Tiibeti budismi retseptsioonist läänes: müütide ja tegelikkuse vahel tuleviku poole*

Kadri Raudsepp

SISUKOKKUVÕTE

Artikkel analüüsib Tiibeti budismi retseptsiooni ja kohandumist lääne kultuuriruumis, käsitledes teemat läbi orientalistlike müütide, tänapäevase teadusdialoogi ja 21. sajandi arengusuundade. Budismi kohandumine on ajalooliselt olnud pidev ja dünaamiline protsess, kusjuures Tiibetis säilis India hilisbudistlik pärand selle kõige täielikumal ja süsteemsemal kujul. Läänes hakati Tiibeti traditsiooni laiemalt tundma pärast 1959. aasta ülestõusu ja Tema Pühaduse XIV dalai-laama eksiili minekut.

Retseptsiooni algfaasi kujundasid kaks kolonialistlikku polaarsust: negatiivne kuvand mandunud „lamaismist" ning romantiseeritud fantaasia eksootilisest ja müstilisest Shangri-La paradiisist. Neid lääne kultuuri loodud müüte on võimendanud populaarsed Tiibeti-ainelised ilukirjandusteosed ning tekstide mugandamine pop- ja kontrakultuuri vajadustele, millega paralleelselt käis kaasas ka budismi psühhologiseerimine.

Selliste institutsioonide kaudu nagu Mind & Life Institute on Tiibeti budism astunud tihedasse dialoogi lääne teadusega, iseäranis neuroteaduse ja psühholoogiaga. Filosoofilisel tasandil on budistlike tekstide retseptsiooni analüüsis keskseks autoriks kujunenud Pierre Hadot. Tema tõlgendus filosoofiast kui elamisviisist ja vaimsetest harjutustest, mis võimaldab vaimsele transformatsioonile suunatud tekste pidada filosoofilisteks, saab kohandada ka budistliku filosoofia käsitlustele. Siiski tuleb silmas pidada,

* Artikkel põhineb 26.09.2025 Eesti Akadeemilise Orientaalseltsi XXXVII orientalistikapäevadel peetud ettekandel „Pärast Shangri-La'd: tiibeti budism läänes ja Tiibeti enda vastupeegeldus – müüdi ja tegelikkuse vahel".

et vaimne harjutus ei pruugi katta budistliku filosoofia kõiki tahke, ning sobivamaks terminiks võiks pidada „teed“ (skr *marga*, tiib *lam*).

Artikli viimases osas on välja toodud, et Tiibeti budism on läänes jõudnud üleminekuperioodi. Vanema põlvkonna õpetajate lahkumine on kaasa toonud institutsionaalseid ja autoriteediga seotud muudatusi, kus tiitlid ja etniline päritolu ei taga enam legitiimsust, vaid lääne õpilased ootavad õpetajatelt suuremat kultuurilist kohandumisvõimet ning eetilist läbipaistvust. Samuti on tõenäoline lääne õpetajate esiletõus. Artikli järelduse kohaselt sõltub Tiibeti budismi elujõulisus läänes suutlikkusest eristada filosoofilist sisu kultuurilisest taustast ning säilitada süsteemne õpe ja eetilised väärtused sekulaarsete ja kommertsialiseerunud *mindfulness*'i tehnikate leviku tingimustes. Samal ajal on mitmed õpetajad rõhutanud, et selle protsessi edukus sõltub ka lääne ühiskonna valmisolekust toetada budismi institutsionaalsel tasandil.

MÄRKSÕNAD: Tiibeti budism läänes; budistlik filosoofia, orientalism, kolonialism, psühhologiseeritud budism, budism ja teadus

KADRI RAUDSEPP (MA)
tibetoloog ja tõlkija

E-post: kadri.raudsepp1@gmail.com

ABSTRACT

On the reception of Tibetan Buddhism in the West: Between myths and reality towards the future

The article analyses the reception and adaptation of Tibetan Buddhism within the Western cultural sphere, examining the subject matter through the lenses of orientalist myths, dialogue in contemporary research, and 21st-century developmental trends. Historically, the adaptation of Buddhism has been a continuous and dynamic process wherein Tibet preserved the late Indian Buddhist heritage in its most complete and systematic form. In the West, the Tibetan tradition became more widely known following the 1959 Tibetan uprising and the flight of His Holiness the 14th Dalai Lama's into exile.

The initial phase of this reception was shaped by two colonialist polarities: the negative image of a degenerate "Lamaism" and the romanticized fantasy of an exotic, mystical Shangri-La paradise. These myths constructed by Western culture have been amplified by popular fiction centred on Tibet and by the adaptation of texts to meet the needs of pop and counterculture, which developed concurrently with the psychologization of Buddhism.

Through institutions, such as the Mind & Life Institute, Tibetan Buddhism has entered into a close dialogue with Western science, particularly neuroscience, and psychology. On a philosophical level, Pierre Hadot has emerged as a significant author in the analysis of the reception of Buddhist texts. His interpretation of philosophy as a way of life and spiritual exercises — in the light of which texts aimed at spiritual transformation can be considered philosophical — can also be applied to approaches to Buddhist philosophy. It must nonetheless be borne in mind that "spiritual exercise" may not encompass all facets of Buddhist philosophy, and "the path" (Sanskrit *marga*, Tibetan *lam*) could be considered a more suitable term.

The final section of the article emphasizes that Tibetan Buddhism has reached a transitional period in the West where the passing of the older generation of teachers has brought about institutional changes and shifts in authority. Titles and ethnic origin no longer guarantee legitimacy; instead, Western students expect greater cultural adaptability and ethical transparency from teachers, and the emergence of Western teachers is also probable. The article concludes that the vitality of Tibetan Buddhism in the West depends on the capacity to distinguish the philosophical content from its cultural background and to maintain systematic study and ethical values amidst secular and commercialized mindfulness techniques, while several teachers have conditionalized the success of this process upon the readiness of Western society to support Buddhism institutionally as well.

KEYWORDS: Tibetan Buddhism in the West, Buddhist philosophy, Orientalism, Colonialism, Psychologized Buddhism, Buddhism and science

KADRI RAUDSEPP (MA)
tibetologist and translator

E-mail: kadri.raudsepp1@gmail.com

Sissejuhatus

Käesoleva artikli keskmes on Tiibeti budismi retseptsioon ja kohandumine lääne kultuuriruumis. Artikkel analüüsib Tiibeti budismi jõudmist läände läbi orientalistlike müütide prisma, selle tänapäevast lõimumist lääne teaduse ja filosoofiaga ning 21. sajandi arengusuundi ja tulevikuperspektiive.

Budism, mis levis sajandite jooksul Indiast üle Aasia, võttis kõikjal eri vorme – ühest küljest kohandus see kohalike oludega, teisalt tõi sihtkultuuris kaasa tohutuid muutusi. Lihtsustatult tuuakse tihti välja,[1] et budismi levikut Aasia maadesse võib kirjeldada kahel viisil. Oli maid, näiteks Hiina, kus budism kohtus kohaliku kõrgkultuuriga (taoismi ja konfutsianismiga) ning väljakujunenud maailmavaadete elemendid segunesid ja kohandusid vastastikku. Teisalt oli piirkondi, näiteks Tiibet, kus enne budismi tulekut puudusid nii kirjakultuur kui ka ühtne riigi reguleeritud ususüsteem. Just budismist sai seal kohaliku kõrgkultuuri alus – budistlik maailmavaade sulandus ühiskonna igasse valdkonda alates ühiskonna toimimisega seotud seadusloomest kuni üksikisiku moraalsete väärtusteni. Ka Tiibetisse alates 7. sajandist jõudnud budism erines suuresti sellest budismist, mis oli jõudnud Hiinasse Hani (206 eKr – 220 pKr) ning Tangi (618–906 pKr) dünastia ajal. Hiina budismi kujunemist mõjutas suurel määral varajane mahajaana budism, mida mõtestati taoismi ja konfutsianismi kaudu. Tiibetisse jõudnud India budism oli märksa hilisem, jõudes sinna erinevate lainetena 7.–12. sajandil kõigis eri kujudes alates madhjamaka filosoofiast kuni tantrabudismi keerukamate vormideni. Seega on õigem öelda, et Tiibetis on India budism säilinud oma kõige küpsemal ja täielikumal kujul, mitte aga seda, et India budism on seal säilinud kuidagi muutumatuna. Liikudes lihtsustatud skeemist edasi, nagu teeb Matthew Kapstein (2000: 4, 60), ei saa väita sedagi, et India budism jõudis n-ö barbarite maale, kus süstematiseeritud ühiskonnakord üldse puudus. Küll aga vastab tõele, et Tiibetisse jõudes kohtus budism täiesti teistsuguse ühiskonnakorralduse ja budismist väga erineva uskumuste süsteemiga.

Ühtlasi ei saa kuidagi rääkida sajandite vältel muutumatuna säilinud homogeensest India budismist. Budism on alati olnud pidevas muutumises ja selle tekstikaanon Indias oli avatud – budistliku tekstikorpuse laienemine jätkus pikkade sajandite vältel. Selle üks põhjusi peitub juba Buddha enda

1 Jay L. Garfield and Doris Silbert, Buddhism in the West. https://info-buddhism.com/Buddhism_in_the_West_Jay_Garfield.html Vaadatud 28.03.2026.

seisukohas, mille kohaselt „võis igaüks kuulutada dharmat omaenda dialektis“ (Davidson 1990: 291). Budistlikus traditsioonis ei ole kunagi olnud ühte ja ainsat õpetusliini, isegi mitte Buddha eluajal. Indias ei tekkinud ühtseid tekstide ja õpetuste valideerimise kriteeriume. Kuna dharma definitsioon laienes kohe pärast Buddha lahkumist tema õpetustelt tema õpilaste selgitusteni,[2] on üsna keeruline arvata, et mistahes usulise saavutuse kirjeldus pärineb ühest ja ainsast tõesest allikast. Nõnda on „inspireeritud kõne“ (skt *pratibhā*) – mille on lausunud keegi, kes kuulutab tavapärasest mõistmisest sügavamale ulatuvat vaadet – saanud võrdseks Buddha enda kõnega.

Kui budism koos oma väga erinevate tekstikorpustega läände jõudis, kohtus see samuti täiesti erinevate kultuuriruumidega. Arusaam budismist hakkas kujunema võrdluste, sarnasuste otsimise ja erinevuste tajumise kaudu. Välja võib tuua paar olulist erinevust. Esiteks – kui Aasias levis budism sajandite jooksul ning mõnda konkreetsesse kohta jõudis tavaliselt üks õpetusliin korraga, siis läände jõudsid eri Aasia kultuurides edasi arenenud budismi õpetused suhteliselt lühikese ajavahemiku jooksul korraga. Näiteks võisid ja võivad ka mõne Eesti väikelinna budismihuvilise valikus olla samal ajal *zen* või *chan*, Tiibeti budismi drikung'i või ningma koolkond või veel midagi muud. Eri koolkondade praktilised väljendusviisid võivadki olla väga erinevad, rääkimata sellest, et näiteks Tiibeti traditsioonis edastab iga õpetaja oma kloostri või õpetaja spetsiifilist pärandit, millega kaasnevad just sellele omased tekstid ja rituaalid. Veel saab budismihuviline budismi paremaks mõistmisteks valida, kas õppida ära sanskriti, paali, tiibeti, hiina või hoopis mõni muu keel.

Teisalt tuleb mainida, et pärast lääne ühiskondade väärtusnormidega kohtumist hakkas budism läänest tagasi peegelduma ka Aasia budistlikesse kogukondadesse. Aasia budismikogukonnad märkasid budismi teisenemist läänemaailmas ning hakkasid seda ka oma kogukondades kohandama, võttes kasutusele sellised teemad nagu budismi teaduslikkus, budistlik psühholoogia, naiste õigused või keskkonnahoid. Nagu ajaloost teame, sai budistlik modernism Aasia ühiskondades alguse lääne ideede tagasimõjust

2 Esimeseks näiteks on *abhidharma* traktaadid, mis oli India budistliku kaanoni esimene suurem laiendus. Püüdes muuta oma tekste võimalikult autentseks, olid *abhidharma* eksegeedid sunnitud õigustama tekstide päritolu: kas väitega, et süsteemi õpetas algselt Buddha ise, või et selle koostas mõni tuntud *sthavira* ning tekste retsiteeriti esimesel suurkogul Rājagṛhas, kus legendi kohaselt budistlikud õpetused kodifitseeriti. Ajaloolised allikad esimese suurkogu toimumist ei kinnita (Prebish 1974: 239). Sama keerukat mütoloogiat, mida kasutati *theravāda abhidharma* kaanoni legitimeerimiseks, rakendasid hiljem mahajaana järgijad. Samasuguseid valideerimisprotsesse kasutasid hiljem mantrajaana pooldajad ning lõpuks kõik budistid üle Aasia.

ja eelkõige Henry Steel Olcottist, kes püüdis budismi vaadelda läbi läänemaailma prisma, võimendades nõnda budismi teatud tahke, näiteks teaduslikkust.

Kõige selle valguses ei ole õige rääkida mingisugusest algbudismist kui muutumatust ja puhtaimast õpetusest, mis on kusagil läbi sajandite puutumatuna püsinud. Pigem on mõistlik aktsepteerida fakti, et budism on alati olnud muutumises, kohandudes ühelt poolt kohalike oludega ning teisalt vormides ümber sihtkultuuri. Budismi puhtusest saab rääkida eelkõige Buddha enda sõnadega, et tema oli vaid see, kes leidis tõe, mis ei kuulu aga talle endale, vaid mida võib igaüks, kes on õpetuse tähendust mõistnud, edasi anda.[3] Roger Coreless (1989: 213) ütleb sama mõtte väljendamiseks, et Buddha õpetuse keskmes on *bodhi* ehk virgumine, mitte Buddha isik. Lühidalt: seni, kuni Buddha õpetus teenib oma peamist eesmärki – leevendab kannatusi ja juhatab inimesi vabanemiseni –, on see autentne. Just neid põhimõtteid meeles hoides saab hakata rääkima peamisest ehk Tiibeti budismi jõudmisest läände.

Tiibeti budismi kohtumine lääne kultuuriruumiga

Kui heita kiirpilk üle mitme sajandi Tiibeti budismi teekonnale idast läände, ei jää märkamata, kui hästi sobitub Tiibeti budismi retseptsioon läänes eksootilise „teise" käsitlustega, kus Tiibetit ja budismi on alati nähtud lääne kõverpeeglis. Ühest küljest saab neid nüansse analüüsides toetuda Edward Saidile (1979: 5), kelle vaate järgi on „teine" lääne hegemooniat teeniv võimu tööriist. Nõnda võib vaadelda, kuidas ka Tiibet suruti passiivse ja irratsionaalse objekti rolli, mis kulmineerus Tiibeti budismi kohta kunstliku termini „lamaism" kasutuselevõtuga. Teisalt on romantilised käsitlused loonud Tiibetist kuvandi kui hääbuvast vaimsest paradiisist, kus algupärased Šambala või peidetud maa (*sbas yul*) müüdid ja budistlikud sümbolid on lääne tõlgenduste kaudu muudetud kohalikke esoteerilisi igatsusi teenivateks kujutluspiltideks, milles algupärane tähendus on kaotanud oma tähtsuse. Võib öelda, et Tiibeti budismi retseptsiooni läänes on mõjutanud eelkõige need kaks poolust, mille mõjud ulatuvad tänapäevani.

Muidugi ei ole Tiibeti budismi jõudmine läände jäänud vaid fantaasiamaailma. Tiibeti vallutamine Hiina Rahvavabariigi poolt ja sellele järg-

3 Vt täpsemalt: Etienne Lamotte „La critique d'authenticité dans le bouddhisme". In *India Antiqua,* Leyden: E. J. Brill, lk 212–222. Selles artiklis analüüsib Lamotte *Catuhpratisaranasūtra* näitel kriteeriume, mille alusel pidada Buddha õpetust autentseks.

nenud Tema Pühaduse XIV dalai-laama Tenzin Gyatso põgenemine 1959. aastal Indiasse eksiili tähistasid paradoksaalselt uue ajastu algust, kus sajandeid suletuna püsinud vaimne traditsioon paisati globaalsesse kultuuriruumi. Lääne inimestel avanes esimest korda võimalus puutuda kokku ehtsa Tiibeti budismiga. 1960. aastatel hakkasid läände jõudma esimesed õpetajad, kelle õpetustest oli võimalik vahetult osa saada ka tavainimestel. Tiibeti budismi populaarsus kasvas plahvatuslikult, mille pinnalt tekkis palju erinevaid vaatepunkte ja käsitlusi. Mõnda tahku püüan põgusalt ka selles artiklis vaadelda.

Minevik: Tiibeti budism läbi orientalismi prisma

Nõnda nagu kogu budistliku traditsiooni tulekut läände on mõjutanud lääne fantaasiad ja eelarvamused, on juhtunud ka Tiibeti budismiga. Oma eksootilise keele, vadžrajaana õpetuse ja geograafilise isoleeritusega on Tiibet olnud läbi aegade üks intensiivsemalt ja romantilisemalt konstrueeritud „ida“ ja eksootilise „teise“ näiteid. Kuna ingliskeelses teaduskirjanduses on viimastel aastakümnetel sellel teemal ilmunud mitu olulist kogumikku,[4] piirdun siinses artiklis vaid lühiülevaatega.

Kaugemasse minevikku tagasi vaadates võib esimeseks dokumenteeritud kokkupuuteks läänega pidada portugallasest jesuiidi Antonio de Andrade jõudmist Lääne-Tiibetisse Gugesse. Andrade kirjutas sellest 1626. aastal väga populaarseks saanud raamatu „Novo Descombrimento do Gram Cathayo ou Reinos de Tibet“, mida tõlgiti paljudesse Euroopa keeltesse ja mis pani aluse eurooplaste tulevasele Tiibeti-vaimustusele. Kuigi de Andrade suhtus tiibetlastesse ja Tiibeti budismi pigem sõbralikult, oli ka selge, et kehva keeleoskuse tõttu jäi tema arusaam budistlikest põhimõistetest pealiskaudseks (Sperling 2001: 9–10).[5] Jesuiitidest misjonäride hulgast tuleb kindlasti esile tõsta ka Ippolito Desideri, kes reisis Tiibetisse umbes sajand hiljem (1716–1721). Desideri tegi tohutu pingutuse budistliku filosoofia mõistmiseks ning õppis selgeks tiibeti keele, mis võimaldas tal lugeda originaaltekste, näiteks Šāntideva „Bodhicaryāvātarat“ („Virgumisteele asumine“) või Tsongkhapa teost „Lam rim chen mo“ („Virgumistee

4 Neist kõige tuntumad on näiteks „Imagining Tibet – Perceptions, Projections, and Fantasies“ (koostajad on Thierry Dodin ja Heinz Räther, Elliot Sperling, Boston: Wisdom Publications, 2001) ning Donald S. Lopez Jr-i „Prisoners of Shangri-la: Tibetan Buddhism and the West“ (University of Chicago press, 1998).

5 Vt ka „More than the Promised Land”: Letters and Relations from Tibet by the Jesuit Missionary António De Andrade (1580–1634). Tõlkinud ja sisse juhatanud Michael J. Sweet, toimetanud Leonard Zwilling (Sources for the History of Jesuit Missions 4), Boston, Institute of Jesuit Sources, 2017, lk 206.

astmete suur traktaar“) (Sperling 2001: 9–10). Kuigi ta käsitleb budismi kristlikust perspektiivist kui „valesekti“, ei takistanud see teda püüdmast mõista Tiibeti budismi sisulisemaid tahke. Tema uurimust mantra *oṃ maṇi padme hūṃ* tähendusest, kus ta selgitab, et tegemist on pöördumisega bodhisattva Avalokitešvara poole, võib pidada esimeseks akadeemiliseks uurimistööks Tiibeti budismi alal. Desideri uurimistöö peamiseks ajendiks jäi siiski misjonitöö: ta pühendus budismi analüüsimisele eelkõige selleks, et skolastilist loogikat kasutades eristada kristlusega ühilduvaid aspekte dogmaatiliselt vastuvõetamatutest ning juhtida tiibetlasi sel viisil „õigele“ usuteele. Selle püüdluse kinnituseks olid tema tiibetikeelsed teosed, nagu „Snying po“ („Olemus“) ja „Tho rungs“ („Koidukuma“), kus ta püüdis budistlikke õpetusi ümber lükata, tsiteerides kristlikku doktriini ja esitledes end Mgo dkar gyi bla ma ehk Valgepealise Laama nime all. Seda, kui eksitavad olid Desideri arvates Tiibeti budismi õpetused, ilmestab tema kirjeldus taaskehastunud õpetaja kindlakstegemise protseduuris. Desideri oli veendunud, et kui väike laps mäletas asju oma eelmisest elust, saab see olla ainult „kuradi kätetöö“ (Filippo de Filipi 1937: 203–205). Euroopas jäid Desideri kirjutised pikaks ajaks tundmatuks ja need avaldati osaliselt alles 1875. aastal (Sperling 2001: 14–15).

Kuigi misjonäridel ei õnnestunud 19. sajandil ja 20. sajandi alguses Kesk-Tiibetisse püsivat baasi rajada, kinnitasid nad kanda Tiibeti ääre-aladel. Just 19. sajandil tihenesid misjonäride retked Tiibetisse, millega koos kinnistus ka negatiivne pilt Tiibeti budismist. Sel perioodil tegutsenud misjonärid rõhutasid teadlikult Tiibeti kultuuri „tumedamaid“ aspekte, sest see õigustas nende kangelaslikku võitlust eksootilises keskkonnas ja vajadust kristliku valgustuse järele. Samas täitsid nad tähtsat osa kultuurivahendajatena; näiteks Amdos tegutsenud Robert Ekvall ühendas misjonäritöö antropoloogiaga, pakkudes läänele üht esimestest süstemaatilistest sissevaadetest Tiibeti igapäevaellu. Tema raamatu lõpuread kuulutavad misjonärile kohustuslikke militaarloosungeid kasutades siiski vaid seda, et Tiibetit saavad päästa vaid misjonäride palved (Ekvall 1938: 198):

> Tiibet, kus iga tuuleiil kannab endaga lehvivate palvelippude hääletuid palveid, kus ojad ja jõed panevad pöörlema palveveskid, kus palverändurid keerutavad lakkamatult palverattaid ja kus lõputud palvevormelid saadavad kogu inimtegevust – Tiibet kui kurjuse kants ja võltsvannete maa alistub vaid siis, kui meie, misjonärid, ja selle pakilise üleskutse lugejad, õpime tõeliselt palvetama. Kristuse sõdurid, palvetage edasi! (Sperling 2001, lk 21–46).

19. sajandil kinnistunud termin „lamaism“ toimis kolonialismi ideoloogilise tööriistana, mille abil vastandati Tiibeti traditsioon kunstlikult India

„puhtale“ algbudismile. See kolonialistlik vaatepunkt konstrueeris Tiibetist kuvandi kui mandunud ja „pimedast“ teisest, keda oli vaja koloniaalvõimu kaudu tsiviliseeritud kultuuri juurde juhatada hoolimata tõsiasjast, et Tiibet ei saanud kunagi tunda lääne koloniaaliket.[6] Lääne kultuuriruumi kirjutas lamaismi mõiste lõplikult sisse L. Austine Waddell (1854–1938), pannes teadusliku aluse Tiibeti budismi negatiivsele kuvandile. Tema kuulsa raamatu „The Buddhism of Tibet, or Lamaism, With Its Mystic Cults, Symbolism and Mythology, and in Its Relation to Indian Buddhism“ lõpusõnad (Waddell 1895: 573) kõlavad järgmiselt:

> Kõigist püüdlustest ja preestrite kulukatest teenustest hoolimata ei jõua tiibetlased iial meelerahuni. Nad on langenud ähvardavate deemonite ja despootlike preestrite kahekordse needuse alla. Nõnda oleks see tõepoolest õnnelik päev Tiibetile, kui selle sitked, liiga usaldavad inimesed vabastataks laamade väljakannatamatust türanniast ja päästetaks kuraditest, kelle metsikus ja kummardamist nõudev loomus lasub kõigil kui õudusunenägu.

Ei ole imekspandav, et just selline arusaam Tiibeti budismist levis ka lääne filosoofide hulgas. Näiteks arutles Hegel oma 1820. aastate loengusarjas selle üle, kuidas tiibetlaste jumal avaldub tavalise inimese – dalai-laama – kujul ning kuidas inimesed teenivad teda nagu tõelist jumalat (Lopez 1998: 23). Ka Uku Masing on oma põgusates käsitlustes Tiibeti budismi kohta toetunud just lamaismi käsitlust pooldavatele autoritele, pidades „tiibetlikku budismi“ kõrvalekaldeks, mis on Indiast välja pagendatud (Masing 1968–69: 48).

Samal ajal on Tiibet – nagu nägime eespool Antonio de Andrade näitel ning millest kirjutab Tiibeti budismi läände jõudmise kohta ka Donald Lopez (1998: 3) – toiminud lääne fantaasiates vastandlikke kujutluspilte loova ruumina. Negatiivse, degenereerunud „lamaismi“ kuvandiga paralleelselt kujunes teosoofiaringkondades jõuline müüt Tiibetist kui maailma iidse ja müstilise tarkuse allikast. Helena Blavatsky konstrueeris oma teostes Tiibetist esoteerilise keskme, kus asuvad mahatmad – valgustunud meistrid –, kes valvavad inimkonna ürgseid teadmisi. Blavatsky fabritseeritud väited Tiibeti-reisidest ja sealsetelt õpetajatelt saadud pühitsustest (Blavatsky 1895: 255) andsid Tiibetile lääne okultses fantaasias pühaduse ja kättesaamatuse oreooli. Juba 18. sajandi lõpust väldanud ning läbi kogu 19. sajandi kestnud Tiibeti poliitiline isolatsioon oli muutnud Tiibeti lääne kujutluses ligipääsmatuks ja müstiliseks „potentsiaaliks“, kuhu oli võimalik

6 Vt põhjalikumalt Donald S Lopez Jr. *Prisoners of Shangri-la: Tibetan Buddhism and the West.* University of Chicago press, 1998, lk 15–45.

projitseerida mistahes vaimseid igatsusi. Ja seda ka tehti. James Hiltoni romaan „Kadunud silmapiir“ („Lost Horizon“ 1933) viis teosoofilise esoteerika massikultuuri, muutes Blavatsky kirjeldatud ligipääsmatu tarkuselaeka ilmalikuks utoopiaks nimega Shangri-La. Hilton asendas okultse sisu romantilise ja nostalgilise pelgupaigaga, mis pakkus kaitset maailmas valitsevate konfliktide ja ebakindluse eest. Raamatust sai 20. sajandi üks müüdumaid romaane, tõlge eesti keelde ilmus 1999. aastal.

James Hiltoni loodud Shangri-La fantaasia sai järgmise ja veelgi mõjukama täienduse 1956. aastal, kui ilmus Lobsang Rampa teos „Kolmas silm“. Kui Hilton pakkus lugejale ilukirjanduslikku utoopiat, siis Rampa väitis end olevat viimse molekulini ehtne tiibeti laama, serveerides teosoofilisi ja idamaiseid fantaasiaid tõepärase autobiograafiana. See teos kinnistas veelgi enam kuvandit Tiibetist kui „iidse tarkuse“ ja müstiliste pühitsuste paigast, kus autor läbib Chakpori kloostris tee sellise valgustatuse ja „ärkamiseni“, milleni jõuavad vaid vähesed väljavalitud. Hoolimata asjaolust, et autor paljastati peagi kui inglise torulukksepp Cyril Henry Hoskin, kes polnud kunagi Tiibetis käinud, on raamatu menu olnud fenomenaalne ja püsiv. Eestis andis raamatu 2009. aastal välja Mantra kirjastus ning see müüdi kiiresti läbi. Lobsang Rampa fenomen näitab, kuidas Hiltoni ja Blavatsky ette valmistatud „müstilise Tiibeti“ narratiiv on muutunud lääne kultuuriruumis nii enesestmõistetavaks, et lugeja eelistab sageli lummavat fantaasiat ajaloolisele tegelikkusele. Seda kinnitab ilmeka näitega ka Lopez (1998: 103–104), kes kasutas sama raamatut esimese kursuse üliõpilaste lektüürina: vaatamata sellele, et üliõpilased olid saanud juba põhjaliku sissejuhatuse Tiibeti kultuurilukku ja budismi, ei leidunud kedagi, kes oleks selle raamatu tõepärasuses kahelnud. Ka Rahva Raamatu ja Apollo veebipoest võib läbi müüdud teose kohta leida endiselt raamatututvustuse, kus on muuhulgas kirjas:

> T. Lobsang Rampa kirjeldab, kuidas ta ainult seitsmeaastase poisina kodust lahkus ja läks Chakpori kloostrisse, Tiibeti meditsiini templisse, kus ta suurte meistrite käe all õppis selliseid müstilisi kunste nagu selgeltnägemine, levitatsioon ja astraalprojektsioon…[7]

Samal ajal kasvas teosoofiaringkondadest välja veel üks mõjukas isik – Alexandra David-Néel (1868–1969), kes pidas end ühtaegu nii õpetlaseks kui ka budismi järgijaks. Ta oli esimene välismaalasest naine, kellele

7 https://rahvaraamat.ee/et/raamatud/ilukirjandus/kaasaegne-ilukirjandus/kolmas-silm/27793; https://www.apollo.ee/et/kolmas-silm-3.html. Vaadatud 29.03.2026.

õnnestus 1924. aastal siseneda keelatud linna Lhasasse. Tänapäeval öeldakse tema kohta, et ta aitas kaasa nii Tiibeti kui ka Tiibeti budismi laialdasele tutvustamisele läänes. Teostes nagu „My Journey to Lhasa" ja „Magic and Mystery in Tibet" kajastas ta oma isiklikke kogemusi, veetes Aasias budismi uurides neliteist aastat.[8] Kuigi temast kirjutatakse ja räägitakse tänini,[9] ei saa kuidagi eitada, et tema kirjutised kinnistasid Tiibeti kuvandit „kättesaamatu imedemaana". Sügavaid budistlikke harjutusi käsitles ta eelkõige imevõimete omandamise võtmes, mida sai sobival hetkel praktilises elus rakendada. Näiteks Nāropā kuue jooga hulka kuuluvat sisemise soojuse genereerimise harjutust *gtum mo*'d, mille peaeesmärk on sisemiste energiate juhtimine ja negatiivsete emotsioonide muundamine, kirjeldab ta kui „psüühilist sporti", millega ennast talvel külma eest kaitsta (David-Néel 1932: 219):

> On kergesti mõistetav, miks tiibetlastel, kes puutuvad sageli kokku karmist kliimast tingitud õnnetustega, on meetod, mis kaitseb neid külma eest.

Raske on öelda, kas 1927. aastal trükivalgust näinud ja W. Y. Evans-Wentzi toimetatud „Tiibeti surnuteraamat" – mis saavutas suure kuulsuse eelkõige tänu C. G. Jungi hiljem lisatud eessõnale – oli Tiibeti müstifitseerimisel samm edasi või tagasi. Seekordne tekst ei olnud puhas väljamõeldis nagu mõned eespool nimetatud teosed, vaid toetus esimest korda tegelikule tiibeti allikale, teosest „Bar do thos grol" pärit katkendile. Paraku hakkas see tekst oma elu elama juba Evans-Wentzi toimetatud tõlkest, mis ägas teosoofiliste tõlgenduste ja lisanduste all. Hiljem, 1960. aastatel liikus raamat pop- ja kontrakultuuri keskmesse, muutudes Timothy Leary ja tema mõttekaaslaste kätes omalaadseks LSD-käsiraamatuks. Selles uues kontekstis kasutati iidset teksti psühhedeelse kogemuse juhendina, mis sidus Tiibeti müstika taas lääne vaimsete otsingutega – seekord veelgi praktilisemal kujul. Käsiraamatus lubataksegi kõike, mida inimhing iganes ihkab (Leary, Metzner & Alpert 1964: 4–5):

> Tiibeti mudel, millel see käsiraamat põhineb, on loodud õpetama inimest suunama ja kontrollima oma teadvust sellisel viisil, et saavutada mõistmise tase, mida nimetatakse mitmeti kas vabanemiseks, kirgastumiseks või valgustumiseks.

8 Vt näiteks Samuel Thévoz, „On the Threshold of the "Land of Marvels:" Alexandra David-Neel in Sikkim and the Making of Global Buddhism". Transcultural Studies, 7(1), 2016, lk 149–186; või Jennifer Lesieur, „Alexandra David-Néel". Paris: Gallimard, 2021.

9 Näiteks Pariisis BULAC-is (Bibliothèque universitaire des langues et civilisations) 2018. aastal korraldatud konverents „Tiibeti-rännakud – 150 aastat Alexandra David-Néeli sünnist" („Traversées tibétaines – 150e anniversaire de la naissance d'Alexandra David-Néel").

Lopez (1998: 48), kes kirjeldab värvikalt tekstile aastakümnete jooksul lisatud kommentaaride spektrit, möönab siiski, et tegemist on tõenäoliselt kõige tuntuma „Tiibeti tekstiga", mida lääs on kunagi näinud. Kuulsuse ilmekaks näiteks võib tuua John Lennoni, kes tunnistas, et kirjutas laulu „Tomorrow never knows" oma „Tiibeti surnuteraamatu" perioodil (Sheff 2000: 181). Täpsemalt käis jutt siiski Leary LSD-käsiraamatust, mida Lennon kasutas just nii, nagu pidi: võttis LSD sisse ja järgis juhiseid, mille tulemusel sündisid laulusõnad:

> Meel välja lülita, end vooluga kaasa vii,
>
> see pole surm, see pole surm.
>
> Kõik mõtted jäta sa ja tühjusesse triivi,
>
> see kiirgab vaid, see kiirgab vaid.
>
> Et siseilma näeksid sa,
>
> see ongi nii, see ongi nii.

Vaatamata suurele menule ootasid esimesed autentsed tõlked sellest tekstist veel aastakümneid oma aega.[10]

Tiibeti budismi vastuolulise läände jõudmise vahekokkuvõtteks – mis on siin ülevaates jõudnud 1960. aastatesse ja mida käsitlen ka artikli järgmises osas – võib öelda, et kogu müstifitseerimise taustal leidus üksikuid uurijaid, kes olid Tiibeti budismi rikkust tõeliselt mõistnud ja uurinud. Ehkki ka misjonäride tekstide hulgast võib leida autentseid esitusi tiibetlaste eluolust või isegi budistlikest meeleharjutustest, peetakse tibetoloogia rajajaks traditsiooniliselt Alexander Csoma de Körösit (1784–1842). Eelkõige filoloogina tegutsenud Csoma de Körös koostas esimese tiibeti-inglise sõnaraamatu (1834), mitu tiibeti keele grammatikat ning töötas põhjalikult läbi tiibeti budistliku kaanoni, kirjutades ülevaate selle käitumisjuhiste ehk *'dul ba* osast.[11] Tõsi, tema tõlkeid lugenud tolle aja Euroopa intellektuaalid ei olnud neist tekstidest just vaimustuses.[12]

10 Esimene täieliku teksti tõlge ilmus aastal 2006 Gyurme Dorje tõlkes. Dorje, G. (tlk). (2006). The Tibetan Book of the Dead. Graham Coleman and Thupten Jinpa (toim). London: Penguin Books.

11 Alexander Csoma de Kőrös, „Analysis of the Dulva, part of the Kangyur", Asiatic Researches, Calcutta, 1836, vol. 20–1, lk 41–93.

12 Lopezi järgi (1998: 23) kaebleb Prantsuse maadeuurija Victor Jacquemont 1832. aasta kirjas, kuidas tema tõlked koosnevad kümnete lehekülgede pikkustest kirjeldustest, milliseid jalanõusid näiteks munk võib kanda.

Tiibeti budismi globaalne plahvatus

Nagu eespool öeldud, jõudis Tiibeti budism läänemaailma just Hiina okupatsiooni ja sellele järgnenud eksiililaine tulemusel. Samasse aega jääb ka Tiibeti budismi teadusliku uurimise hoogustumine ja selle tunnustamine iseseisva akadeemilise distsipliinina. Nagu Lopez on tabavalt öelnud (Lopez 1998: 157), ei puudunud Tiibeti budismi ümbritsenud tohutu eksootika, saladuslikkus ja müstikaoreool – mida pelk Tiibeti nime nimetamine tänini esile kutsub – ka akadeemilistest ringkondadest. Paradoksaalsel kombel on seda kuvandit toetanud ka asjaolu, et Tiibetit ei olnud keegi kuni 20. sajandi teise pooleni koloniseerinud või allutanud. Tiibet oli alati jäänud perifeeriaks, omamoodi kolooniate äärealaks, mille kohta puudusid lääne tüüpi teadmised, mida kolonisaatorid või hiljem nende eeskujul kohalikud uurijad oleksid loonud. Ka tiibeti keele oskus jäi kuni selle hetkeni marginaalseks. Seda valdasid üksikud indoloogid või sinoloogid, kelle uurimistöösse sattus juhuslikult mõni tiibetikeelne käsikiri või raidkiri. Tiibeti budismi uurimine eksisteeris indoloogia kõrvalharuna, kui sedagi. Kõrvalepõikena võib märkida, et budismi tunnustamine legitiimse uurimisvaldkonnana kujunes aeglaselt ning jõudis laiemalt kinnistuda alles 20. sajandi keskpaigaks.[13]

Akadeemilisel tasandil hakati samal ajal ümber lükkama visalt püsinud kuvandit, nagu oleks Tiibeti budism Indiast alguse saanud budismi degenereerunud vorm. Uue aja tibetoloogid, nagu Robert Thurman, Matthew Kapstein, Jeffrey Hopkins, Gene Smith ja teised näitasid, et olukord on pigem vastupidine: just tiibeti traditsioonis on India budismi klassikaline pärand säilinud selle kõige terviklikumal ja süstemaatilisemal kujul. Nüüdsest tegid tibetoloogid tihedat koostööd eksiilis elavate budismiõpetajatega, kellest paljud olid aastakümnete vältel töötanud ülikoolide juures, nagu USA-s Geshe Lhundub Sopa (1923–2014), Deshung Rinpoche (1906–1987), Geshe Wangyal (1901–1983), Tulku Thondup (1939–2023), Tarthang Tulku (1934) jne. Euroopas oli Namkhai Norbu (1938–2018) kõrval üks tuntumaid õpetajaid Kopenhaageni Ülikooli professor Tarab Tulku (1934–2004). Eesti-Tiibeti Kultuuriseltsi ja hiljem Tibetoloogia instituudi kutsel pidas ta aastatel 1998–2004 ka Tartu ülikoolis loengusarju budistlikust filosoofiast, psühholoogiast, epistemoloogiast, loogikast, dzogtšenist ja teistest teemadest.[14] Huvi nende loengute vastu oli nii suur, et Jakobi 2

13 Donald Lopez Jr (Lopez 2012: 25) peab budoloogia rajajaks eelkõige sanskritoloogi Eugène Burnoufi, kes avaldas 1844. aastal raamatu „Introduction to Indian Buddhism“ ning tõlkis „Lootossuutra“.

14 Avalikud loengud on kättesaadavad ETKS-i veebilehel https://etkstiibet.wordpress.com/

asunud Tartu Ülikoolis keemiahoone ringauditooriumisse ei mahtunud kõik inimesed ära.

Tema Pühaduse XIV dalai-laama Tenzin Gyatso esiletõus

1973. aastal külastas Tema Pühadus XIV dalai-laama esimest korda Euroopat ja jõudis kuus aastat hiljem 1979. aastal esimest korda ka Ameerika Ühendriikidesse. Juba esimestest avalikest esinemistest peale kõnetas dalai-laama kuulajaskonda talle omase lihtsuse ja inimlikkusega, puudutades oma sõnumiga miljoneid inimesi. Mõningase üldistusega võib öelda, et Tiibeti budismi üks peamisi populariseerijad läänes ongi olnud Tema Pühadus dalai-laama. Eriti nähtavaks muutus see pärast 1989. aastat, mil Tema Pühadusele XIV dalai-laamale omistati Nobeli rahupreemia.

Lopez väidab (1998: 198–199), et Tema Pühadus nimetas Tiibetit teadlikult erakordseks tarkuse asupaigaks, lootes sellega toetada Tiibeti poliitilisi püüdlusi. Just seetõttu tõusis tema retoorikas esiplaanile Tiibeti erakordse kultuuripärandi hoidmine, mitte iseseisvuse taastamine – kõnepruuk, mis sarnanes paljuski varasemate teosoofide sõnavaraga. Lopezi sõnul võttis ka Tema Pühadus üle budistliku modernismi ideed, mille kohaselt on Buddha õpetus teadusega kooskõlas ning mis seab esiplaanile vägivallatuse, keskkonnahoiu ja naiste õiguste kaitsmise. Lopez heidab Tema Pühadusele ette, et ta on leidnud budismi ja Tiibeti rahvusliku identiteedi lääne fantaasiate kõverpeeglis ning saanud samuti Shangri-La vangiks (Lopez 1998: 181–207).

George Dreyfus, kes on kirjutanud Lopezi raamatule põhjaliku vastulause, nõustub, et Tiibetist on läänes loodud müütiline hüperreaalsus (Dreyfus 2005: 2–3), mis vastab hästi Edward Saidi käsitlusele. Ta ei ole aga nõus väitega, et nii Tema Pühadus kui ka kõik Tiibeti-uurijad ja muud Tiibeti-huvilised on ainult Shangri-La vangid, kes näevad Tiibetit ja Tiibeti budismi vaid läbi lääne fantaasiate prisma. Dreyfus toob välja, et Tema Pühaduse vaated kujunesid välja eelkõige kokkupuutes India kultuuriruumiga – tema eeskujud olid Nehru, Gandhi ja paljud vähem tuntud isikud (Dreyfus 2005: 7). Dreyfus lisab, et vaatamata uutele ideedele, mida Tema Pühadus kokkupuutes läänemaailmaga rakendas, on kõigi nende uuenduste juured budistlikus traditsioonis endas. Näiteks võib tuua meele arendamise tähtsuse rõhutamise ja mõtte, et see ei peaks olema ainult munkade pärusmaa, vaid sellega võiksid ja peaksid tegelema kõik inimesed, keda huvitab elu sügavam tähendus.

Tema Pühaduse dalai-laama ja budistliku modernismiga on seotud ka Tiibeti budismi ühildamine teadusega. Ka siin on tegemist eelkõige Tema Pühaduse isikliku huviga teaduse vastu, mis on teda saatnud kogu elu. 1987. aastal asutati Tema Pühaduse, teadlase Francisco Varela ja ettevõtja Adam Engle'i Dharamsala kohtumise tulemusena instituut Mind and Life. Selle instituudi sünd tähistas süsteemset katset ühendada lääne teaduslikud meetodid ja budistlik kontemplatiivne tarkus, et uurida reaalsuse olemust laiemalt, kui senine teadus seda võimaldas. Instituudi asutajad lähtusid eeldusest, et budism ei ole selles kontekstis mitte religioosne süsteem, vaid aastatuhandete pikkune meele analüüsimise meetod. See võib pakkuda teadusele seni puudunud andmeid selle kohta, kuidas aju toimib pikaaegses keskendumisseisundis. Budistlik traditsioon pakub täpseid tehnikaid tähelepanu ja emotsioonide jälgimiseks. Lääne teadlased on kasutanud neid subjektiivse kogemuse valideerimiseks[15] ja uute neuroteaduslike hüpoteeside püstitamiseks. Aastakümnete vältel on sellesse uurimistöösse olnud kaasatud tuntud Tiibeti budismi õpetajad, näiteks Mingyur Rinpoche ja Matthew Ricard, kes on ka ise osalenud katseisikuna mitmes eksperimendis. Lääne uurijatest on dialoogi panustanud Richard Davidson, kes on nende katsetega teinud tuntuks aju neuroplastilisuse põhimõtte: pikaajaline meele treenimine muudab füüsiliselt aju struktuuri ning koos sellega ka käitumismustreid ja emotsioone. Dialoogi kaasatud budismiuurija Alan Wallace on esindanud seisukohta, et aju füüsiline uurimine (kolmanda isiku vaatepunkt) on küll vajalik, kuid mitte piisav teadvuse ja vaimsete nähtuste mõistmiseks. Tema seisukoht on, et fenomenoloogilised andmed – subjekti nn vahetu kogemus – peavad olema teaduses neurobioloogiliste faktidega võrdväärsed partnerid. Lääne filosoofidest on aastakümneid instituudiga Mind & Life seotud olnud Evan Thompson: ta oli üks peamisi vahendajaid ja dialoogiedendajaid fenomenoloogia ning budistliku psühholoogia vahel. Thompsoni roll selles instituudis on olnud muuhulgas ka neurofenomenoloogia arendamine: ta on püüdnud lõimida esimese isiku vahetut kogemusel põhinevat sisevaatlust kolmanda isiku objektiivsete neuroteaduslike andmetega.[16]

Kuigi pole lõplikult selge, kas teadvuse kutsub esile aju struktuur või põhjustab muutusi aju struktuuris teadvus, on budistlike ja muude kontemplat-

15 Näiteks seisundit, mida võib subjektiivselt kirjeldada kui sügavat meelerahu, on võimalik mõõta aju neuronaalset aktiivsust jälgivate mõõtevahenditega.

16 Vt täpsemalt: Evan Thompson, „Neurophenomenology and Contemplative Experience". In The Oxford Handbook of Religion and Science, Philip Clayton (toim), Oxford University Press: 2008, lk 226–235.

sioonitehnikate uurimine osutanud kitsaskohtadele, miks ei peaks teadvuse aluseks pidama pelgalt aju füüsilisi struktuure.[17] Kokkuvõttes võib öelda, et Tema Pühaduse panus aju ja teadvuse uurimisse on olnud märkimisväärne ning Mind & Life'i instituudi kohtumised leiavad järjepidevalt aset siiani.[18]

Tiibeti budismi populaarsuse kasvu jätk 1960–1990

Tiibeti budismi populaarsus läänemaailmas aga kasvas. Kuigi ülikoolides algas 1960. aastatel Tiibeti õpetajate toel selle suuna akadeemiline uurimine, võtsid Tiibeti budismi avaldumisvormid tavainimeste teadvuses üha uusi kujusid, kui meenutada kas või Timothy Leary LSD-käsiraamatut ja John Lennonit. Mitmed avaliku elu tegelased – näitleja Richard Gere, muusik Adam Yauch (1964–2012) ansamblist Beastie Boys või luuletaja Allen Ginsberg – hakkasid end avalikult nimetama budistideks ning dalai-laama või mõne teise õpetaja õpilasteks. Paljudest nendest said läänes mõjukad Tiibeti eestkõnelejad. David Bowiest oleks peaaegu saanud budistlik munk, kui tema Tiibeti õpetaja laama Chime Rinpoche poleks teda julgustanud valima muusikuteed.[19] Lou Reed, kes pidas end vaid budismihuviliseks, andis 2010. aastal oma hääle 20. sajandi ühe suurema Tiibeti budismi õpetaja eluloofilmile „Brilliant Moon: Glimpses of Dilgo Khyentse Rinpoche". Pärast tema surma tuhastati tema põrm budistlike rituaalide järgi.

Adam Yauch oli üks neist, kes pidas ennast dalai-laama õpilaseks ning oli samal ajal ka tulihingeline Tiibeti-aktivist. Tema oli ka üks neist vähestest, kes tegi iga päev budistlikke meeleharjutusi. Virgumisteele asumist kuulutas ta 1994. aastal laulus „Bodhisattva Vow":

> Kui virgumismeelt kasvatan,
>
> siis ülimaid virgunuid kiidan ma.
>
> Kummarduse teen te ees,

17 Näiteks väidab Richard H. Jones (Jones: 2017: 997–1000), et samasugune neuraalne aktiivsus võib kristlasel ja budistil päädida radikaalselt erinevate kogemustega, mis viitab üksühese vastavuse puudumisele aju ja teadvuse vahel. Aju on küll kogemuse füüsiline tingimus, kuid mitte selle sisu määrav põhjus, mistõttu piirdub neuroteadus vaid korrelaatide tuvastamisega. Alan Wallace'i seisukoht on, et teadvust ei saagi mõista esimese isiku vaatepunktita – subjektiivne sisekaemus on ainus vahend, mis suudab täita lünga objektiivse ajuseisundi ja selle vahetu tähenduse vahel.

18 Aastakümnete vältel toimunud loengud ja dialoogid on kättesaadavad veebilehel https://www.mindandlife.org/. Vaadatud 29.03.2026.

19 Lion's Roar 2016. „That Time David Bowie Almost Became a Buddhist Monk". – https://www.lionsroar.com/that-time-david-bowie-almost-became-a-buddhist-monk/ (vaadatud 31.01.2026).

käies oma teed.
Teie ridadesse ma
kunagi küll jõuan ka.
Kõigi olendite hüveks
soovin virgund meelt,
küll tuleb see.
Austus Šantidevale
ja teistele, kes tõid Dharma
õdedele, vendadele – meile kõigile.[20]

Kokkuvõttes võib öelda, et aastatel 1960–1990 oli tavainimeste hulgas väga eriilmelisi tiibeti traditsiooni järgivaid budiste. Oli neid, kes olid leidnud endale tiibeti õpetaja, täielikult budismile pühendunud ja mõistnud virgumisõpetuse eesmärki; oli neid, kes leidsid tee budismini mõne bestselleri kaudu (näiteks Lobsang Rampa „Kolmas Silm“) ja keda paelusid budismi müstilised aspektid; ning oli neid, keda kõnetasid eelkõige Tiibeti budismi praktilised küljed – näiteks kuidas meeleharjutamine aitaks saavutada suuremat heaolu ja enesega paremini toime tulla. Seda suunda on nimetatud ka budismi psühhologiseerimiseks: virgumisteelt valitakse selektiivselt välja harjutused, mis toetavad kognitiivsete võimete kasvatamist, nagu keeruliste emotsioonidega toimetulek, mälu treenimine või keskendumisvõime parandamine. Just sellest budistlikust traditsioonist on välja kasvanud tänapäevane *mindfulness* ehk teadvelolek.

Tiibeti budistliku filosoofia koht lääne filosoofia käsitlustes

Kui rääkida Tiibeti budismi mõjust lääne filosoofiale, on mõlemapoolseid uusi suundi märgata samuti alates 1960. aastatest. Muidugi ei hakatud tiibetikeelseid budistliku filosoofia tekste tõlkima tühja koha pealt – budismi ajaloost, sealhulgas filosoofiast, oli juba 1832. aastal pikemalt kirjutanud Burnouf. Ent kui rääkida esimestest tiibeti keelest tõlgitud filosoofiatekstidest, seisavad teistest täiesti eraldi Viktor Štšerbatskoi Dharmakīrti ning Dignāga loogikatekstide venekeelsed tõlked ja kommentaarid, mille ta avaldas pealkirja all „Budistlik loogika“.[21] 1932. aastal tõlgiti see teos vene keelest inglise keelde.

20 Laulu „Bodhisattva“ algus.

21 Paljud algselt sanskriti keeles kirjutatud tekstid on tänapäeval kättesaadavad vaid tiibeti keele vahendusel.

Suurem tiibetikeelse budistliku filosoofia tõlkimise laine sai alguse siiski 1960. aastatel, mil Tiibeti budismi hakati väärtustama kui India budismi kõige täielikumat jätkajat. Tiibetist leiti ja leitakse üha tekste, mille sanskritikeelsed originaalid on kaduma läinud.

Filosoofiatekstide tõlkimise kõrval muutus järjest teravamaks küsimus tekstide retseptsioonist: kas räägime ikka budistlikust filosoofiast ehk kas tegemist on piisavalt eesmärgipärase ja argumenteeritud mõtlemisega, nagu filosoofiat lääne diskursuses mõistetakse? Sellele küsimusele vastates on budistliku filosoofia tõlkijad ja uurijad tihti toetunud Pierre Hadot' seisukohtadele, kelle järgi võib filosoofiat määratleda elamisviisina (*manière de vivre*). Selle eesmärk on hinge kujundamine, mis saab toimuda „vaimsete harjutuste" (*exercices spirituels*) kaudu (Hadot 2001: 145), nagu kontemplatsioon, dialoog, eneseanalüüs jne. Pierre Hadot' sõnul ei olnud ka antiikfilosoofia pelk intellektuaalne süsteem, vaid tegevus, mille eesmärk oli õpilast kujundada; filosoofiline diskursus oli seejuures vahend isiku terviklikuks transformatsiooniks.[22] See raamistik andis budismiuurijatele aluse käsitleda budistlikke meeleharjutusi ja eetikat mitte religioosse õpetuse, vaid eelkõige filosoofilise distsipliinina. Hadot' seisukohtadele filosoofia olemuse kohta on tuginenud näiteks Matthew Kapstein oma teose „Reason's Traces" sissejuhatuses (2001).[23] Kapstein kasutab Hadot' definitsiooni filosoofiast kui eluviisist, samas rõhutades, et budistlikus filosoofias on palju uurimisküsimusi, mis vastavad lääne filosoofia teemadele selle kõige täpsemas tähenduses. Ta lisab ka, et osa lääne filosoofe, näiteks Mark Siderits, Jay Garfield, Evan Thompson või David Chalmers, on seda juba mõistnud. Samuti leidub uurimusi, mis tuginevad budistlikele näidetele selliste mõistete ja kategooriate analüüsimisel nagu tõde, teadmine, taju mälu, samuti tähendus ja osutamine. Peale selle käsitletakse ontoloogilisi küsimusi, mis puudutavad universaale ja partikulaare, substantsi, atribuuti, põhjuslikkust, muutumist, Jumala olemasolu ning teisi teadvusi (Kapstein 2001: 5).

Muidugi on Hadot' seisukohti kritiseeritud, eriti seoses laialivalguva vaimse harjutuse mõistega, kuid samal ajal on neist saanud lääne ja budistliku filosoofia võrdlemise lähtekoht. Näiteks ilmus 2018. aastal kogumik „Buddhist

22 Näiteks: *Ce changement de vision est difficile. C'est précisement là que doivent intervenir les exercices spirituels, afin d'opérer peu à peu la transformation intérieure qui est indispensable.* („Selline vaatenurga muutmine on raske. Just siin peavad sekkuma vaimsed harjutused, et viia samm-sammult lõpule sisemine transformatsioon, mis on hädavajalik.") (Hadot 1975: 26).

23 Kapstein, Matthew, "Introduction: What is 'Buddhist Philosophy'?" Raamatus „Reason's Traces: Identity and Interpretation in Indian and Tibetan Buddhist Thought". Boston: Wisdom Publications, 2001, 20.

Spiritual Practices: Thinking with Pierre Hadot on Buddhism, Philosophy, and the Path", milles keskendutakse budistliku filosoofia ümbermõtestamisele, lähtudes just Hadot' vaimsete harjutuste kontseptsioonist.

Kogumikus arutletakse ka vaimse harjutuse mõiste problemaatilisuse üle ning pakutakse välja lahendusi selle ületamiseks. Näiteks märgib Julien Harter (2018: 165), et vaimne harjutus ei pruugi katta budistliku tee kõiki aspekte, isegi kui väga paljusid budistlikke tekste (sh eesti keeles ilmunud „Virgumisteele asumist" või „Virgumistee astmete suurt traktaati"[24]) võiks sel viisil käsitleda. Kui varem ei peetud selliseid tekste üldse filosoofilisteks, siis Hadot' teooria valguses saab ka neid tekste, mille eesmärk on isiksuse vaimne transformatsioon, pidada filosoofia osaks.[25] Seega võib öelda, et kuigi Hadot' lähenemine on aidanud kaasa budistlike tekstide sisulise väärtuse tunnustamisele, võib väga erinevate budistlike tekstide ühine nimetamine vaimseteks harjutusteks samal ajal nende tegelikku sügavust ja tähendust alahinnata. Harter selgitab lühidalt, et kuigi Hadot nimetas ka Plotinose kontemplatsiooni vaimseks harjutuseks[26], ei sarnane vaimne harjutus budistlikus kontekstis sellise kontemplatsiooniga (Harter 2018: 167). Harter kasutab näitena nägemistee saavutamist, aga sama hästi võib näiteks tuua ka dzogtšeni traditsiooni. Selles osutab õpetaja meele olemusele ning kui õpilane seda sel hetkel mõistab, on see niivõrd transformatiivne kogemus, et endisesse vaimsesse seisundisse täielikust tagasilangemisest ei saa enam rääkida. Sellel hetkel selgineb tühjuse tähendus viisil, mis muudab harjutaja vaimset seisundit püsivalt. Muidugi tuleb harjutamist jätkata, et selline mõistmisseisund püsivaks muutuks, kuid see jääb harjutaja meeles alati kättesaadavaks. Seega on meeles toimunud nihe, mida ei saavutata korduva treenimisega ning millest ei langeta tagasi sellele eelnenud seisundisse.

Harter pakub välja, et katusterminina võiks budistlikus traditsioonis vaimse harjutuse asemel kasutada terminit „tee" (skr *mārga*, tiib *lam*). Ehk kui Hadot' tõlgenduse järgi on stoikute jaoks filosoofia vaimne harjutus, siis budistide jaoks on filosoofia tee. See ei ole puhtalt skolastiline praktika,

24 Eesti keelde tõlgitud Tsongkhapa „Lam rim chen mo" 1. osa.

25 Vee üks näide Pierre Hadot' vaimus tehtud filosoofiliste traditsioonide võrdlusest on Matthew Kapsteini artikkel „Stoics and Bodhisattvas: Spiritual Exercise and Faith in Two Philosophical Traditions". Kogumikus Philosophy as a Way of Life: Ancients and Moderns—Essays in Honor of Pierre Hadot. Toimetanud M. Chase, S. Clark, ja M. McGhee. Malden, MA: Wiley-Blackwell, 2013, lk 99–115.

26 Plotinos mõtiskleb kontemplatsioonis küll kõrgemaga üheks saamisest, kuid sellest väljudes langeb ta tagasi tavapärasesse vaimuseisundisse.

mille eesmärk oleks üksnes argumentide püstitamine ja vastuväidetele vastamine, vaid toimimis- ja mõtlemisviis, mis on kooskõlas virgumisega ja suunatud selle saavutamisele (Harter 2018: 168–169).

Tiibeti budism 21. sajandi läänes: kuhu edasi?

Kui lühidalt kokku võtta, kuhu Tiibeti budism läänes 21. sajandi esimeseks veerandiks jõudnud on, võib välja tuua nii õpetajate kui ka õpetustega seotud aspekte.

21. sajandi esimest kahte kümnendit on mõjutanud asjaolu, et järjest on teispoolsusesse lahkunud peaaegu kõik Tiibeti budismi traditsioonilist suunda esindavad õpetajad või on nad kõrge ea tõttu avalikust elust taandunud. Näiteks on XIV dalai-laama alates 2019. aastast loobunud lääne-ringreisidest, piirdudes peamiselt Dharamsalas antavate õpetuste ja virtuaalsete esinemistega.

Esile on tõusnud uus põlvkond õpetajaid, kelle autoriteet ja institutsionaalne legitiimsus sõltuvad läänes üha enam võimest suhestuda lääne kultuuriruumiga ning selgitada õpetust kohalikule õpilasele mõistetavas keeles. Tiibeti päritolu, keel ja tiitlid ei toimi tänapäeval enam iseenesestmõistetava ehtsuse garantiina, millest varem võis eksootikat ja müstikat otsivale lääne inimesele piisata. Näha on ka seda, et paljud tänapäeva tiibetlastest õpetajad ei ole läänes õpetamisest tingimata huvitatud. Alati on olnud teatud hulk õpetajaid, kes on lääne õpilastes näinud pigem raha teenimise võimalust, et toetada oma kloostreid Aasias. Samuti on Hiinas tekkinud arvestatav mahajaana ja Tiibeti budismi järgijaskond, mistõttu reisivad õpetajad Euroopa või USA asemel pigem Taiwanile või Hongkongi. Neid võib motiveerida ka asjaolu, et Aasias töötab annetuskultuur hästi, Euroopas pigem mitte.

Tiibeti budismi kogukonnad on elujõulisemad riikides, kus on arvestatav tiibetlaste kogukond või kuhu tiibeti õpetajad rajasid esimesed keskused, näiteks Šveitsis, USAs või Prantsusmaal. Väiksema liikmeskonnaga klassikalised kogukonnad tegelevad aga pigem ellujäämisküsimustega: õpilased, kes jõudsid Tiibeti budismini peamiselt 1990. aastatel, on nüüd eakad, nooremat põlvkonda traditsioonilisel kujul Tiibeti budism aga tihtipeale ei kõneta. Tiibeti budismi mainele ei ole midagi head toonud ka korduvad skandaalid, mis puudutavad õpetajate ebaeetilist käitumist ja õpilaste seksuaalset väärkohtlemist. Üks viimaste aastakümnete suurimaid skandaale

on seotud Sogyal Rinpochega (1947–2019), kes ühtlasi lõi maailma ühe suurema Tiibeti budismi võrgustiku Rigpa, kuhu kuulub üle saja keskuse ja rühma mitmekümnes riigis. Samuti tuntakse teda ka eesti keelde tõlgitud rahvusvahelise bestselleri „Tiibeti raamat elust ja surmast" autorina, kuigi praegu arvatakse, et raamatu tegelik autor on tõenäoliselt tema õpilane Andrew Harvey, keda raamatukaanel mainitakse vaid koostajana. Tõepoolest on raske ette kujutada, et Sogyal Rinpoche ise oleks tsiteerinud Rainer Maria Rilke või William Blake'i värsse ning rääkinud asjatundlikult Beethovenist, Mozartist ja teistest lääne kultuuriruumi suurkujudest.[27]

Samas ei ole skandaalidesse sattunud Tiibeti budismi õpetajad erandid: sarnaseid juhtumeid on ette tulnud väga erinevates budismikogukondades – alustades näiteks praegu Triratna nime kandva koguduse (varem FWBO) rajajast Sangharakšitast (1925–2018) ning lõpetades Tai theravaada munga Wirapol Sukhpoliga. Selles ei ole ka midagi üllatavat – probleemid on tihti seotud tavalise võimuiha või gurupositsioonist tulenevate raskustega, eriti siis, kui selleks puudub piisav ettevalmistus. Tiibeti õpetajate puhul on ahistamisskandaale tihti võimendanud ka täielik võhiklikkus lääne kultuuriruumis – Tiibeti traditsioonilises ühiskonnas on kõrgel positsioonil õpetajale lubatud palju rohkem kui lääne inimene oskaks ette kujutada.

Samas on ka õpetajaid, kes kõnetavad lääne õpilasi väga vahetult ja analüüsivad kriitiliselt kultuurilisi erinevusi. Üks näide on kindlasti Dzongsar Khyentse Rinpoche (snd 1961), kes on otse tunnistanud, et Tiibeti budismi läände toomine on olnud täis eksimusi, silmakirjalikkust ja liigset kultuuripagasit. Rinpotše möönab, et paljud tiibeti õpetajad on kannatanud üleolekukompleksi all ja pidanud lääne inimesi tõsimeeli „barbariteks". Seetõttu ei ole nad vaevunud õpetusi kohandama, vaid on hoopis eeldanud, et õpilased võtavad omaks kogu tiibeti kultuurilise tausta ja traditsioonid. Samas rõhutab ta, et budismi olemus ehk meele treenimine on universaalne ja toimib igas kultuuris. Tema sõnul ei tohiks õpetusest loobuda ainuüksi seetõttu, et selle vahendajad on aeg-ajalt eksinud. Küll aga peavad lääne õpilased loobuma pimedast uskumisest ning rakendama kriitilist mõtlemist, et eristada puhast õpetust seda ümbritsevast kultuurilisest mürast ja laamade isiklikest ambitsioonidest.[28] Siiski on tõene ka see, et paljude Tiibeti budismi õpetavate õpetajate hulgas leidub neid, kes on oma

27 Vt Sogyal Rinpoche. *The Tibetan Book of Living and Dying*. Edited by Patrick Gaffney and Andrew Harvey. San Francisco: Harper San Francisco, 1992.

28 Vt täpsemalt Dzongsar Jamyang Khyentse 2009. „East-West, West-East". – https://gomde-dk-sangha.blogspot.com/2009/06/east-west-west-east-by-dzongsar.html (vaadatud 31.03.2026).

elu ja käitumisega elavad õpetuse kehastused. Nad on aastakümneid kestnud meeleharjutamisega rahustanud meeleplekid ning jõudnud tegelikkuse olemuse mõistmiseni just nii, nagu see on. Seejuures selgitavad nad oma arusaamu tagasihoidlikul ja omakasupüüdmatul viisil.

Ka Tiibeti budismi lääne õpilaste hulgas on neid, kes on kriitiliselt võtnud sõna nii Tiibeti budismi õpetajate kui ka õpetuste teemal. Samuti on nende hulgas inimesi, kellele on antud luba õpetada budismi tiibeti budistliku traditsiooni kohaselt. On ilmne, et need õpetusliinid, kus ka lääne õpilastele on antud õpetamisõigus, näiteks Mingyur Rinpoche õpilased või Namkhai Norbu rajatud kogudus, kõnetavad lääne õpilasi sageli vahetumalt kui Tiibeti budismi traditsioonilisi vorme järgivad kogudused. Viimases võib isegi šamatha ehk meelerahu õpetamise eelduseks olla aastatepikkune budistliku filosoofia õppimine tiibetikeelses kloosterülikoolis ning loomulikult ka püsiva meelerahu seisundi saavutamine. Ühelt poolt on sellised nõudmised mõistetavad. Tiibeti budism on väga suures osas tekstipõhine ning paljud olulised tekstid on endiselt lääne keeltesse tõlkimata. Keeleoskuseta tuleb paratamatult toetuda õpetajale ja tema selgitustele. Peale selle on vadžrajaana budismi keskmes meeleplekkide muundamine, mitte nende allasurumine või vältimine, mistõttu on õpetuste vääriti mõistmine kerge tekkima. Teisalt loob see olukorra, kus lääne harjutajatel on budismi õpetajaks saada praktiliselt võimatu.

Alan Wallace'i hinnangul kujutab lääne budismile suurimat ohtu „psühholoogiseeritud" pealiskaudsus, mille puhul harjutajad loobuvad intellektuaalsest sügavusest ja traditsioonilisest distsipliinist, pidades neid ekslikult vaid kultuuriliseks pagasiks. Tema arvates on hädavajalik leida tasakaal: ühelt poolt peab õpetus olema lääne inimesele kättesaadav ja kultuuriliselt mõistetav, teiselt poolt ei tohi kaotada budismi soterioloogilist eesmärki. Wallace märgib kriitiliselt, et paljud lääne tõlgendused teadvelolekust on kaotanud seose eetiliste väärtustega. Seetõttu pooldab ta pigem šamatha ja vipašjana põhjalikku harjutamist. Wallace'i vaates ei ole aastatepikkune õpe kloosterülikoolis pelgalt formaalsus, vaid hädavajadus, mis kaitseb õpetust diletantluse ja egokesksete vääratõlgenduste eest. Tema hinnangul tärkavad sellised väärtõlgendused eriti kergesti lääne individualistlikus kultuuriruumis.[29] Just sellel eesmärgil on Alan Wallace koos teiste

29 Brian Hodel (s.a.). Tibetan Buddhism in the West: An Interview with B. Alan Wallace. Shambhala Publications. Salvestatud aadressilt https://www.shambhala.com/wp/wp-content/uploads/2017/03/52.pdf Vaadatud 30.03.2026.

budismiuurijatega rajanud kontemplatiivse uurimistöö keskuse (CCR). Keskuse eesmärk on arendada, rakendada ja levitada kontemplatiivse teaduse meetodeid juhendatud väljaõppe, koostööl põhineva uurimistöö ning kõigile kättesaadava hariduse kaudu. Selle tegevuse sihiks on edendada teadvuse olemuse ja potentsiaali uurimist, süvendada empiirilist mõistmist tõelisest heaolust ning pakkuda inimestele kättesaadavaid vahendeid püsivama heaolu saavutamiseks.[30] Seda, kas tema eelkõige meelerahu saavutamisele keskendunud meetodid ka viljakaks osutuvad, näitab aeg.

Kui vahepeal näis, et Tiibeti budismile pakub konkurentsi ka *mindfulness*, siis tagantjärele tundub see kartus olevat siiski asjatu. Tiibeti budism eeldab märksa suuremat pühendumist ja pingutust ning selle peaeesmärgiks on kannatustest vabanemine. Seetõttu on Tiibeti budismi juurde jäänud pigem need, keda budism kõnetab vabanemisõpetusena, mitte need, keda paeluvad selle eksootika või meetodite tõhusus vaimsete probleemidega toimetulekul. Ka *mindfulness*'i enda edu võib osutuda mõneti näiliseks. Kuigi uuringud näitavad, et teadveloleku praktikatega on kokku puutunud üha rohkem inimesi, ning kinnitavad ka seda, et näiteks MBRT (*mindfulness based resilience training*) võib päriselt aidata depressiooni vähendada, on inimeste hulk, kes *mindfulness*'il põhinevaid harjutusi järjepidevalt ja pika aja vältel teevad, äärmiselt vähe. Uurimustes on seda, kui palju ja kui kaua inimesed selliste meeleharjutustega tegelevad, hinnatud näiteks *mindfulness*'i äppide allalaadimiste põhjal. Tulemused osutavad, et rakenduste installimiste arv ja kasutusaktiivsus võivad esmapilgul paista küll märkimisväärsed, kuid tegelikult kasutab rakendusi pikema aja jooksul regulaarselt vaid kaduvväike osa inimesi.[31]

Kokkuvõtteks

Kokkuvõtteks võib nentida, et Tiibeti budismi levik läänes on 21. sajandi esimesel veerandil jõudnud teatud murdepunkti. Vanema põlvkonna tiibeti õpetajate lahkumine on toonud kaasa muutusi nii institutsionaalsel tasandil kui ka autoriteedi mõistmisel. On ilmne, et tiitlid ja etniline päritolu ei taga tänapäeval enam automaatset legitiimsust. Lääne õpilased ootavad õpetajatelt suuremat kultuurilist kohanemisvõimet ja eetilist läbipaistvust.

30 Vt https://centerforcontemplativeresearch.org/

31 Vt näiteks Baumel, A., Muench, F., Edan, S., & Kane, J. M. (2019). Objective User Engagement With Mental Health Apps: Systematic Search and Panel-Based Usage Analysis. Journal of Medical Internet Research, 21(9), e14567. https://doi.org/10.2196/14567

On põhjust arvata, et tulevikus kerkib tõenäoliselt esile üha rohkem lääne päritolu õpetajaid. Mitmed budismiõpetajad, sealhulgas Dzongsar Khyentse Rinpoche ja Alan Wallace, on rõhutanud vajadust eristada budismi filosoofilist ja praktilist sisu tiibeti kultuurilisest kontekstist, hoiatades samas õpetuste lahjendamise eest.

Tiibeti budismi elujõulisus läänes sõltub edaspidi sellest, kuivõrd suudetakse säilitada traditsiooniline budismiõpe ja süstemaatiline meeleharjutamine olukorras, kus avalikus ruumis domineerivad lihtsustatud meelerahutehnikad ja kommertsialiseerunud *mindfulness*'i praktikad või hoopis sekulaarsed agnostilise budismi vormid. Kuigi õpetajatega seotud skandaalid ja budistlike kogukondade kasvu pidurdumine lääne ühiskondades osutavad Tiibeti budismi raskustele, on esile kerkinud ka uusi arengusuundi. Nende hulka kuulub näiteks eespool käsitletud kontemplatiivse uurimistöö keskuste (CCR) loomine, mille eesmärk on lõimida Tiibeti budismi meetodid viisil, mis kõnetaks vahetult lääne inimese vajadusi. Lõplikuks kriteeriumiks jääb aga õpetuse suutlikkus pakkuda täielikku vabanemisteed neile, kes ei otsi üksnes leevendust vaimsetele probleemidele, vaid soovivad leida ka sügavamat tähendust oma olemasolule.

Selle protsessi edukus sõltub aga mitme autori ja õpetaja hinnangul ka sellest, kas lääne ühiskond on valmis budismi ka institutsionaalselt toetama. Nii Alan Wallace kui ka Robert Thurman on väitnud, et Tiibeti budism saab läänes juurduda alles siis, kui tekib teatav austus pühendunud harjutajate vastu, mis muuhulgas väljenduks ka nende materiaalses toetamises. Thurmani sõnul avaldub budismi tegeliku kohalolu ühiskonnas selle kaudu, kas väärtustatakse ja võimaldatakse pikaajalist eraldatuses harjutamist ning traditsioonilist kloostrielu.[32] Kindlasti leidub neid, kelle arvates piisab kohtumisest autentse õpetajaga, kes õpetab kohalolu hetkest hetke. Seejuures unustatakse ära, et püsiv kohalolu ei teki tavaliselt iseenesest, vaid toetub varasemale teadlikule ja järjekindlale meeleharjutamisele. Teisisõnu eeldab see vundamenti, millele see hetkest hetke kohalolek võiks toetuda. Samuti viitab see sellele, et inimeses peab olema tärganud piisavalt tugev loobumismeel, mis innustab teda iga päev pühenduma meeleharjutustele. Seni, kuni lääne õpilased ei näe vajadust ega võimalust toetada kohalikke harjutajate kogukondi nõnda, nagu see on välja kujunenud Aasias, võib väita, et Tiibeti budism ei ole läände veel täielikult kohale jõudnud.

32 Robert Thurman. Interview with Professor Robert Thurman. Study Buddhism. https://studybuddhism.com/en/essentials/interviews/interview-with-professor-robert-thurman. Vaadatud 31.03.2026

Kasutatud kirjandus

Alpert, Richard, Timothy Leary, Ralph Metzner 1964. The Psychedelic Experience: A Manual Based on the Tibetan Book of the Dead. New York: University Books.

Baumel, A., Muench, F., Edan, S., Kane, J. M. 2019. „Objective User Engagement With Mental Health Apps: Systematic Search and Panel-Based Usage Analysis". *J Med Internet Res***,** 21(9):e14567. doi: 10.2196/14567.

BDRC 2024. „Securing the Future of Buddhist Wisdom". – https://www.bdrc.io/securing-the-future-of-buddhist-wisdom/ (vaadatud 30.03.2026).

Blavatsky, Helena P. 1895. *A Modern Panarion: A Collection of Fugitive Fragments from the Pen of H. P. Blavatsky*. London, New York & Madras: Theosophical Publishing Society.

Coreless, Roger J. 1989. *The Vision of Buddhism: The Space Under the Tree***.** Minnesota: Paragon House.

David-Néel, Alexandra 1931. *With Mystics and Magicians in Tibet*. London: John Lane The Bodley Head Ltd.

Davidson, Richard 1990. „An Introduction to the Standards of Scriptural Authenticity in Indian Buddhism". **–** *Chinese Buddhist Apocrypha*. Robert E. Buswell (toim). Honolulu: University of Hawaii Press, lk 291–325.

Dodin, Thierry, Heinz Räther (koost) 2001. *Imagining Tibet: Perceptions, Projections, and Fantasies*. Boston: Wisdom Publications.

Dreyfus, Georges 2005. „Are We Prisoners of Shangrila?". *Journal of the International Association of Tibetan Studies*, nr 1, oktoober.

Dzongsar Jamyang Khyentse 2009. „East-West, West-East". – https://gomde-dk-sangha.blogspot.com/2009/06/east-west-west-east-by-dzongsar.html (vaadatud 31.03.2026).

Ekvall, Robert 1938. *Gateway to Tibet: The Kansu-Tibetan border*. Harrisburg, Pa: Christian Alliance Publishing Co.

Filippi, Filippo de (koost) 1937. *An Account Of Tibet: The Travels Of Ippolito Desideri Of Pistoia S. J., 1712–1727*. London: George Routledge & Sons.

Fiordalis, David V. (toim) 2018. *Buddhist Spiritual Practices: Thinking with Pierre Hadot on Buddhism, Philosophy, and the Path*. Berkeley, CA: Mangalam Press.

Garfield, Jay L., Doris Silbert 2026. „Buddhism in the West". – https://info-buddhism.com/Buddhism_in_the_West_Jay_Garfield.html (vaadatud 28.03.2026).

Hadot, Pierre 1975. „Exercices spirituels". – Annuaire: Résumé des conférences et travaux, École Pratique des Hautes Études, Section des sciences religieuses, 84, lk 25–70.

Harter, Julien. 2018. „Buddhist Spiritual Practices: Thinking with Pierre Hadot on Buddhism, Philosophy, and the Path". **–** *Buddhist Spiritual Practices: Thinking with Pierre Hadot on Buddhism, Philosophy, and the Path*. David V. Fiordalis (toim). Berkeley, CA: Mangalam Press, lk 165–196.

Hodel, Brian (s.a.). „Tibetan Buddhism in the West: An Interview with B. Alan Wallace". Shambhala Publications. Salvestatud aadressilt https://www.shambhala.com/wp/wp-content/uploads/2017/03/52.pdf Vaadatud 30.03.2026.

Jones, Richard H. 2018. „Limitations on the Neuroscientific Study of Mystical Experiences". *Zygon: Journal of Religion and Science*, 53(4), lk 992–1017.

Kapstein, Matthew T. 2013. „Stoics and Bodhisattvas: Spiritual Exercise and Faith in Two Philosophical Traditions“. – *Philosophy as a Way of Life: Ancients and Moderns—Essays in Honor of Pierre Hadot*. M. Chase, S. R. L. Clark, M. McGhee (toim). Malden, MA: Wiley-Blackwell, lk 99–115.

Lamotte, Etienne 1947. „La critique d'authenticité dans le bouddhisme“. – India Antiqua. Leyden: E. J. Brill, lk 213–222.

Lion's Roar 2016. „That Time David Bowie Almost Became a Buddhist Monk“. – https://www.lionsroar.com/that-time-david-bowie-almost-became-a-buddhist-monk/ (vaadatud 31.01.2026).

Lopez, Donald S. Jr „Burnouf and the Birth of Buddhist Studies.“ The Eastern Buddhist, vol. 43, nr 1/2, 2012, lk 25–34. JSTOR.

Lopez, Donald S. Jr. 1998. *Prisoners of Shangri-La: Tibetan Buddhism and the West*. Chicago: University of Chicago Press.

Masing, Uku 1968–1969. *Keelest ja meelest***.** Valguskoopia originaalkäsikirjast.

Mind and Life Institute ja selle loengud https://www.mindandlife.org/. Vaadatud 29.03.2026.

Prebish, Charles S. 1974. „A Review of Scholarship on the Buddhist Councils“. *Journal of Asian Studies*, 33(2), lk 239–254.

Said, Edward W. 1979. Orientalism. New York: Vintage Books.

Sheff, David 2000. *All We Are Saying: The Last Major Interview with John Lennon and Yoko Ono***.** New York: St. Martin's Griffin.

Sogyal Rinpoche. *The Tibetan Book of Living and Dying*. Koostanud Patrick Gaffney ja Andrew Harvey. San Francisco: Harper San Francisco, 1992.

Sperling, Elliot, Thierry Dodin, Heinz Räther (koost.) 2001. *Imagining Tibet: Perceptions, Projections, and Fantasies*. Boston: Wisdom Publications.

Thurman, Robert. Interview with Professor Robert Thurman. Study Buddhism. https://studybuddhism.com/en/essentials/interviews/interview-with-professor-robert-thurman. Vaadatud 31.03.2026 .

Waddell, L. Austine 1895. The Buddhism of Tibet, or Lamaism, With Its Mystic Cults, Symbolism and Mythology, and in Its Relation to Indian Buddhism. London: W. H. Allen & Co..