

## 1. nädal: Eetika tähtsusest

### Sissejuhatus

Budismi kui praktilise elufilosoofia uurimine ja harjutamine eeldab põhjalikku vaadet selle eetikakäsitlusele. Selle kuue nädala õpingute raames vaatleme budistlikku eetikat laiemalt ning viit käitumisjuhust lähemalt.

### Kolmeosaline tee

Kõige lihtsam ja traditsiooniline lähenemine jagab budistliku arengutee kolme etappi:

- eetika
- mõtlus
- mõistmine

Viie käitumisjuhise harjutamine kuulub eetika valdkonda, niisiis tavakohaselt peaksime esmalt tegelema kõlblusega enne mõtluse ja mõistmise juurde asumist. Kuid seesugune traditsiooniline käsitlus ei pruugi vastata lähenemisviisidele, mida Läänemaade budismipraktikas sageli kohata võib. Paljud meist alustavad meeleharjutustega ning jõuavad eetikani alles meditatsioonikogemuse tulemusel. Teisi aga paeluvad eelkõige budistlikud ideed ning alles hiljem asuvad neid ellu rakendama.

Eelnevat silmas pidades on oluline käsitleda kolmeosalist teed paindlikult. Vale oleks arvata, et me ei saavuta mõtluspraktikas edu enne, kui oleme jõudnud kõlblise täiuslikkuseni, või et me pole võimelised tajuma tõelust vahetumalt enne, kui meist on saanud suurepäraseid mediteerijad. Peaksime oma arengut nägema mitte niivõrd teerajana, kus üks etapp tuleb enne uue alustamist lõpetada, kui pigem lilleõie puhkemisena, kus mitu õielehte avanevad korraga, kuid seesmised ei saa avaneda kiiremini kui välimised.

Tõsi on, et mõnda aega õnnestub paljudel oma meditatsioonioskust edukalt arendada ilma kõlblusele suuremat tähelepanu pööramata, kuid enamik pikemat aega praktiseerijatest mõistavad kolmeosalise tee idees peituvat olulist tõde. Pole mõtet arendada positiivseid meeleseisundeid umbes tunniks ajaks päevas, kui me oma sõnade ja tegude kaudu toodame negatiivseid meeleseisundeid ülejäänud aja oma elust. Sageli on mõtluspraktika täiustamisel abi pigem sellest, kui jälgime oma tegevust mitte meditatsiooni käigus, vaid väljaspool seda, igapäevaelus. Kui me meditatsioonipadjal kogetud positiivseid vaimuseisundeid tavaellu üle ei kannu ega neid igapäevastes tegemistes ei väljenda, jookseme oma harjutamisega mõne aja pärast ummikusse.

### Probleemid eetikaga

Läänemaailmas tekitab eetika käsitlus inimestes sageli negatiivseid seoseid, kuna on sassi läinud 'hea' käitumise mõistega. Nii tõlgendatuna võib see piirata meie isikupära ning osutada hoopis arengut pärssivaks. Kõlbluspraktika tõeline idee seisneb aga individuaalsuse väljendamises, mitte selle piiramises. *Eetika* pärineb kreekakeelsest

sõnast *ethos* (eetos). Olla tõeliselt eetiline tähendab elada oma eetose järgi - moraaliprintsiipide ja väärtushinnangute alusel, mille oleme ise endile valinud, kuna need peegeldavad meie sügavamaid püüdlusi ja arusaamu. Sageli aetakse see idee segi eetika moonutatud tõlgendustega, millest levinuimad on autoritaarne ja konventsionaalne eetika.

Autoritaarses süsteemis ei tulene käitumiskoodeks meie oma sügavamast elutunnetusest, vaid sunnitakse peale väljastpoolt ning rakendatakse läbi karistus- ja hüvitussüsteemi. Kohut mõistval, karistaval ja käskudest kinnipidamist nõudval (või muidu!) jumalal põhinev kõlblusõpetus on oma olemuselt autoritaarne. See ei tähenda sugugi mitte kõigi kristlaste, juutide või moslemite madalat kõlbelisust, vaid et paljud meist on lapsepõlves deistliku religiooni tahumatu tõlgenduse ees kaitsetuks jäänud ja see on mõjutanud meie eetikatumetust.

Eetika algupärase käsitluse teist moonutust võib nimetada konventsionaalseks eetikaks. Tegemist on käitumisreeglitega, mis vastavad pigem normidele teatud kultuurikontekstis kui vaimsetele väärtustele. Need pole universaalsed reeglid, vaid erinevad maade ja ajastute lõikes, kuid olles ümbritseva elanikkonna poolt laialdaselt aktsepteeritud, on neid lihtne pikemalt süüvimata omaks võtta. Näiteid konventsionaalsetest eetilistest väärtustest Anglosaksi ja Põhja-Euroopa kultuuriruumis: protestantlik tööeetika, rahale ja elatusvahenditele omistatav äärmuslik tähtsus, abielu ja perekonna pühadus, poliitiline korrektsus, mitmed teadvustamata tabud, mis takistavad väljendamisest individuaalsust, loomingulisust, elulusti ja soojust.

Autoritaarne ja konventsionaalne eetika käivad sageli käsikäes. Ühiskond avaldab meile survet, premeerides allumise korral ja karistades allumatuse puhul, tehes seda tavaliselt ümbritsevate inimeste heakskiidu või kriitika kaudu. Enne kõlblustaju väljakujunemist saame lapsepõlves kätte vajaliku sotsialiseerumisannuse. Kuid hilisemas eluetapis oma individuaalset identiteeti välja arendades tuleb meil pealesurutud reeglite vastu sageli mässama hakata. Ja kuna kõrvaleheidetud reeglid seostuvad meie jaoks religioosse eetikaga, muutuvad paljud ettevaatlikuks kõige suhtes, millel pistmist sõnaga eetika.

## **Budistlik eetika**

Niisiis tuleb rõhutada, et budistlik eetika erineb suuresti meie tavapärasest läänelikust vaatest kõlblusele. Budistlik eetika ei seisne mitte vabaduse piiramises. See tähendab enda vabastamist kasutute harjumuste orjusest ja tingitusest. See tähendab kujunemist võimekaks isiksuseks, kes suudab ise oma elu soovitud suunas juhtida. See tähendab käitumist, mis soodustab positiivsete emotsioonide teket ja negatiivsete meeleseisundite vaigistamist; käitumist, mis tagab tervikutunnetuse ja eneseväärikuse, kuna püüame tõemeeli elada vastavalt oma nägemusele sellest, kelleks saada tahame. Kohut mõistva jumala puudumise tõttu on sõnad 'õige' ja 'vale' budistliku eetika juures sobimatud. Budism jagab teod 'oskuslikeks' ja 'oskamatuiks'. Oskuslik käitumine on tark käitumine, mis aitab kaasa meie endi ja teiste õnnele. Oskamatul käitumisel on vastupidine mõju ja selle põhjuseks on suutmatus näha tegelikkust, nii nagu see on, mitte allumatus mingisugusele kosmilisele autoriteedile või 'halb' iseloom.

## Karma seadus

Traditsioonilises budismis käivad eetikanõue ja karma idee käsikäes. Sanskritikeelne sõna *karma* tähendab 'tegu'. Karma seadus avardab põhjuse ja tagajärje printsiipi eetika valdkonda, rõhutades, et kõikidel tegudel on tagajärjed nii meie endi kui teiste jaoks. Mida oskuslikumalt käitume, seda õnnelikumat ja helgemat elu kogeme tulevikus. Mida oskamatumad on meie teod, selle võrra on õnnetumad ja süngemad ka edasised elukogemused. Tavapäraselt on karma seadus seotud ümbersünni ideega, kus oskuslikult elatud elu viib taassünnini kaunis ja meeldivas eksistentsivormis, oskamatult elatud elu aga uuestisünnini piinarikas kannatusseisundis. Need tagajärjed ei teki tasu ega karistusena, vaid ainuüksi seetõttu, et kogeme ümbritsevat maailma oma olemasolu seisundi peegeldusena. Taevalike olenditena kogeme ka taevalikku seisundit, põrgulike olenditena kogeme sõna otseses mõttes põrgut. Paljud Lääne budistid aktsepteerivad karma ja ümbersünni ideed kui olulist tõde, mis jääb teispoole meie praegust maailmatunnetust. Teistel jällegi on taassünni ideega raske nõustuda, seetõttu on tähtis rõhutada, et ei pea uskuma ümbersünni, selleks et aktsepteerida karma seadust. Lihtne on tõestada, et karma seadus toimib sama hästi ka praeguses elus. Ka selles elus määrab meie oma käitumine meie tulevase kogemuse.

Inimloomusel on mitmeid tahke. Vahel on meie mõtted oskuslikud, vahel mitte. Tavaliselt tabab meid korraga erinevate mõtete virvarr. Kui keegi palub meilt raha heategevuslikul eesmärgil, ründab meid tõenäoliselt terve mõtete ja emotsioonide tulv. Mõnikord on need õilsad ja abi pakkuma innustavad, teinekord kitsid ja isegi nõrdimust tekitavad, vaatamata sellele, et abipakkumine oleks meile jõukohane. Tundub, et need kaks loomuomadust ilmutavad end oma suva järgi, etteennustamatud nagu vaimne ilmu muutus. Nad on meie eelnevate tegude ja tingituse tulemus ning meie võimuses pole valida, milline reaktsioon parasjagu esile kerkib. Kuid meie otsustada on, millisele neist suunata oma tahe, anda energia, millega end identifitseerida ja mille põhjal tegutseda. Panustades oma energia heldusilmingule, tugevneb meis heldemeelsus ja nõrgeneb ihnus. Ja vastupidi, suunates oma tahte ihnustundele, anname sellele omadusele jõudu juurde ning õilsad mõtteimpulsid tulevikus nõrgenevad.

Teeme pidevalt valikuid, mis kujundavad meie tulevast 'mina'. Meel paiskab alatasa pinnale kõikvõimalikke mõtteid ja tundeid ning meil tuleb valida, millistega soovime samastuda, millest ajendatuna käituda. Nende valikutega me kas avardame end, kasvame ja areneme inimestena või hoopis kitsendame, piirame ja killustame end. Vormime pidevalt seda isikut, kelleks oleme muutumas, ja see omakorda määrab meie edaspidise elukogemuse niisama kindlalt, justkui valiksime ilma, kuhu sündida. Me kõik näeme elu läbi oma meeleseisundi prillide. Vaatamata sellele, et inimolendina asustame kõik ühtsama füüsilist ruumi ning kogeme samasugust meeldivate ja piinarikaste kogemuste diapasooni, tajume seda oma loomuse tõttu väga erinevalt. Kui arendame endas laiahaardelisemaid ja positiivsemaid isikuomadusi, kogeme sügavat õnnetunnet, mis ei sõltu välistest tingimustest. End mitte väärtustades ning negatiivseid loomuomadusi kultiveerides jääb elukogemus piiratuks, süngeks ja õnnetuks isegi siis, kui ümbritsevad tingimused on meeldivad.

Siit karma seaduse käsitlesest järeldub selgesti, et kõlbeline elu on vaimsel teel keskse tähtsusega. Positiivsed muutused hõlmavad oskuslike tegude valikut, see võimaldab meie vaimsel potentsiaalil ühe rohkem avalduda. Meditatsioonist üksi ilma kõlbluse teadliku arendamiseta selleks ei piisa, ka mitte budistliku filosoofia sügavaima mõistmise korral.

### *Eetika aspektid*

#### **Teispool „kohutavat kolmikut“**

Eetika keskset rolli vaimsel teel väljendavad mitmed erinevad seisukohad, kuigi sisuliselt on tegemist ühe ja sama idee varieeritud sõnastustega. Üks võimalus on väita, et oskuslikult käitumine soodustab oskuslikku vaimset seisundit, samas kui oskamatud teod tekitavad negatiivseid meeleseisundeid, mis põhinevad ihal, vihal ja meeletusel. Kuna budistliku tee põhiidee seisneb selle „kohutava kolmiku“ küüsis pääsemises, on ilmselge, et oskuslik käitumine pole lihtsalt mingi lisavalik.

#### **’Justnagu’ virgunu**

Teine aspekt rõhutab, et virgumisteel tuleks käituda nagu virgunud olend. Buddha käitumine on iseenesest oskuslik, põhinedes loomupärasel solidaarsusel, suuremeelsusel, ihast sõltumatusel, siiral ausameelsusel ning puhtal teadlikkusel. Kuigi meis kõigis peituvad nende omaduste alged, ei avaldu need alati enesestmõistetavalt. Tihti peale tuleb nende väärtuste järgimiseks teadlikult pingutada – justkui oleksime juba virgunud olendid -, et võimaldada neil seemneil idaneda. Niiviisi virgumisseisundi poole pürgides muutub meie käitumine aja jooksul oskuslikuks ning ilmneb üha loomuomasemalt ja pingutusteta.

#### **Oma kõrgema teadvusega ühenduse loomine**

Kolmas aspekt on oma kõrgemast minast lähtuv käitumine. Oskuslike tegudega tugevdame ühendust omaenda sügavama olemusega. Paljud inimesed tajuvad oma n-ö kõrgemat ’mina’, mis võib tunda nii suunava hääle kui jõu ja tarkuse allikana. Olles ühenduses oma kõrgema teadvusega, tunneme end kindlalt ja õigel teel, sellest seesmisest jõuallikast ära lõigatuna aga tasakaalust väljas olevana ja hajevil. Mõned budistlikud koolkonnad räägivad ’buddha loomusest’, mis on olemas meis kõigis, kuid tavaliselt katab seda oskamatud harjumuste saastekiht. Oskamatult tegutsedes lõikame läbi selle ühenduse oma minaülese teadvusega ning muutume nõrgaks ja viletsaks. Oskuslikes tegudes väljendub meie kõrgem ’mina’ üha selgemini ning võimaldab paremini teadvustada meis peituvaid väärtuslikke omadusi ning tunda end õnneliku ja tugevana. Pidev oskuslik käitumine aitab meie kõrgemal teadvusel järk-järgult avalduda ning teatud aja jooksul muutub see meie olemise valdavaks osaks.

## **Eetika, mina-transtsponentsus ja tarkus**

Seni oleme kõlbluse arendamise vajalikkusest kõneldes rääkinud peamiselt selle kasulikust mõjust iseendale. Kõlbeline käitumine loob nauditavaid positiivseid meeleseisundeid, kaitseb valulike negatiivsete seisundite eest ning aitab meil kasvada ja areneda, mis on õnne peamine allikas. Kuid selline seletus on ühekülge ning võib jätta mulje, nagu õhutaks budism enesekeskset suhtumist vaimsesse teesse. Näiteks mitte seepärast ei hoidu me teisi inimesi kahjustamast, et see meile endile kahju teeb, vaid kuna see teeks kahju teistele! Kõlbeline käitumine ei seisne ainuüksi omaenda isiklikus õnnes ja arengus, samuti mitte omaenda meeleseisundeis. See seisneb meie vastastikuse ühendatuse ja empaatia väljendamises ja tugevdamises. Niisugune sügav ühistunne meid ümbritseva maailmaruumiga on virgumiskogemuse lahutamatu osa.

Läbi tarkuse silmade vaatamine tähendab mõistmist, et me ei saa end eraldada ümbritsevatest inimestest ja maailmaruumist. Oleme kõik osa üksteisest. Teistele haiget tehes teeme haiget iseendale, teistele head tehes teeme head iseendale. Lõpuks seisneb budistlik eetika minaülese tarkuse arendamises ja väljendamises igapäevaelus, mis tähendab meie oma piiratud isiklikest seisukohtadest kõrgemale tõusmist ning universaalsemast, avaramast ja vähem enesekesksest vaatenurgast lähtuvat käitumist. See tähendab oma kõrgema mina väljendamist. See tähendab meie tõelise olemuse ning kõigi inimeste ja universumi kui terviku huvide silmaspidamist.

## **Viis käitumisjuhust**

Et igapäevaelu saginas oskuslikult käituda, vajame lihtsaid, kergesti meeldejäävaid juhiseid. Budismi kõige tavalisemad ja üldisemad eetilised suunised on viis käitumisjuhust. Need on orientiirid, mis kirjeldavad virgunud meele käitumist ning aitavad meil tegutseda, nagu oleksime virgunud olendid, ning seeläbi arendada oma virgumispotentsiaali.

Viis käitumisjuhust võtavad kokku fundamentaalsed vaimsed printsiibid, need on heasoovlikkus, heldemeelsus, rahulolu, ausus ja teadlikkus. Ilmselgelt ei ole tegemist 'käskudega' ning tähtis on, et me ei aktsepteeriks neid kui väljastpoolt pealesurutud norme, vaid otsustaksime ise, kas need väljendavaid meie sügavamaid väärtushinnanguid. Siin aitab ehk, kui kujutame endale ette vastupidiseid omadusi – julmus, kadedus, iha, ebaausus ja eskapism. Võimalik et mõni neid väärtustabki, kuid väga raske on ette kujutada, et selline inimene käiks budistlikku teed! Õigupoolest on viie käitumisjuhise lähteprintsiibid niivõrd omased mis tahes vaimsele teele, et need tunduvad enesestmõistetavana. Budistiks olemine tähendab, et tunnustame neid kui oma sisemiste väärtushinnangute peegeldust.

Igal viiest käitumisjuhisest on positiivne ja negatiivne avaldumisvorm. Negatiivne sõnastus annab nõu, millest peaksime hoiduma, toimib häiresignaalina, enne kui oleme lausumas või tegemas midagi oskamatut. Positiivne sõnastus väljendab üldisi põhimõtteid, mille suunas pürgida, on laiahaardelisem ja neist kahest olulisem.

## Ohud

On olemas vähemalt kaks ohtu, mille puhul tuleb kõlbluse arendamisel ettevaatlik olla. Esimene neist on kuuletumise ja 'patu' kontseptsioonide importimise oht teistest religioossetest traditsioonidest, mis võib sisendada meisse süü- ja väärtusetuse tunnet. Teine on ebaloomulik karmus iseenda vastu. Käitumisjuhised kirjeldavad, kuidas käitüks virgunud olend, kuid me ei ole virgunud ning kuni me selle seisundini jõudnud ei ole, on võimatu neist orientiiridest täht-tähelt kinni pidada. (Kujutage näiteks ette täieliku õilsameelsuse ning igasugusest omanditudest loobumise seisundit!) Juhiseid nimetatakse mõnikord 'treeningprintsipiideks' ning tähtis on näha neid selles valguses – harjutustena, mis võimaldavad meil vastavat oskust aegamööda arendada. Eetiline käitumine on oskus. Kui me mis tahes oskuse korral, nt klaverimäng, ootaksime ideaalset tulemust kohe alguses ning end siis mõttes iga vale noodi eest tümitaksime, loobuksime harjutamisest õige pea.

## Küsimused mõtiskluseks ja aruteluks

1. Mis sind budismi juures ennekõike huvitas: eetika, meditatsioon või tarkus? Millest sa harjutamist alustasid?
2. Milliseid seoseid tekitas sinus sõna 'eetika' enne selle kursuse alustamist? Kuidas mõjutas seda autoritaarne või konventsionaalne eetikakäsitlus?
3. Kas sa usud, et meie praegused oskuslikud või oskamatud teod määravad, kas meie tulevased kogemused saavad olema helged või sünged? Millised tegurid võivad veel mõju avaldada?
4. Eetikat võib vaadelda kui positiivsete meeleseisundite arendamist ja negatiivsetest hoidumist; kui käitumist, 'justnagu' oleksime jõudnud virgumiseni. Samuti võib seda vaadelda kui oma kõrgema minaga ühenduse loomist või kui vastastikust ühtekuuluvust teistega. Milline seletus meeldib sulle kõige enam? Kas arvad, et need on omavahel seotud?
5. Kas viie käitumisjuhise printsiibid peegeldavad sinu omi väärtushinnanguid? Kas on mõni, millega su vaated ei haaku? Soovid moodustada omaenese käitumisjuhiste kogu, lisades mõne printsiibi? (Siin võiksid meenutada mõnd sulle vaimseks eeskujuks olevat inimest ning mõelda, milliseid omadusi ta esindab.)
6. Kas tunnend viit käitumisjuhist peast? Kas sellest on abi nende harjutamisel?