

## PRELÜÜD

### Sarajevo tšellist

Ühel ööl nägin unes, et kohtusin oma sõbra poetess Marianaga Sarajevos, armastuse linnas. Ärkasin hämmeldunult. Sarajevo, armastuse sümbol? Seal peeti ju 20. sajandi üht kõige verisemat kodusõda?

Siis mulle meenus.

Vedran Smailović.

Sarajevo tšellist.

| |

28. mai 1992: Sarajevo on piiramisrõngas. Sajandeid on moslemid, horvaadid ja serblased elanud koos selles linnas, mida ilmestavad trammid ja pagarikojad, tiikidel liuglevad luiged, osmanite mošeed ja õigeusu katedraalid. Kolme religiooni linn, kolm erinevat rahvust – ja veel hiljaaegu ei pööranud keegi sellele, kes on kes, erilist tähelepanu. Nad tundsid, kuid ei teadnud; nad eelistasid pidada üksteist naabriteks, kes kohtusid kohvikutes või kebabikioskites, õppisid samas ülikoolis, mõnikord ka abiellusid ja said lapsi.

Kuid nüüd on kodusõda. Mehed, kes mägedest linna tulistavad, on lõiganud ära elektri- ja veevarustuse. 1984. aasta olümpiamängude staadion on maha põletatud, selle väljakud on muutunud ajutisteks kalmistuteks. Korterimajad on miinipildujate tõttu rõugearmilised, valgusfoorid ei tööta, tänavad on vaiksed. Kuulda on vaid püssitärinat.

Kuid järsku kostab jalakäijate tänava puruks pommitatud pagarikoja eest Albinoni „Adagio g-moll”.\*

Kas tead seda heliteost? Kui mitte, siis peaksid ehk hetke võtma ja seda kohe praegu kuulama: [youtube.com/watch?v=kn1gcjuhlhg](https://youtube.com/watch?v=kn1gcjuhlhg). See on kummituslik, elegantne, lõpmatult kurb. Sarajevo ooperimaja orkestri esitšellist Vedran Smailović mängib seda nende 22 inimese auks, kes eile leivasabas mürsutabamuse said. Smailović oli lähedal, kui mürsk plahvatas; ta aitas haavatute eest hoolitseda. Nüüd on ta tapatalgute paigas tagasi, rietatud, nagu esineks ooperimajas – valges särgis ja mustas frakis. Ta istub keset rususid valgel plasttoolil, tšello jalgade vahel. *Adagio* igatsevad noodid on teel taeva poole.

Tema ümber on püssituli, lõhkevad granaadid, tärisuvad kuulipildujad. Smailović muudkui mängib. Ta teeb seda kokku 22 päeva iga inimese nimel, kes pagarikoja ees surma sai. Kummalisel kombel jääb ta kuulidest puutumata.

See linn on ehitatud orgu, mida ümbritsevad mäed, kust snaiperid sihivad leivaotsinguil näljaseid linlasi. Mõned ootavad tunde, et tänavat ületada, ja sööstavad siis paigalt nagu sihikul hirved. Kuid siin on üks mees, kes istub keset avatud väljakut, seljas peen ülikond, ja tal ei ole mitte kusagile kiiret.

*Te küsite minult, kas ma olen hull, et sõjatoonis tšellot mängin, ütleb ta. Miks te ei küsi NEILT, kas nad on hullud, et Sarajevot pommitavad?*

Kuuldused tema teost levivad raadio kaudu üle linna. Peagi kujutatakse seda romaanis ja filmis. Kuid enne, piiramise kõige hirksamail päevil saavad ka teised muusikud innustust, et oma pillidega tänavale asuda. Nad ei mängi võitlusmuusikat, et vägesid snaiprite vastu ässitada, ega popmuusikat, et inimeste tuju tõsta. Vaenlased ründavad relvade ja pommidega, artistid vastavad kõige mõrumagusama muusikaga, mida nad teavad.

---

\* Seda peetakse tavaliselt Tomaso Albinoni heliteoseks, kuid ilmselt komponeeris selle Itaalia muusikateadlane Remo Giazotto; tõenäoliselt põhines see osaliselt Albinoni loomingul.

*Me ei ole sõdalased, hüüavad viiulid; me ei ole ka ohvrid, lisavad vioolad. Me oleme lihtsalt inimesed, laulavad tšellod, lihtsalt inimesed – mõrased ja ilusad ja armastusejanused.*

| |

Möödunud on mõned kuud. Kodusõda möllab edasi ja väliskorrespondent Allan Little jälgib, kuidas metsast ilmub välja 40 000 tsiviilisikut. Nad on rünnaku eest põgenedes 48 tundi läbi tihnikute rühkinud.

Nende seas on 80-aastane mees. Rampväsinud ja meeleheitel, astub ta Little'i juurde ja pärib, kas too on näinud tema naist. Pika rännaku käigus on nad teineteist silmist kaotanud, ütleb mees.

Little pole naist näinud, kuid ajakirjanikuna uurib ta, kas vestluskaaslane peab end moslemiks või horvaadiks. Ja mehe vastus, ütleb Little aastaid hiljem ühes suurepärasest BBC saatelehtis, paneb teda ikka veel ka aastakümneid hiljem häbi tundma.

„Ma olen,” lausus vana mees, „muusik.”

## SISUKORD

SISSEJUHATUS: Mõrumagusa mõjuvõim 17

### 1. OSA

#### Kurbus ja igatsus

Kuidas saab valust loovus, transtsendents ja armastus?

1. PEATÜKK. Milleks on kurbus hea? 31
2. PEATÜKK. Miks me igatseme täiuslikku ja tingimusteta armastust? (Ja kuidas on see seotud meie armastusega kurbade laulude, vihmaste päevade ja kõige jumaliku vastu?) 49
3. PEATÜKK. Kas loovus on seotud kurbuse, igatsuse ja transtsendentsiga? 74
4. PEATÜKK. Kuidas tulla toime armastuse kaotamisega? 96

### 2. OSA

#### Võitjad ja kaotajad

Kuidas positiivsuse türannia varjus autentselt elada ja töötada?

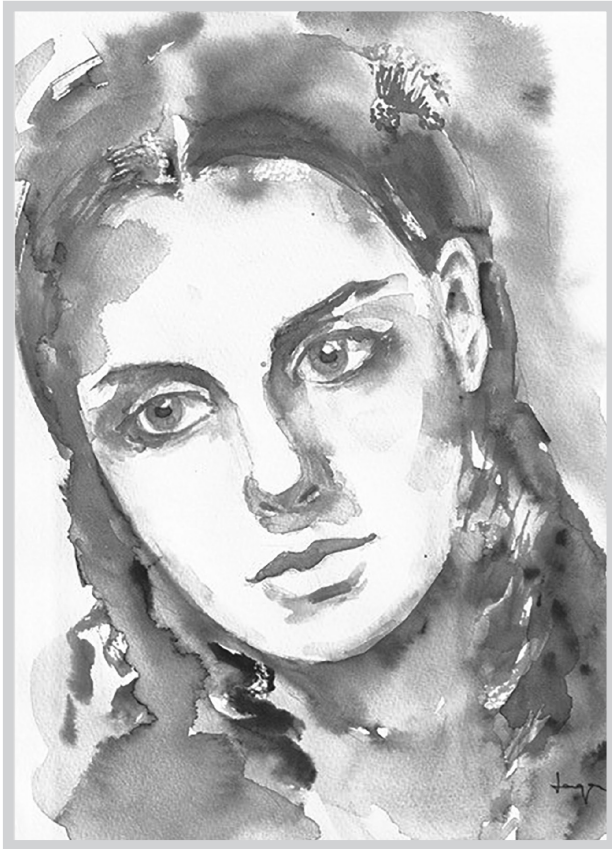
5. PEATÜKK. Kuidas võttis südamevalust sündinud rahvus üle normatiivsete naeratuste kultuuri? 125
6. PEATÜKK. Kuidas saada üle pealesunnitud positiivsusest töökohas ja mujal? 141

### 3. OSA

#### Surelikkus, kaduvus ja lein

Kuidas elada teadmisega, et surmast pole pääsu  
ei meil ega meie lähedastel?

7. PEATÜKK. Kas peaksime püüdema igavese elu poole?	163
8. PEATÜKK. Kas peaksime püüdma leinast ja kaduvusest üle saada?	177
9. PEATÜKK. Kas me pärime oma vanemate ja eelkäijate valu? Ja kui nii, kas saame seda praegu ümber muuta?	198
 KOODA: Kuidas minna koju	 221
 Tänuavaldused	 232
Märkused	238
Register	267
Autorist	279



Noore naise portree, 2021, Ukraina © Tetiana Baranova (Instagram: @artbytaqa)

## SISSEJUHATUS

### Mõrumagusa mõjuvõim

*Me igatseme ikka ja alati mingit teist  
ja erinevat maailma.*

VITA SACKVILLE-WEST, „THE GARDEN”

Olin 22-aastane juuratudeng, kui mõned sõbrad mulle ühiselamutuppa järele tulid. Olin just rõõmsalt kuulanud minoorset mõrumagusat muusikat. Mitte Albinonit, kellest ma ei olnud sel ajal veel midagi kuulnud; pigem laulu, mida esitas minu kõigi aegade lemmikmuusik Leonard Cohen, tundud ka kui pessimismi auhinna laureaadist poet.

On raske sõnadesse panna, mida ma kogen, kui seesugust muusikat kuulen. See on õigupoolest ju kurb, kuid mina tunnen tegelikult armastust – suurt ülevoolavat armupalangut. Sügavat sugulust kõigi teiste hingedega, kes on tuttavad kurbusega, mida muusika väljendab. Aukartust, et muusikul on võim valu iluks muuta. Kui olen kuulates üksi, teen sageli spontaanseid palveliigutusi: käed näole, peopesa peopesale, kuigi olen tulihingeline agnostik ja tegelikult ei palveta. Kuid muusika avab mu südame: tunnen sõna otseses mõttes, kuidas rinnalihased paisuvad. Tundub isegi normaalne, et kõik, keda armastan, kaasa arvatud ma ise, surevad ühel päeval. See meelerahu kestab ehk kolm minutit, aga iga kord, kui see juhtub, muudab see mind natuke. Kui

määratleda transtsendentsi hetkena, milles su mina tuhmub ja tunned ühendust kõiksusega, on need mõrumagusad muusikalised hetked sellele kõige lähemal. Kuid see on juhtunud aina uuesti.

Ja ma ei suutnud kuidagi mõista, miks.

Samal ajal tegid ühiselamutoast kostvad pentsikud ja kurblikud viisid mu kursusekaaslastele nalja; üks neist isegi uuris, miks ma matuselaule kuulan. Ma naersin ja me läksime loengusse. Loo lõpp.

Kuid ma mõtlesin sellele märkusele järgmised kaksikümmend viis aastat. Miks tundus see kaeblik muusika nii kummaliselt meeliülen-dav? Ja miks meie kultuur seda naljakaks peab? Miks isegi praegu seda kirjutades tunnen ma vajadust kinnitada, et mulle meeldib ka tantsu-muusika? (Ja mulle tõesti meeldib.)

Esmalt olid need lihtsalt huvitavad küsimused. Kuid vastuseid otsides taipasin, et need olid tähtsad, olulised küsimused – ja et suureks õnnetu-seks pole kaasaegne kultuur meid õpetanud neid esitama.

| |

Kaks tuhat aastat tagasi küsis Aristoteles, miks on suurtel poetidel, filosoofidel, kunstnikel ja poliitikutel tihtipeale melanhoolne meele-laad. Tema küsimus põhines iidsel uskumusel, et inimkeha koosneb neljast kehaveadelikust või vedelast aine-st, mis vastavad neljale erinevale temperamentitüübile: melanhoolik (kurb), sangviinik (rõõmus), kolee-rik (agressiivne) ja flegmaatik (rahulik). Nende vedelike suhteline kogus pidi vormima meie isiksust. Hippokrates, kuulus Kreeka arst, uskus, et täiuslikus inimeses on harmooniline tasakaal kõigist neljast. Kuid paljud meist kalduvad vaid ühe suunas.

See raamat räägibki melanhoolsest suunast, mida ma nimetan mõru-magusaks: kalduvus igatseda, õhata ja kurvastada; terav teadlikkus aja möödumisest; torkiv rõõm kõigest ilusast. Mõrumagus on ka teadmine, et valgus ja pimedus, sünd ja surm – mõru ja magus – kuuluvad iga-vesti kokku. „Üks päev on nagu mesi, teine kui sibul,“ sedastab üks araabia vanasõna. Elu tragöödia on selle hiilgusega paratamatult seotud; võid terve tsivilisatsiooni hävitada ja siis jälle üles ehitada ning



samad duaalsused tekivad uuesti. Paradoksaalselt on ainus viis neid duaalsusi – nii pimedust kui ka valgust – ületada need täielikult omaks võtta. Ning ületamine ongi ülim mõte. Mõrumagus tähendab igatsust ühtekuuluvuse järele, soovi pöörduda koju.

Kui pead end mõrumagusaks inimtüübiks, on raske arutleda Aristotelese küsimuse üle suurmeeste melanhoolsuse kohta, ilma et see kõlaks suurustlevalt. Kuid kindel on see, et tema tähelepanek on püsinud aastatuhandeid. 15. sajandil avaldas filosoof Marsilio Ficino arvamust, et Saturnus, melanhooliaga seostatud Rooma jumal, „on loovutanud tavapärase elu Jupiterile, kuid nõuab endale elu, mis on eraklik ja jumalik.” 16. sajandi kunstnik Albrecht Dürer kujutas oma kuulsal maalil melanhooliat langenud inglina, keda ümbritsevad loovuse, teadmiste ja igatsuse sümbolid: hulktahukas, liivakell ja taeva poole tõusev redel. 19. sajandi poeet Charles Baudelaire suutis „vaevu kujutleda ilu”, millest puuduks melanhoolia.

Melanhoolia romantiline visioon on aegade jooksul kasvanud ja kahanenud; viimasel ajal on see kahanenud. 1918. aastal ilmunud mõjukas essees eraldas Sigmund Freud melanhoolia nartsissismist ja pärast seda on psühhopaatoloogia selle oma lõugade vahele haaranud. Tavapsühholoogia peab seda kliinilise depressiooni sünonüümiks.\*

Kuid Aristotelese küsimus ei ole kuhugi kadunud; see ei saakski. Melanhoolias peitub midagi müstilist, midagi põhiolemuslikku. Seda tundsid Platon, samuti Jalal al-Din Rumi, aga ka Charles Darwin, Abraham Lincoln, Maya Angelou, Nina Simone ... Leonard Cohen.

Aga mida nad siis ikkagi täpsemalt tundsid?

Olen seda küsimust aastaid uurinud, järgides sajanditevanust rada, mille on endast jätnud kunstnikud, kirjanikud, mõtisklejad ja

---

\* Melanhooliat ja depressiooni on lääne psühholoogias juba kaua ühte patta pandud. Freud kasutas melanhoolia mõistet, et kirjeldada kliinilist depressiooni: „Sügavalt valu-lik äng, huvi kaotamine välismaailma vastu, võimetuse armastada, kõigi tegevuste soiku jätmise.” Mõjukas psühhonaalüütik Julia Kristeva kirjutas 1989. aastal, et „melanhoolia ja depressiooni mõisted viitavad ühendusele, mida võiks nimetada melanhoolseks depressiivsuseks ja mille piirid on tegelikult hägused”. Kirjuta PubMedi otsimootorisse „melanhoolia” ja sulle kuvatakse artiklid ... depressiooni kohta.

tarkusetraditsioonid kogu maailmas. See rada juhatas mind ka kaas-aegsete psühholoogide, uurijate ja isegi juhtimisteadlaste (kes on avastanud melanhoolsete ärijuhtide ja loovisikute unikaalsed tugevused ning parima viisi, kuidas neid valla päästa) tööde juurde. Olen jõudnud järeldusele, et mõrumagus ei ole, nagu kaldume arvama, vaid hetkeline tunne või sündmus. See on ka vaikne jõud, olemise viis, pikaajaline traditsioon tulvil inimpotentsiaali, mis kipub tihti märkamatuks jääma. See on autentne ja ülendav vastus probleemile olla elus sügavalt mõrases, kuid ometi nii jonnakalt ilusas maailmas.

Ennekõike näitab mõrumagus meile, kuidas reageerida valule: seda tuleb tunnistada ja proovida muuta kunstiks, nagu teevad seda muusikud, või tervenemiseks või uuendusteks või millekski muuks, mis hinge toidab. Kui me ei kujunda oma igatsust ja kurbust ümber, võime lõpuks teiste suhtes vägivaldseks, domineerivaks või hoolimatuks muutuda. Aga kui mõistame, et kõik inimesed teavad – või saavad teadma – kaotust ja kannatusi, saame pöörduda üksteise *poole*.\*

See idee – muuta valu loovuseks, transtsendentsiks ja armastuseks – ongi selle raamatu tuumaks.

| |

Täiuslik kogukond nagu ka täiuslik inimene esindaks kõiki nelja Hippokratese temperamenti. Aga just nagu paljud inimesed kalduvad ühes suunas, teevad seda ka meie ühiskonnad. Nagu näeme 5. peatükis, põhineb Ameerika kultuur sangviinikutel ja koleerikutel, keda seostame elurõõmu ja tugevusega.

Sangviinilis-koleeriline temperament on tulevikku vaatav ja võitlusvalmis, see ülistab rõõmsat eesmärgikindlust meie isiklikus elus ja õigustatud protestiavaldusi veebis. Me peaksime olema visad, optimistlikud ja enesekindlad; me peaksime julgema oma arvamust avaldada, oskama võita sõpru ja mõjutada inimesi. Ameeriklased hindavad õnne sedavõrd, et salvestasime selle poole püüdlamise oma asutamisdokumentidesse

---

\* Keegi pole väljendanud seda mõtet paremini kui muusik Nick Cave oma veebilehel Red Hand Files: <https://www.theredhandfiles.com/utility-of-suffering>.

ja kirjutasime siis sel teemal veel üle 30 000 raamatu, nagu hiljutine Amazoni otsing näitab. Meid on juba lapsest saati õpetatud põlastama oma pisaraid (piripill!) ja kogu ülejäänud elu oma kurbust eitama. Enam kui 70 000 osalejaga uuringus leidis Harvardi psühholoog dr Susan David, et kolmandik meist mõistab ennast „negatiivsete” emotsioonide, nagu kurbus ja lein, eest hukka. „Me ei tee seda mitte ainult iseendaga,” ütleb David, „vaid ka inimestega, keda armastame, nagu meie lapsed.”

Sangviinilis-koleerilisel käitumislaadil on muidugi ka palju eeliseid. See aitab meil palli väravasse lüüa, kongressis seaduseelnõu läbi suruda, õigete asjade nimel võidelda. Kuid kogu see tuline elulust ja sotsiaalselt aktsepteeritav viha varjatab reaalsust, et kõik inimesed – ka ägedate tantsuliigutuste või vingete fotodega suunamudijad – on haprad ja kaduvad olevused. See tähendab, et meil puudub empaatia nende suhtes, kes on meiega eriarvamusel. Ja me oleme haavatavad, kui ise hätta jääme.

Mõrumagus-melanhoolne meelelaad tundub aga esmapilgul vanamoodne, ebaproduktiivne ja igatsusse takerdunud. See igatseb selle järele, mis oleks võinud olla või võiks tulevikus tulla.

Kuid igatsus on varjatud impulss: see on aktiivne, mitte passiivne; seda on mõjutanud loovus, õrnus ja jumalikkus. Me igatseme midagi või kedagi. Me sirutame end selle järele, liigume selle poole. Inglise keeles igatsust tähistav sõna *longing* pärineb anglosaksikeelsest sõnast *langian*, mis tähendab „pikaks kasvama”, ja saksakeelsest sõnast *langen* – „püüdema, sirutama”. Sõna *yearning* (ihkama) on inglise keeles lingvistiliselt seotud nälja ja janu, kuid ka ihaga. Heebrea keeles on nii sellel kui ka kirge tähistaval sõnal ühine tüvi.

Seal, kus sa kannatad, on teisisõnu koht, kus sa sügavalt hoolid – hoolid piisavalt, et tegutseda. Koduigatsuse tõttu võttiski Homerose Odüsseus ette oma suurejoonelise reisi, mis algas rannal oma Ithaka järele nuttes. Seetõttu on iga armastatud lasteraamatu – „Harry Potterist” kuni „Pipi Pikksukani” välja – peategelane orb. Alles siis, kui vanemad surevad, muutudes igatsuse objektiks, saavad alguse laste suured seiklused. Need lood kõnetavad, kuna keegi pole kaitstud haiguse ja vananemise, lahkuminekute ja leina, katkude ja sõdade eest.

Kõigi nende lugude varjatud sõnum, saladus, mida meie poeedid ja filosoofid *on püüdnud meile sajandeid avaldada*, kõlab nii: meie igatsus on pääsetee kuuluvuse juurde.

Paljud maailma religioonid õpetavad sama. „Kogu sinu elu peab olema üks suur igatsus,” kirjutab anonüümne autor 14. sajandi müstilises teoses „The Cloud of Unknowing” („Teadmatuse pilv”). „Välja arvatud oma Isanda, Kõige Kõrgema näo otsimine. Ja ta saab olema rahulolev,” ütleb koraan (92:20-21). „Jumal on ohe sinu hinges,” nentis 13. sajandil kristlasest müstik ja teoloog meister Eckhart. „Rahutu on meie süda, kuni ta on rahu leidnud Sinus,” on Püha Augustinuse tsiteerituim lause.

Tunnetad seda tõde nendel ajatutel hetkedel, kui oled tunnistajaks millelegi niivõrd ülevale – legendaarne kitarririff, üleiniimlike võimetega akrobaat –, et see paistab kuuluvat mingisse teise, täiuslikumasse ja ilusamasse maailma. Seetõttu austamegi rokkstaare ja olümpiasportlasi – *kuna* nad toovad meile tähesära sellest teisest paigast. Ometi on säärased hetked kaduvad ja me tahaksime selles teises maailmas päriselt elada; oleme veendunud, et just *sinna* me kuulumegi.

Kõige keerulisematel hetkedel on mõrumagusa meelelaadiga inimesed kindlad, et täiuslik ja ilus maailm on igavesti käeulatusest väljas. Kuid helgetel hetkedel püüavad nad seda ellu äratada. Meie kosmosereiside, meistriteoste ja armastuslugude peidetud allikaks on mõrumagus meelelaad. Igatsuse tõttu mängime me kuupaistesonaate ja ehitame kosmoserakette. Igatsuse tõttu armastas Romeo Juliat, samal põhjusel pani Shakespeare ka kirja nende loo ning selsamal põhjusel esitame meie seda ikka ja jälle.

Pole oluline, kas me jõuame nende tõdedeni Pipi Pikksuka, Simone Bilesi või Püha Augustinuse kaudu, kas oleme ateistid või usklikud. Tõed on ikka samad. Kas igatsed partnerit, kes su maha jättis, või partnerit, kellega kokku loodad saada; kas januned õnneliku lapsepõlve järele, mida sul kunagi olema ei saa, või õhkad jumala järele; kas igatsed loomingulist elu või oma sünnimaad või täiuslikumat liitu (isiklikku või poliitilist); kas unistad maailma kõrgeimate tippude vallutamisest või kaunitarist, keda oma viimasel rannapuhkusel märkasid; kas soovid, et

saaksid oma esivanemate valu leevendada, või maailma, milles üks elu teist ei peaks tarbima; kas õhkad kaotatud inimese, sündimata lapse, igavese nooruse allika või tingimusteta armastuse järele – see kõik on ühe ja sama terava igatsusvalu kehastus.

Ma nimetan seda paika, seda seisundit, mida igatseme, täiuslikuks ja ilusaks maailmaks. Juudikristlaste traditsioonis on selleks Eedeni aed ja taevariik; sufid nimetavad seda Hinge Armastatuks. Selle jaoks on ka lõputult teisi sõnu ja väljendeid, näiteks lihtsalt „kodu” või „kusagil vikerkaare kohal” või, nagu ütleb kirjanik Mark Merlis, on see „kallas, millelt meid enne sündi ära viidi.” C. S. Lewis nimetas seda „paigaks, kust oli pärit kogu ilu”. See kõik on üks ja sama – iga inimsüdame sügavaim igatsus; see on see, mille Vedran Smailović esile manas, kui sõjast räsitud tänavatel tšellot mängis.

Viimastel aastakümnetel on Leonhard Coheni ballaad „Hallelujah”, mis jutustab spirituaalsest igatsusest, saanud põhinumbriks, isegi klišeeks talendisaaletes, nagu näiteks „American Idol”. Kuid seetõttu pühkisidki pealtvaatajad rõõmupisaraid, kui kõik need võistlejad seda ikka ja jälle esitasid. Pole oluline, kas peame end ilmalikuks või usklikuks, mingil ürgsel viisil püüdleme kõik taevaste kõrguste poole.

| |

Umbes samal ajal, kui sõbrad mulle juurakooli ühiselamutuppa järele tulid ja ma kurva muusika üle juurdlema hakkasin, komistasin budistliku idee otsa, mis kõlas mütoloog Joseph Campbelli sõnastuses nii: peaksime püüdma „rõõmsalt osaleda maailma kurbuses”. See mõte aina keerles mu peas: mida see tähendab, kuidas see üldse võimalik saaks olla?

Mõistsin, et seda ei tuleks võtta sõna-sõnalt. See ei tähendanud haudadel tantsimist või ükskõiksust kurjuse ja tragöödia suhtes. Otse vastupidi – see tähendas tundlikkust valu ja kaduvuse suhtes ning kannatusi (või rahulolematust – oleneb, kuidas tõlgendada sanskriti keelt budismi esimeses õilsas tões) täis maailma omaksvõtmist.

Ometigi püsis küsimus jätkuvalt õhus. Oleksin ehk võinud sellele vastuse leidmiseks sõita Indiasse või Nepali või õppida ülikoolis ainet

nimetusega Ida-Aasia uuringud. Aga ma ei teinud seda. Ma lihtsalt läksin välja ja elasin elu koos selle ja teiste taoliste küsimustega, mis kunagi mu peast ei kadunud. Miks on kurbus – emotsioon, mis meid pahuraks ja eesel Iiahi taoliseks muudab – elanud üle evolutsiooni surve? Mis paneb meid tegelikult igatsema täiuslikku ja tingimusteta armastust (ja kuidas on see seotud meie armastusega kurbade laulude, vihmaste päevade ja kõige jumaliku vastu)? Miks paistab loovus olevat seotud igatsuse, kurbuse ja transtsendentsiga? Kuidas peaksime tulema toime kaotatud armastusega? Kuidas võttis südamevalust sündinud rahvus üle normatiivsete naeratuste kultuuri? Kuidas pealesunnitud positiivsuse varjus autentselt elada ja töötada? Kuidas elada teadmise, et surmast pole pääsu ei meil ega meie lähedastel? Kas me pärimme oma vanemate ja eelkäijate valu – ja kui nii, kas saame muuta *selle* edasiviivaks jõuks?

Aastakümneid hiljem on minu vastus selles raamatus.

See on ka lugu minu muutumisest agnostikust ... kelleks? Mitte päris usklikuks; ma ei ole rohkem ega vähem agnostiline kui alguses. Pigem olen aru saanud, et spirituaalse igatsuse puudutuse tundmiseks ei pea uskuma kindlasse jumalakäsitusse. Hassiidi mõistujutus märkab rabi, et tema koguduses on üks vana mees, kes jääb tema jutluse suhtes ükskõikseks. Ta ümiseb mehele härrast meloodiat, igatsuse laulu. „Nüüd ma mõistan, mida sa mulle õpetada püüad,” ütleb vana mees. „Ma tunnen tugevat igatsust jumalaga üheks saada.”

Ma olen paljuski selle vana mehe sarnane. Hakkasin seda raamatut kirjutama, et lahendada müsteerium, miks nii paljud meist kurvale muusikale sedavõrd jõuliselt reageerivad. Esialgu paistis, et see on ühe aastatepikkuse projekti jaoks väike küsimus. Kuid ma ei suutnud sellest lahti lasta. Ma ei taibanud siis, et muusika oli lihtsalt värv sügavamasse tsooni, kus märkad, et maailm on püha ja mõistatuslik, isegi nõiduslik. Mõned inimesed sisenevad sellesse tsooni palvete või meditatsiooni või metsas jalutamise kaudu, mind ahvatles aga minoorse muusika värv. Kuid need sissepääsud on kõikjal ja lõpututes vormides. Üks selle raamatu eesmärke on innustada sind neid märkama ja neist sisse astuma.

## Mõrumagususe test

Mõned meist omandavad mõrumagusa seisundi vaistlikult, on seda alati teinud, mõned aga väldivad seda nii, kuidas suudavad; mõned meist jõuavad sinna teatud vanuses või pärast elus ette tulevate katsumuste ja võitude kogemist. Kui tahad teada, kuivõrd aldis oled sellele sina, saad võtta ette selle testi, mille töötasin välja koos uuriva teadlase dr David Yadeniga, kes on John Hopkinsi Meditsiinikooli professor, ja dr Scott Barry Kaufmaniga, kes on tunnetusteadlane ja juhib inimvõimete uurimiskeskust Center for the Science of Human Potential.\* Et saada teada, kui mõrumagus sinu meelelaad praegu on, esita endale järgnevad küsimused ja hinda oma nõustumise taset skaalal 0 (üldse mitte) kuni 10 (täiesti).

- Kas liigutavad telereklaamid toovad sulle kergesti pisarad silma?
- Kas vanad fotod liigutavad sind eriliselt?
- Kas sa reageerid tundeküllaselt muusikale, kunstile või loodusele?
- Kas teised on sind nimetanud „vanaks hingeks“?
- Kas vihmased päevad lohutavad või inspireerivad sind?
- Kas sa tead, mida pidas kirjanik C.S. Lewis silmas, kui ta kirjeldas rõõmu kui „teravat imetabast igatsusetorget“?
- Kas sa eelistad luulet spordile (või äkki leiad ka *spordist* luulet)?
- Kas sa oled mitu korda päevas hingepõhjani liigutatud?
- Kas sa märkad „asjade pisaraid“? (See väljend on pärit Vergiliuse „Aeneisest“.)
- Kas kurb muusika tekitab sinus ülendatud meeleolu?
- Kas märkad asjade juures korraka nii rõõmu kui kui ka kurbust?
- Kas otsid oma argielus ilu?
- Kas sõna „härdateelsus“ seostub sinuga eriliselt?

---

\* Märkus psühholoogidele ja teistele teadlastele, kes on huvitatud mõrumagusa konstrukti uurimisest: kui Yaden ja Kaufman viisid läbi pilootuuringud, mis andsid esialgse hinnangu, ei kaasanud nad veel teisi valideerimisviise, nagu sihtrühmad, ekspertide arvamused, suurem valim ja kinnitav faktoranalüüs. Nad julgustavad huvitatud teadlasi viima läbi rohkem uuringuid, et psühhomeetrististes omadustes veelgi enam veenduda.

- \_\_\_ Kas soovid lähedase sõbraga vesteldes arutada tema kunagisi või praeguseid muresid?  
\_\_\_ Ja see: kas tunned, et ekstaas on käeulatuses?

Võib tunduda, et viimane küsimus ei sobi loendisse. Kuid ma ei räägi optimistlikust väljavaatest või põgusast naeratusesest. Mõtlen seda kummalist joovastust, mille võib luua ihalus. Yadeni hiljutise uuringu kohaselt suureneb eneseületamine (ja ka tema väiksemad sugulased, nagu tänulikkus ja kulgemise seisundid) muutuste, lõppude ja surma – elu mõrumagusate hetkede – ajal.

Tegelikult võib öelda, et kõrgendatud teadlikkus lõplikkusest ongi see, mis inimest mõrumagusaga meelelaadi poole suunab. Porilombis plätserdavad lapsed toovad vanavanematele pisarad silma, sest nad teavad, et ühel päeval saavad need lapsed suureks ja jäävad vanaks (ja nemad seda ei näe). Kuid need ei ole tegelikult kurbusepisarad; need on armastusepisarad sinu südames.

Oma punktisumma teadasaamiseks liida vastused kokku ja jaga see number viieteistkümnega.

Kui sinu summa on väiksem kui 3,8, kaldud sangviinilise temperamendi poole.

Kui sinu summa on üle 3,8 ja alla 5,7, kõigud sangviinilise ja mõrumagusaga meelelaadi vahel.

Kui sinu summa on üle 5,7, tunned tõeliselt seda paika, kus kohtuvad valgus ja pimedus.

Minu raamatu „Vaikne jõud: introverdina maailmas, mis ei lakka rääkimast” lugejatel on huvitav teada, et Yadeni ja Kaufmani uuringud näitasid kõrget korrelatsiooni mõrumagususe testis suure punktisumma saanute ja sellise iseloomujoone vahel, mille psühholoog ja kirjanik dr Elaine Aron määratles kui ülitundlikkuse.\* Yaden ja Kaufman leidsid

---

\* Kummalisel kombel ei leidnud nad seost introvertsusega.



ka kõrge korrelatsiooni kalduvusega „absorbeerida” – mis ennustab loovust – ja mõõduka korrelatsiooni aukartuse, spirituaalsuse ja enese-ületamisega. Samuti leidsid nad väikese seose ärevuse ja depressiooniga, mis ei ole üllatav. Liiga *palju* melanhooliat võib viia seisunditeni, mida Aristoteles nimetas musta sapi haigusteks (*melaina kole*, millest melanhoolia on oma nimetuse saanud).

See raamat ei käsitle neid probleeme, kui tõelised ja hävitavad need ka poleks, ja kohe kindlasti ei ülista see neid. Kui sa arvad, et koged depressiooni või tõsist ärevust või ka traumajärgset stressihäiret, siis tea, et abi on olemas ja otsi seda!

See raamat kõneleb mõrumagusa traditsiooni hüvedest ja sellest, kuidas nende kasutamine saab muuta viisi, kuidas me loome, kuidas lapsi kasvatame, kuidas juhime, kuidas armastame ja kuidas sureme. Loodan, et see aitab meil ka mõista üksteist ja iseennast.