* kuuluvad budismi samavõrd kui kristlusesse. Üsna lihtne on mõista, et kristlased peavad uskuma, et omakasupüüdmatu on meie loomupärasteomadustega sedavõrd vastuolus, et ta saab meie põlastusväärseks maisesse kesta tekkinud olla ainult püha koguduse rituaalide mõjul või Jumala armu imepärase vahelesegamise tõttu. Kuid kust teavad budistid sedasama õpetada? Tantristid loodavad vabanemist rituaali abil, mis põhineb kokkupuutel üleloomulike jõududega, ning zeni õpetus „äkilisest virgumisest“ on budistlik teisend protestantlikust doktriinist Jumala armu kohta. Protestandid õpetavad, et meie isemeelsust saab kõrvaldada ainult Jumala motiveerimata armu väel, mille ta oma Poega läkitades vabatahtlikult andis. Selle annetuse saame armust, sest see on antud mitte millegi eest, vaatamata sellele, kas meie väärtuse aluseks on head teod, head otsustused või hea tahe; selline päästev armastus Jumala poolt on seetõttu mõistetamatu imetegudega, millel puudub igasugune seletus ja põhjendus. Zen-budistid õpetavad mitte-teistlikus vormis täpselt sama.

Virgumine ning koos sellega ka enesest loobumine on siia püstitusse maailma äkki sisse tormanud Absoluudi toime tagajärg, ükskõik mis eelnes sellele meie tingimuslikus maailmas.

*Meditatsioon* ja *mõistmine* seisavad muidugi märksa kindlamal alusel ning keegi ei kavatse väärata nende kohta budistlikku vabanemisõpetust. Nende toimimise viisi pole sellegipoolest lihtne seletada.

Õeldakse, et *dhyāna* de alkeemia puhastab sõbralikkuse ja kaastunde nende erapoolikusest ning muudab nad „mõõtmatuks“. Ma ei saa siinkohal üksikasjalikult näidata, kuidas selleni jõutakse, ning pean piirduma vihjega, et see on väga tihedas seoses süüvimistoimingutega, mis annavad budistlikule sõbralikkusele erapooletuse ja osavõtmatus; see on segadusse ajanud palju uurijaid. Südamlikum, kuid vaimset nõrgemat tüüpi armastus on sageli vaid vabanduseks ühiskondlike instinktide rahuldamisele ning rahutuse uputamisele massidega kokkusulamisele. Hirm üksinduse ees on tihti kõige selle jäine sisu, mida võetakse „inimliku soojusena“. Tõelist armastust võib leida ainult tõega kokkupuutudes ning tõde võib leida ainult üksinduses. Seepärast on üksindust taluda ning pikka aega vaid iseene seltsis veeta üks kõige elementaarsemaid oskusi, mis tuleb omandada kõigil neil, kes püüdleval omakasupüüdmatu armastuse poole, mille vaimne loomus tuleneb süüvimise ja mõistmise toimest. Mõõdamines pean juhtima lugeja tähelepanu ka suurele misantroopiaannusele, mis budistlikku armastavat lahkust võrdsitab, ning soovitan lugeda, mida ütleb Šantideva „Bodhitšarjāvatāra“ lehekülgedel nende meeleseisundist, kes sügavat meditatsiooni teostavad.

Kuid aitab sellest. Pöördugem nüüd mõistmise ja omakasupüüdmatu armastuse omavaheliste seoste poole. Vaimne armastus ei ole meeleline ning seepärast peab tema objektiks olema miski, mis meeli ületab. Kristluses on selleks Jumal ning budismi mõistmisõpetuses vastavad sellele dharmad. Et kristlik doktriin on budistliku õpetusega üsna sarnane, kirjeldan seda vaid mõne sõnaga.

Kristlaste jaoks sõltub vaimne armastus inimese vastu täielikult armastusest Jumala vastu ning on selles mõttes teisejärguline. Kuna oleme kutsutud kõiki inimesi võrdselt armastama, saame seda teha vaid ühes aspektis, kus kõik on võrdsed – see on inimese suhe Jumalasse, mille järgi kõik on Jumala lapsed. Nõnda on armastus Jumala vastu eelduseks vaimsele armastusele teiste vastu. Armastus oma ligimese vastu on vaid üks Jumala-armastuse nõudeid. Ainult Jumal üksi on meie armastust tõeliselt väärt. Oma ligimest ei armastata otse, tema enese pärast, ning iseenesest on ta sellise armastuse jaoks üsna vääritud. „Mida muud kui Jumalat armastab oma ligimeses see, kes teda vaimsel viisil armastab?“ (Püha Augustinus) Me peame Jumalat armastama kogu oma südamest, hingest ja meelest, ning nõnda ka kõiki teisi asju, sest need on Tema loodud, sest need on vahendid, mille kaudu Tema juurde tagasi pöörduda, mis ongi meie ülim eesmärk. Kuid ühtki asja ei tohi armastada selle asja enda pärast ega tohi ka rõõmustada selle üle, mis ta meile pakkuda võib. Ning loomulikult sõltub meie armastus Jumala vastu suuresti meie teadmistest Tema kohta ning kasvab koos meie mõistmisega. Tõelise arusaamise Jumalast annabki just mõistmine.

Täpselt samuti on ka budismis. Tavaliselt elame ebatõelises, näilises maailmas, kus minagi paistan teistest ümbritsetuna. Ülima Tõe seisukohalt pole mul omaenese mina ning oma mina pole ka kellelgi teisel, on vaid ebaisikuliste dharmade lakkamatu vool. Seepärast peab tõeline, vaimne, omakasupüüdmatu armastus toimima tõelise reaalsuse tasandil ning omakasupüüdmatuna peab ta ületama ka kõikide teiste näilised minad ja olema suunatud sellele, mis on tõeliselt olemas, st dharmadele. Kuid mõistmine on võime mõtiskleda dharmade üle, seepärast sõltubki omakasupüüdmatu armastus mõistmisest.

On üsna paratamatut, et budistid püüavad sõbralikkust ja kaastunnet seostada erapooletusega ning usuga kõikide asjade tühjusesse. Tavaline inimene ei mõista, kuidas erapooletus, mis „mõõtmatu“ nimekirjas on sõbralikkusest ja kaastundest kõrgemale asetatud, kaastunnet ära ei hävita, sest tema jaoks tähendab erapooletus eelkõige ükskõiksust ning kaastundest ei jää siis midagi järele. Samuti ei mõista ta, kuidas võivad täiuslikud soovitada kaastunde kasvatamist, ilma et usuksid ise nende inimeste tõelisesse, kellele nad kaasa tunnevad ja keda nad armastavad. Selles vaatab temale vastu vaid tühjus, mis tuleneb konkreetsete isikute puudumisest, kes Ülima Tõe seisukohalt on ebatõelised.

Selliseid kahtlusi ei saa leevendada ühegi argumendiga, neid võib kõrvaldada ainult isiklik kogemus. Rumal oleks loota mingit eelinformatsiooni vaimsete seisundite kohta, mida tajutakse vaid eemalt, ning mõelda ülearu sellest, mis käib üle mõistuse. Kui aga eelteadmisi pakutaksegi, tuleb igal juhul meeles pidada, et paradoksid ja vastuolud on lahutamatud kõigist seletustest omakasupüüdmatu käitumise ja enesestloobumise seisundite kohta. Pühakud „teostavad kaastunnet, kuid ei pühendu tühisele lahkusele; nad teostavad armulikkust, kuid ei anna järele kiindumustele; nad on rõõmsad südamest, kuid

igavesti kurvad kannatavaid olendeid nähes; nad teostavad ükskõiksust, kuid ei loobu kunagi teistele head tegemast". Neid paradokse ei saa tõenäoliselt seletada kaine mõistuse tavalise loogika abil, sest kaine mõistus põhineb minakesksetel kogemustel, mis aga siin ületatakse. Vaimse maailma imedele ei tule sugugi kasuks, kui nad tiritakse labaste käibetõdede tasemele.

Muretsemine endastloobumise üleloomuliku maailma vastuolude pärast on suuresti ajaraiskamine. Mis kasu on vaevata end sellega, kas erapooletud on kaastundlikud või mitte, kui endal pole erapooletuse kohta mingit kindlat kogemust ning tihtipeale selget ettekujutustki? Mis head võib tõusta mõtisklustest kaastunde hajumisest tühjusesse, kui tühjus on vaid paljas sõna? Neis küsimustes pole kõige olulisem see, mida öeldakse, vaid see, kes ütleb ja kellele. Nii et parem jätame selle sinnapaika. Keegi ei saa täiuslikuks üleöö.

## IV OSAVÕTLIK RÕÕM

Religioossete toimingute süsteem peab reguleerima meie suhtumist vähemalt nelja liiki kogemustesse: ebatervetesse himudesse, mis meid maailma külge seovad ning takistavad jõudmast vaimse vabaduseni; varjatud jõududesse, mis igast küljest kõikjal universumit läbivad; vaimsesse reaalsusse, mille juurde tahame jõuda; ning teistesse olenditesse, olgu nad inimesed, loomad või üleloomulikud olendid. Tänapäeval võime tähele panna teatud tendentsi nihutada rõhuasetust meie suhetele teiste inimestega. Paljud nii usklikud kui ilmalikud kristlased näivad hoolivat oma ligimesest märksa rohkem kui Jumalast ning isegi kveekerite juures on filantroopia asendanud müstilise mõtiskluse. Tänapäeval jääb mulje, et lahkus erinevate inimeste vastu ja ühiskondlik tegevus vaevatute heaks moodustavadki religioossete püüdluste kogusumma. Väljaspool kommunistide piiritara leidub vist väga vähe neid, kes lähevad niikaugemale, et hakkavad vabatahtlikult piirama kõiki omakasupüüdmataid taotlusi näilikus heaolu ühiskonnas; üldiselt aga mõistetakse heade tegude tähtsust otsekohe, kuid usku, askeesi, pühendumust ja mõistmist peetakse kinnise ja kasutu vooruslikkuse väljendumiseks. Ühiskondliku kohusetunde süvenemine ongi üks muutusi, mille religioon möödunud sajandi jooksul on läbi teinud. Arvan, et osalt saab seda seletada asjaoluga, et nüüdisttsivilisatsioon on ühiskonna killustamise tõttu inimestevahelised suhted põhjalikult sassi ajanud, ning osalt sellega, et tehniline progress ja usk teadusesse on tuhmistanud meie vahetuid teadmisi vaimse maailma kohta, mis näib olevat kaugemal kui kunagi varem. Ometi tuleb meenutada, et traditsiooniline religioon näeb neid asju hoopis teisiti. Seal vaadeldakse inimese hinge kui oma olemuselt üksildast, tõeline heitlus käib ühiskonnast eemaletõmbumise tingimuste osas ja otsustavate võitudenii jõutakse üksinduses, „kus kohtuvad mäed ja inimesed“, silmitsi reaalsuse enese sügavaimate jõududega, mitte aga tänavail tõugeldes. Vaimu varjatud eluga võrreldes tundub meie enda elu ühiskonna keskel teisejärguline, ehkki mitte täiesti üleaarne. See on vaid selle templi kõrvalhoone, kus võime tõusta kõikvõimsuseni, mitte aga sisemine pühakoda ise. Buddha on sellepärast buddha, et ta bodhipuu all üksinduses valgustuse sai, kui jätta kõrvale jumalate saatjaskond kauges taevastes. Ning valgustumise ajal tegeles tema meel metafüüsiliste, mitte ühiskondlike probleemidega.

Sellegipoolest ei arva budism, et meie suhted teistega võiksid vabalt juhuse või metafüüsilise nägemuse hooleks jääda. Kui nende üle otsustaks juhuse, siis lämmataks loomuliku pahatahtlikkuse umbrohi üsna varsti meie heasoovlikkuse õrna viljapea; kui neid valitseks metafüüsiline nägemus, siis budismi puhul viiks see täieliku eemaletõmbumiseni teistest. Sest niikaua, kui on tegemist tõelise reaalsusega, on budistliku teooria järgi üsna võimatu teiste isikutega suhetesse astuda, kuna iseseisvaid minasid, iseseisvaid isikuid kui selliseid tõeliselt ei eksisteeri. Budistide soovitatud meditatsioonis on seetõttu neljaosaline kompleks, mida miskipärast müstiliselt *brahmaseisunditeks* nimetatakse. Need reguleerivad meie suhtumist teistesse inimestesse eesmärgiga arendada sõbralikkust (*mettā*), kaastunnet, osavõtlikku rõõmu (*muditā*) ja erapooletust. Need pole küll budistlike püüdluste tuum ning on üsna teisejärgulised, kuid sellegipoolest olulised. Need pole ka spetsiifiliselt budistlikud ja esinevad näiteks Patandžali jooga-suutrates, olles arvatavasti laenatud teistest India religioossetest süsteemidest. Käesolevas artiklis ma esimest ja viimast brahmaseisundit ei puuduta ning keskendan tähelepanu kaastundele ja osavõtlikule rõõmule.

Need kaks kuuluvad ilmselt kokku. Kaastundes jagame teiste kannatusi, osavõtlikus rõõmus nende õnne. Kaastunne paneb südame värisema, kui vaatame ja mõtleme kõikide teiste olendite kannatustele, sest budism käsitab loomi ja vaime samasugustena kui inimesi. Me kannatame nendega koos ning võimetuna nende kannatusi tauma, teeme pingutusi, et neid suurema õnne poole juhtida. Me muutume teiste kannatuste suhtes nii tundlikuks, teeme need endale nii omaseks, et ei taha neid enam suurendada. Tunneme, kuidas teistele halba tehes teeme halba iseendale. Seda me loomulikult väldime. Ometi muutub kaastunde voorus iseenda hooleks jäetud sünguse paheks. Suure piina ja vaeva üle järelemõtlemine kaldub kergesti meelt masendama. Nii suurt hulka kannatusi vaigistada tundub üsna lootusetu ülesanne ning tekib kiusatus abitusse meeleheitelisse vajuda. Tõepoolest ähvardab meid korvamatu kaotus, kui hakkame end samastama kogu selles maailmas leiduva piina, viletsuse, hädade ja õudustega.

Sellegipoolest asetatakse kaastunne osavõtlikust rõõmust ettepoole, kuna seda on lihtsam esile kutsuda. Kaasolendite kannatused pole tavalisele inimesele sugugi nii vastikud. Näib, et teatud määral need isegi meeldivad talle. Populaarsed ajalehed ei pühendaks hädadele nii palju ruumi, kui lugejatele tõesti ei meeldiks lugeda maavärisemistest, sõdadest, röövimistest, liiklusõnnetustest, õuduslugudest jms. Psühholoogilises mõttes on kaastunne tihedalt seotud kurjusega, mida võiks defineerida kui

naudingut, mida saadakse teiste kannatuste üle mõtiskledes. Mõlemad on ühe ja sama mündi kaks külge. Mõlemal juhul ollakse teiste kannatuste suhtes tundlikud ning armastatakse neid pealt vaadata. Kaastunde puhul tekitab kannatuste jälgimine piina, kurjuse puhul naudingut. Kuid kaasaegne psühholoogia teab hästi, et vahe naudingu ja piina vahel pole sugugi selge ja ühemõtteline; et masohhistliku naudingu puhul on nad lootusetult läbi põimunud; et lisaks kõigele on meid õnnistatud nii hämmastava enesepetmisvõimega, et meie tõelisi motiive õnnestub harva mingigi tõenäosusega selgitada. On täiesti võimalik, et mõni inimene on varjatud kujul maailma hädadest sisse võetud ning eneselegi teadmata tunneb varjatud rahuldust nende kahjurõõmsast jälgimisest, kuigi ise on veendunud, et teda ajendab kaastunne. See on üks põhjusi, miks budism rõhutab, et sõbralikkuse kasvatamine peab eelnema kaastunde arendamisele, sest just sõbralikkuse funktsioon on puhastada süda nii varjatud kui avalikust vihkamisest ja pahatahtlikkusest.

Kuid kaastunde negatiivsete külgede, loiduse ja kurjuse ületamine peab täielikult jääma osavõtliku rõõmu kasvatamise hooleks. Osavõtlik rõõm seisneb selles, et teiste õitsvat olukorda nähes selle üle rõõmu tunda ning teiste õnne jagada. Loogiliselt võttes võiks eeldada, et teiste õnn peaks olema emotsionaalselt palju vastuvõetavam kui nende õnnetus. Tegelikuses on see kaugel meie loomulikest, selgelt misantroopsetest kalduvustest. *Homo homini lupus est*. Keel on meie tõeliste tunnete üheks tõendiks. Oma hiljuti ilmunud töös „*Social Psychology and Individual Values*“ väidab professor D. W. Harding, et „*Oxford English Dictionary*“ põhjal võime tõdeda, et meil pole kunagi korda läinud lingvistiliselt fikseerida õnnestumiste või meie endi huvisid ületavate saavutuste kohta tänuliku imetluse kontseptsiooni; iga sõna, mida selleks kasutatakse, näib oma ajaloo jooksul ikka mõnes mõttes viitavat teiste üleoleku vastu suunatud või pahasoovalikkusele. Mingil määral võib see olla ka lingvistiline juhus ning teised keeled on selles mõttes ehk paremas olukorras. Sõja ajal ei väsinud propagandistid rõhutamast, et sakslastel on sõna *Schadenfreude*, mis tähendab teiste õnnetuse üle tuntavat rõõmu ning näitab saksa rahvuslikku iseloomu üsna võikas valguses. Õigluse huvides tuleb siiski lisada, et sakslased võivad teiste õnne üle tuntavat heameelt väljendada üsna lihtsa sõnaga *Mitfreude*, mis vastab otseselt sõnale *Mitleid* (kaastunne), kuna aga inglise keeles peab kasutama üsna kohmakat sõnaühendit *sympathetic joy*.

Kuid jättes lingvistilised arutlused kõrvale, tunneme vähemasti oma meele sügavamates kihtides kindlat vastumeelsust piirduda ainult teiste õnnega. Kadedus ja kiivus on sügavad ja tugevad, kuigi harva omaksvõetavad vaenujõud. Kiivalt võrdleme oma saatust kogu aeg teiste omaga ning ei raatsi teistele pakkuda neidki õnnestumisi, mis meie käest on ära libisenud. Isegi see tõsiasi, et keskendumine või usume end keskenduvat vaimsetele väärtustele, võib vastu töötada meie osavõtlikkusele teiste õnne suhtes. Tohutult paljudele inimestele tähendab edu ainult ainelist jõukust. Neid tiivustab see, et neil on õnnestunud raha teha, et nad on hankinud parema töökoha või uuema maja, et nende lapsed jõuavad hästi edasi; ent, vaimselt meelestatud kalduvad suhtuma sellesse tiivustusse pilke ja haledusega. Neile, keda oli kasvatatud vaimse elu seaduste järgi, näib niisuguste asjade üle rõõmustamine suure rumaluse märgina, ning tarkus kipub kõrva sosistama mõtet, et sedalaadi heaolu ei või kaua kesta, sest sageli on see muretsetud vaimse orjuse hinnaga ning viib tõenäoliselt suurtele kannatustele tulevikus. Selleks et koos ilmainimestega rõõmustada selle üle, mida nemed eduks peavad, on vaja palju suuremat vaimset täiuslikkust kui enamikul meist on. Selleks on tarvis täielikku ja üldist ükskõiksust materiaalsete asjade suhtes, sest ainult siis on konkurentsivaim meis piisavalt vaibunud ning ainult siis saame nende üle heldemeelset rõõmu tunda – täpselt nii, nagu täiskasvanud inimene rõõmustab lapse üle, kes on just käima õppinud, nooruki üle, kes oma kehajõudu näitab, või liivalosside üle, mida lapsed mererannale ehitavad. Sest kõik see asub väljaspool neid alasid, kus me võidu jookseme või tunneme eneseuhkust kaalul olevat.

Budistlikus tähenduses ei käi osavõtlik rõõm muidugi ainult ainelise, vaid ka vaimse õnne kohta. Kiiduväärt harjutuseks on oma meeles mõnusa üksikasjalikkusega ette kujutada mineviku vaimuhiiglaste – buddhade, bodhisattvate ja pühakute – suuri saavutusi ning mõelda, et sellised asjad toimuvad ka praegusel hetkel ja tulevikuski. Maailm oma viletsusega on tõsiasi ning kaastundes kannatame koos temaga. Maailma ületamine ning kõrgema, absoluutse õnneni jõudmine on samuti tõsiasjad, osavõtlikku rõõmu teostades saame meiegi osa niisugustest võitudest ja võiduviljadest. Mais rõõmu hetkedel võime maailma üle rõõmustada ning see ongi proovikiviks, mille abil võime teada saada, et oleme oma südames ületanud kurjuse, mis oskab ennast kergesti haleduse maski taha varjata. Kui meid ähvardab haarata loidus selle maailma rumaluse ja lõputuna näiva viletsuse suhtes, siis võime lootuse taas leida mõtisklustes õuduste üle, mida vaimsed püüdlused ilmselt pakuvad. Lisaks aitab osavõtlik rõõm vaimsete suurkujude üle välja juurida ka enesehaletsust, mis end vaimse elu püüdlustega nii kergesti seob. Budistliku meditatsiooni õpikud osutavad, et osavõtliku rõõmu teostamise üheks peamiseks väärtuseks on see, et kaob rahulolematumus, mida tekitavad üksindusse tõmbunud elu puudused ja mõne kõrgema seisundiga kaasnev vaimne viljatus. Loobuv eluviis toob kaasa hulga ebamugavusi ning kogu aeg püsib oht, et maailm su endasse neelab. Alles pika teekonna lõpus võib jõuda väärtusliku õnneni, mis on suurem, kui maailm pakkuda võib. Osavõtliku rõõmuga pühakute õnne üle võime seda õndsat lõppseisundit ennetada ning jõuda innu ja julguseni, millele lõpuni kindlaks jääda. Kaastunne võib meelt väga raskelt vaevata, sest kannatus on kergesti nakkav. Kui näeme hädasid ja haigusi, kaldume tundma, et need oleksid võinud meilegi osaks langeda ning et sellisest saatusest pääsemine on üsna põhjendamatu soodustus. Nõnda püsib alati oht, et õnnetused võivad meie enda peale tulla, niipea kui õnnistatud või eelistatud olukord lõpeb. Kuid osavõtlikku rõõmu teostades tunneme selgesti, et oleme tõesti eelistatud olukorras, et me justkui kuulusime pühakute kogudusse, et jõuab lähemale päev, mil meil selle maailmaga enam mingit pistmist pole.



Kõige parem ja kindlam tee mitmesuguste peente viiside leidmiseks, mis kasvatavad meis kaastunnet ja osavõtlikku rõõmu, on muidugi selle arendamiseks mõeldud tegelik meditatsioonipraktika. Sobivaimaks sissejuhatuseks on Buddhaghoša raamatu „Visuddhimagga“ üheksas peatükk, mida ma teadmishimulisele lugejale lahkesti soovitan.