

REGISTER

A

abhimsā 108
appanā 191
appanā-samādhi 82
arhetüüpsed kujud 212
arūpa-dhyāna 91, 100
arūpa-loka 91, 92
āsana 132
āsavakkhayañāna (skr. k.
āśravakṣayañāna) 208
assotsiatiivne mõtlemine 168
Avalokiteśvara 175
avijjā (skr. k. *āvidyā*) 202, 207

B

bardo 196
bhāva 207
bhāvanā 10, 245
bhāvanā-māyā paññā (skr. k.
bhāvanā-māyā prajñā) 174
bodhicitta 173
bodhisattva 88, 175, 210
brahma-vihāra 100, 179,
188, 191, 212
Buddha 35, 63, 213
Buddha meenutamine 213
budism 16, 85, 86, 88, 91,
212

C

Chen, C. M. 51, 123, 249

Chi-I 13, 15

cintā-māyā paññā 172

citta 246

D

ḍākinī 97

dāna 108

deva 88, 90

Dharma (paali k. *Dhamma*) 9,
17, 63, 175, 211, 240, 246

Dharma seemned 174

Dhyana for Beginners 13, 245

Dhyāna Osad 77

dhyāna seisund (paali k. *jhāna*)
72, 73, 76, 91, 165

dhyānānga (Dhyāna Osa) 77

dukkha (skr. k. *duḥkha*) 206

E

ebaregulaarsete astmetega
tee 102

eemaletõmbumine (paali k.
nibbidā) 177, 208

eesmärk 14, 15

eetika 85, 107, 109

Eluratas 90, 203

eneseteadvustamine 19

erutus 45, 59, 97, 116, 124,
159, 248

Esimene Dhyāna 75

ettevalmistav keskendumine 82

- ettevalmistav kujutis 82
 ettevalmistus 39, 49, 57, 60,
 62, 106, 195, 196
- H**
- harjumus 16, 44, 45, 62,
 141, 150, 193
 hatha jooga 132, 135
 hea söber 37
 heldus 108
 hiiud 88
 himu 57, 100, 148, 179,
 193, 227
 himu (paali k. *tanhā*) 207
 hinduism 99
 hingamise teadvustamine 25
 hirm 45, 96, 97
 horisontaalne integratsioon 73
 häirivad tegurid 31
 hälbivad mõtted 162, 181
- I**
- innustus 50, 142
 inspiratsioon 59, 76, 97, 194
 integratsioon — horisontaalne ja
 vertikaalne 73
 irratsionaalne süütunne 147
 islam 99
- J**
- jarā-marana* 208
jāti 208
 jumal(ad) 73, 76, 90, 99, 100,
 191
 jumalate maailm 89
 Jung, C. G. 73
 juurdlev mõtte 78
- K**
- kaasaelav rõõm (*muditā*) 186
 kaastunne (paali k. *karuṇā*) 43,
 180–182
 kadedus 88, 187
 kahtlus ja otsustamatus 60, 240
- kāma-loka* 83, 91, 146
kāmacchanda 224
kammaññatā 165
kammaṭṭhāna 212, 213
karma 89, 110
karma-vipāka 110
 karuṇā (*kaastunne*) 180, 182
 karuṇā
 bhāvanā 180, 184, 189
kaśiṇa 81
 kaugvaenlane 181
kāya 245, 248
 keha teadvustamine 54, 57,
 122, 142, 157, 217, 218
 Keskendumise Lävi
 (paali k. *upacāra*
samādhi) 73, 74, 82, 159
 keskendumise olemus 58
 keskendumisobjekt 27, 30,
 155, 192, 215
 kiindumus (paali k.
pema) 182
 kiindumus (paali k. *upādāna*)
 207
 kiirgamine (*pharana*) 191
 Kolmas Dhyāna 78
 kujustamine 10, 210
 kujustamispraktika 81
kukkucca 241
 kuue elemendi praktika 179,
 197
 kuulamine (*suta-māyā paññā*)
 171
 kõndmõtlus 217
- L**
- labutā* 165
 laiskus ja tuimus 60, 236
lakkhana (skr. k. *lakṣana*),
 olemist iseloomustavad
 tunnused 96
 lihtne teadvustamine 19
 lihtsalt istumine 215
 lähivaenlane 181

M

- maa element 198, 215
 maailmaruumi element 215
māna 200
 mantra 175, 210
 mettā (skr. k. *maitrī*) 180
 mettā bhāvanā 35
middha (vaimne tuimus) 236
 muditā bhāvanā 186
mudutā (skr. k. *mṛduta*) 165
 müstilised
 kogemused 65, 213
 mõistuspärane süütunne 109
 mõtisklus (*cintā-māyā*
paññā) 171–172
 mõtisklus Sõltuvuslikkuse üle
 179, 202

N

- nāma-rūpa* (paali ja skr.) 207
 nelikümmend
 mõtlusmeetodit 213
 Neljas Dhyāna 78
 neutraalne isik 38
nibbidā (skr. *nirveda*) 208
nidāna 203
nimitta 81
nirmāṇakāya 248
 näljased vaimud 88
 nõiavõimed 77

O

- oṃ maṇi padme hūṃ* 175
oṃ tāre tuttāre ture svāhā 210
 omandatud kujutis 82
 oskamatud tegevused 108

P

- pāguññatā* 165
pāmojja (skr. *prāmodya*) 206
parikamma-nimitta 82
parikamma-samādhi 82
passaddhi (skr. *praśrabdhī*) 79,
 164, 206

- patibhāga-nimitta* 82
 peegelkujutis 82
pema 182
pharana (kiirgamine) 191
phassa 207
pīti (skr. *prīti*) 206
prajñā (paali k. *paññā*) 11
 psühhofüüsiline organism (*nāma-*
rūpa) 207
pūjā 244
 pälvimuste üle rõõmustamine
 186
 püsimum 96
 põrgu olendid 88

R

- rahulolematus (*dukkha*) 206
 regulaarsete astmetega tee 101,
 102
rūpa-dhyāna 91, 247
rūpa-loka 83

S

- sacca* (skr. *satya*) 109
saddhā (skr. *śraddhā*) 206
sādhana 211
sālāyatana (skr. *śadāyatana*) 207
samādhi 10, 74, 206, 247
Samannaphala sutta 246
samāpatti 65, 73, 247
Sambhogakāya 248
sankhārā (skr. *samskāra*) 207
santutthi (skr. *saṃtuṣṭi*) 109
sati (skr. *smṛti*) 109
Satipaṭṭhāna sūta 246
 sisemine enesevaatlus 142
 Soov aistmiskogemuste
 järelle 60
 Spiraali lülid 206
 Spiraaltee 207
 stuupa 214
sukha 206
śūnyatā (paali k. *suññatā*) 101,
 174

surm 208
 Surnuteraamat 195
suta-māyā paññā (kuulamine) 171
 suunatud mõtlemine 169
 sünd 208
 süütunne 109
 Sõltuvuslik Tekkimine 46, 203–209, 249
T
 tahtemoodustised (*sankhārā*'d) 207
 t'ai chi 134
taṇhā (skr. *trṣṇā*) 207
 Tārā 210
 tasakaalustavad pingutused 63
 teadmatus 179, 202, 207
 teadvuse element 199
 Teadvustamise Alustalad 53
 Teine Dhyāna 77
 tekkiv mõte 78
thīna (füüsiline laiskus) 236
 Tiibeti Eluratas 88, 208
 Tiibeti Surnuteraamat 195
 toit 117
 triivimine 160, 181
 Trikāya õpetus 248
 tule element 215
 tulipunkt 148
 Täielik Keskendumine 82
 täislootos 124
 tühjus (skr. k. *śūnyatā*) 101
U
uddhacca 233
uggaha-nimitta 82
ujjukata 165
upacāra-samādhi 82
upādāna 207
upekkhā (skr. k. *upekṣā*) 180, 188
upekkhā bhāvanā 180, 188

V
 vahetu mõistmine 10, 171–175
 vaimustus (*pīṭi*) 78, 206
 vajumine 170, 181
 Varjupaika minemine 63
 vastuvõtlikkus 141
vedanā 207
 vee element 215
 vertikaalne integratsioon 73
vicikicchā (skr. k. *vicikitsā*) 240
 viis meelemürki 179
vimutti (skr. *vimukti*) 208
viññāna (skr. *vijñāna*) 207
vipassanā (skr. k. *vipāśyanā*) 93
virāga (skr. *vairāgya*) 208
 Virgumine 16
vyāpāda 227
Y
yathābhūta-nāṇa-dassana (skr. k. *yathābhūta-jñānadarśana*) 206
Ä
 ärritav isik 38
Š
 šokk 238
Ü
 ühtesuunatud keskendumine 79
 ühtesuunatus 78
 Ületav Mõistmine 11, 69, 171
 ümbersünd 195, 238, 247
Õ
 õhu element 215
 õndsus (*sukha*) 78, 206