

Buddhismens syn på självmord

Jag får ofta frågor av skolelever (och andra) på vilka jag försöker skriva svar så gott jag kan. Jag är ingen expert men jag delar gärna med mig av det lilla jag kan och mina personliga erfarenheter. Man måste komma ihåg att det inte finns några svart-och-vita svar inom Theravada-Buddhismen och annan Buddhism utan allting är en blandning av svart och vitt.



När jag svarar så har jag ingen fördömande eller auktoritär attityd men däremot så har jag rätt att vara kritisk och granskande som jag har lärt mig inom Theravada-Buddhismen (t.ex. från Buddhas tal till *Kalama*-folket och utforskande/undersökande inställning (*Vimamsa*) som tillhör *Iddhipada* en av de 37 förutsättningar att nå upplysningen)

De svar som jag ger är bara en syn hur en utövande Buddhist kan se på aktuella frågor som finns i vårt samhälle.

Om självmord (eller självoffer)

Ibland så har jag fått frågan om vilken syn har Buddhister på självmord. Mitt svar har alltid varit att det är helt oförenligt med Buddhas lära. Jag började med att fråga min vän Tobias Heed som har varit munk i *Wat Marp Jahn* i Thailand mellan 2011 till 2012 - "Vad säger munkreglerna?" Efter ett par dagar så gav han mig detta svar via e-post:

"Här kommer lite info om självmord i *Vinaya* (regler inom munk/nunneorden):

På sidan 81 i *Buddhist monastic code* står det:

'The pārajika offense (alltså att man blir utesluten) is for killing a human being aside from oneself. A bhikkhu who attempts suicide incurs a dukkaṭa (dukkata betyder "förseelse" eller "felaktig handling").'

Alltså det är en dukkata-överträdelse att försöka göra självmord.

Kan läsas på <http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/thanissaro/bmc1/bmc1.ch04.html>

Det står också att om man rekommenderar att någon annan tar självmord eller pratar om fördelarna med döden och detta leder till att en annan person tar självmord - då blir man utesluten från sanghan. Alltså det är en *Parajika*, den grävsta av förseelser.

'Recommending suicide. This includes not only telling a person to commit suicide but also giving advice — whether requested or not — on the best ways to commit the act.'

Jag tycker att detta svar säger allt. Vad jag har lärt mig i Thailand och inom *Theravada* så anses det också vara ett brott mot den första regeln i *Pañca Silas*. Där den första regeln/övningen för lekfolk innebär att man inte skall sära eller förstöra liv för någon annan. Men det gäller också att inte göra det mot sig själv.

Inom Buddhismen är det ultimata att bli upplyst, att nå *Nibbana*, och självdestruktiva handlingar anses vara kontraproduktiva i den meningen.

Eftersom Buddhister tror på reinkarnation så tror en Buddhist (och framförallt inom Theravada) på att om man begår självmord på grund av ilska, depression eller lust att fly från ett lidande (eller annat problem), så återföds man i ett sämre stadie. Man kan läsa om de olika stadierna var man kan födas när man har dålig *kamma* på min hemsida www.buddhisminfo.se.

Gå där in på *Föredrag och föreläsningar* och **PDF-filerna** nr 32, 33, 34 och 36. Eller **PDF-filen** om *de 6 Buddha riken (livets hjul)* som finns på AMM:s historia, den finns på länken – [Om mig själv](#). Det finns mera om detta ämne på Tobias sida. Gå in på länken Tobias sida, PDF-filen finns på övrigt och ämnet heter *Återfödelse – En öppnande inblick*.

Den mest grundläggande Buddhistiska insikten är att lidandet existerar så länge vi inte nått upplysningen (*nibbana*). Det går inte att undkomma lidandet på annat sätt än att utplåna dess orsaker som hat, egoism/begär och okunnighet och odla dess motsatser som medkänsla, generositet och visdom.

Jag kan också tillägga, vill man övervinna lidandet och nå *nibbana* då gäller det att praktisera de fyra ädla sanningarna och den ädla åttafaldiga vägen. Det är den enda vägen ut ur lidandet och det var denna sanning som Buddhan såg i den tredje natten av sin upplysning.

Min syn på självmord

Att tro att självmord är ett sätt att få slut på lidande är att lura sig själv. Den *kamma* som manifesterar sig som lidandet finns kvar och kommer att ta sig ännu värre uttryck i framtida liv. Istället bör man utnyttja sitt lidande som en möjlighet att utveckla just de egenskaper som gör det möjligt att bli helt fri från lidande - att studera och tillämpa den ädla åttafaldiga vägen.

Istället för att se lidande som något negativt kan man försöka att se – att lidande kan ge möjlighet att utveckla vissa egenskaper.

Orsaken till att människor försöker begå självmord är många. Men ofta finns det en känsla av hopplöshet, en brist på framtidstro att man inte kan ändra på något eller en mycket låg värdering av det egna livet.

Människor som upplever depression har en psykisk störning och är djupt nedstämda i vilket man upplever tungsinne, svärmod, dysterhet och pessimism. När man upplever allt det där så upplever man att det inte finns någon väg ur lidandet och då tror man att självmord är en lösning.

Utvägen är den ädla åttafaldiga vägen

När man lider som mest bör man försöka att utveckla en tankegång där man förstår att livet är ett lidande eller att leva är ett lidande men att det finns en lösning på detta problem och det är att gå Buddhas lära – den ädla åttafaldiga vägen.

Man kan öva sig på – att utveckla medkänsla/medlidande med den som upplever liknande lidande eller har det värre än jag.

Man kan öva sig på – att försöka förstå att fastän man upplever lidande nu, så kommer det inte att vara för alltid, för allting förändras, inget är bestående i denna värld.

Man kan öva sig på – att försöka förstå *samsaras* natur (återfödelsens hjul - som är en cykel av födelse, död och återfödelse av levande varelser samt även död och återfödelse av föroreningar i sinnet) och en önskan att nå upplysning för att bli fri från lidande och hjälpa andra bli fria från sitt lidande.

Om man har lite insikt i *Kamma*, kan man också se att lidande renar negativ kamma.

Jag kan garantera att det skadar dig själv mer att begå självmord än att leva med sin sjukdom. Om man tar möjligheten till att lära sig att inse att livet är ett lidande så är det början till att man kan nå upplysningen, med andra ord ett sätt att rena sitt sinne och utveckla medkänsla och visdom.

Det som är skadligt för sinnet är om man istället låter lidandet leda till att man utvecklar ilska, självömkan, hat, egoism o.s.v.. Det är inte lidandet i sig själv som är skadligt, utan dessa sinnestillstånd och att fundera på eller att göra självmord vilket i sig är ett dåligt sinnestillstånd.

Mahayana-Buddhismens syn



Inom andra traditioner av Buddhismen som Mahayana och den Tibetanska Buddhismen så har man lite olika uppfattningar om frågan att taga sitt liv.

Den 11:e juni 1963 brände sig den Buddhistiske munken *Thich Quang* till döds på en gata i Saigon. Dessa oförglömliga protester var varken riktade mot USA:s inblandning i

Vietnam-kriget eller kriget i sig själv. De var riktade mot Sydvietnams president *Ngo Dinh Diem* och hans regerings behandling av Buddhister, detta enligt Katarina Plank som höll en föreläsning om ämnet.

När Katarina Plank höll ett föredrag, som handlade om brinnande Buddhister i Sensus lokal i Malmö (mars 2013), så menade hon att det var mer som en politisk protest och hon förklarade också att själv-offer är ett återkommande tema i buddhistiska traditioner i Kina, Tibet och även Japan (men ej i *Theravada*-traditionen).

I *Lotus sutran* som är en viktig skrift inom *Mahayana*-Buddhism så är det tillåtet att begå självmord när man har nått en viss upphöjd nivå i livet som *Nibbana* (att vara upplyst) och har man nått detta stadium så är det tydligen fritt fram.

I Kina och Japan utfördes ibland sådana rituella självmord där munkarna drack te av olika örter (ibland med alkohol) under flera dagar för att sedan begravas levande. Där kunde sen munken sitta i flera dagar innan han dog. Lyckades självmordet fullt ut blev liket balsamerat och kunde hamna i en stupa (en buddhistisk kultbyggnad).

Däremot var det inte tillåtet att begå självmord (eller självoffer) om man inte var upplyst. De som inte hade nått *Nibbana* hade en lång väg att gå med många återfödslar (kan taga många människoliv), medan en upplyst persons handlingar inte längre anses generera dålig *kamma*.

Ett antal Buddhistiska munkar i Tibet (jag anser att de inte är upplysta) har i modern tid tagit livet av sig i politisk protest genom att dränka in sig i bensin och antända sig på offentlig plats. På samma sätt som *Thich Quang* den vietnamesiske munken gjorde 1963 i Vietnam.

Berättelser om *Bodhisattvor* som offerar sig (själv-mord) var oerhört populära i det medeltida Indien. Likaså var det också populärt att förstöra/fördärva sin kropp genom att tända eld på dem så att de blev mer fula (deformerade). Under vissa perioder i Kinas historia var sådana metoder så vanliga att regeringen var tvungen att förbjuda dem.

Slutord

Man kan läsa i *Godhika Sutta* om fallet *Godhika* (vers 57 i *Dhammapada* skall tydligen ha med honom att göra) eller *Vakkali Sutta* att de kunde göra självmord eftersom de var upplysta och även varit sjuka en längre tid (om jag har förstått det rätt) och även fått Buddhas välsignelser när de hade gjort det och att de inte kunde få en dålig *kamma* enligt Buddha eftersom de hade nått upplysningen. Allt detta kan man läsa i *Samyutta Nikaya*.

Men i slutändan så kommer frågan: ”Kan en *Theravada*-Buddhist göra självmord eller är det rätt att göra självmord om man är Buddhist?” Svaret är helt klart. **Nej, det är det inte.** Det står klart och tydligt i *Vinaya*-reglerna som man har inom munk/nunneorden. Mer specifikt på sidan 81 i *Buddhist Monastic Code*.

Källor

Bo Wimark – Kamp mot Kriget (Buddhisternas kamp i Vietnam).

Tobias Heed – som gav mig information om The Buddhist Monastic code, Vol. 1.

Katarina Plank - som inspiratör och en del anteckningar jag gjorde när hon var i Sensus lokal den 13 mars, 2013 och höll föredrag om Brinnande Buddhister.

Det var jag, med Tobias hjälp, och inte glömma Anna Ferrington och Sensus som bjöd in henne till föreläsningen som handlade om Brinnande Buddhister. Inträdet var *Dana*-baserat. Utan Sensus hjälp hade föredraget ej blivit av.

Länkar som jag ha använt:

www.wikipedia.org

www.buddhanet.net-learning/dharmadata.htm

www.palikanon.com

www.dhamma.se



Dietmar Dh. Kröhnert.

Malmö den 23 juni, 2013.