

## Nibbana/nirvana kan vänta

---

Det händer ibland att när man sitter med sina vänner som själva praktiserar de 4:a ädla sanningarna att man kommer in på ordet *Nibbana*. Det är ju det långsiktiga och slutliga målet i den buddhistiska läran.

Det är inte bara en teori, utan något som vi alla kan uppleva i detta liv. Att försöka beskriva vad *Nibbana* är det försöker jag undvika. Men den som vill veta kan läsa om det i *Dhammapada* (vers 204 eller 89 som exempel) eller läsa min PDF-fil – *Buddhismens syn på befrielsen*, där jag har skrivit lite om ämnet eftersom jag ofta får denna fråga från skolelever.

Men jag anser att försöka att exakt tala om vad *Nibbana* är eller att försöka beskriva denna upplevelse är mycket svårt eftersom det är bortom alla ord och begrepp. Jag anser också, ju mer man pratar om det, desto mindre vet man.

*Nibbana* innebär att de fyra fördärven *Asava* (inflöde av orenheter, fördärv) upphör att existera.



Inom Theravada-Buddhismen skiljer man mellan fyra typer av begär. De flesta tänker spontant på den första typen, det sinnliga begäret (sex, sprit och nikotin är till exempel mycket svåra att övervinna).

De andra begäret är: att finnas till, som innebär en föreställning om att ens personlighet är så unik och påtaglig att man inte kan tänka sig att den kan försvinna en dag. Eller illusionen om att vi har ett bestående jag.

Begär efter okunnighet är en tredje form. Finns den inte? Är inte alla nyfikna och ständigt på jakt efter mer information? Det är inte säkert. Det kan vara så att vi bara söker kunskap som ytterligare förstärker de övertygelser vi redan har.

Den fjärde formen är begäret efter teorier/åsikt och trosuppfattningar/tolkningar. Vi vill gärna ha en överskådlig och lättläst karta över tillvaron som ger oss illusionen att vi kan komma rätt. Om sedan kartan stämmer med verkligheten eller inte – det är vi inte lika angelägna om att ta reda på.

För jag anser att ord (namn, termer) är symboler som representerar en massa idéer som vi tror vi känner till men de kan inte beskriva den yttersta verkligheten eller sanningen bortom tanken, eftersom *Nibbana* är en transcendental/översinnlig upplevelse.

När jag pratade med min mästare *Ven. Somyong*, som jag anser är en upplyst människa, och som jag träffade i *Wat Do Sa Get* sommaren 2008 utanför Chiang Mai, om detta ämne så log han bara. Han sa ungefär så här: ”De som vet pratar inte om det men de som inte vet pratar gärna om *Nibbana*.”

Jag delar hans syn. *Ven Somyong* sa inte mycket, men ändå så visste jag att han var upplyst. För från honom kommer mäktiga krafter/energier som påverkande och förändrade hela mitt liv.



Språket gör att vi upplever världen som bestående av konstanta företeelser medan allt egentligen är en process av förändringar. *Nibbana* befinner sig bortom språket. Sinnesfrid och inre harmoni är på så sätt den enda sanna beskrivningen. Ändå finns det en massa tolkningar och beskrivningar om *Nibanna* i pali-texterna.

*Nibbana* kan man säga betyder ”upplysning” eller ”uppvaknade”. Det betyder också att något har slocknat, eller ”det vindstilla”. Det betyder också befrielse från allt som binder: från begär, hat och okunnighet, från återfödelsens kretslopp. Men oavsett vad man kallar och tolkar det som så är slutmålet för varje Buddhist att nå *Nibbana*.

## **Den folkliga Buddhismen**

Men hur ser en lekman i Thailand på *Nibbana*? Vilken syn har den folkliga Buddhismen i Thailand på *Nibbana*? Jag tycker att det är en intressant fråga som jag naturligtvis inte har något entydigt svar på men jag tänker på hur läran tillämpas och tolkas av människor i vardagslivet i Thailand. Jag skall göra ett försök att beskriva det, efter alla mina år i Thailand.

En sak är säkert - det finns många former av Buddhism när man besöker de olika templen i Chiang Mai. Man kan se många hinduistiska, tantriska och Mahayana-buddhistiska influenser. Tillbedjan av avbildningar av Buddha är ett Mahayana-buddhistiskt inslag.

Animistisk tro på andar, magi och astrologi är också vanligt. Thailändarna tror att Buddhismen är en av de tre krafterna som ger deras kungadömen sin styrka. De andra krafterna är monarkin och nationen. Religiösa ritualer är integrerade i vardagen, särskilt i form av samlande av meriter.

Många lekmän i Thailand besöker sina lokala *Wat* (tempel) minst en gång i veckan. Vanligtvis offerar man till en Buddha-bild, lyssnar till munkarnas mässande och en *Dhamma*-predikan, samt mottager välsignelser av munkarna.

Man lagar mat att ge till munkarna och gör även en gemensam måltid för de som är i templet. Församlingsmedlemmarna finansierar ofta byggnads- och restaureringsarbeten och andra sociala projekt. Allt detta kan man uppleva när man är i *Wat Phan On* i Chiang Mai.

I den klassiska Theravada-Buddhismen (skogstraditionen framförallt) får man lära sig att målet för människans liv är utslocknande av alla begär, att bli en *Arahant* och därmed nå *Nibbana*.

Det är bara en liten minoritet av befolkningen som omfattas av en sådan inriktning. De som har försakat allt (*Nekhamma*). Där finns ingen mobil, Internet osv. Templet *Luang Pu Mun* i norra Thailand är ett bra exempel.

Alla mina vänner i Chiang Mai och de flesta i Thailand var mer inriktade på att leva så att de skulle få en bättre återfödelse. För dem stod *Samsara* i centrum i religionen. *Nibbana* kunde vänta sa de till mig. De sa också att de inte hade den andliga mognaden för att inrikta sig på det slutliga målet.

När det gäller Buddhismens grunduppfattning om att allt är lidande så avvisar de inte den, men menade att de inte hade nåt dit i sin andliga utveckling än för att bli munk eller nunna, för att helt övervinna lidandet. Thailändarna förkastar inte världen utan bejakar den och acceptera den och förnekar inte att det finns lidande i världen utan försöker göra det bästa av situationen.

Man är fäst vid kvinnor (eller män) och barn, strävar efter bättre bostäder, bilar och dyrare kläder, söker njutning i god mat, spriten, sex och genom att tjäna mycket pengar. Läran om Lidandet är visserligen svår att motbevisa menar Thailändarna men de har själva inte nått den grad av fulländning (visdom, insikter) som tillåter dem att leva som en munk eller nunna, och därmed taga steget fullt ut.



Theravada-Buddhister brukar förklara skillnaden när det gäller livsideal och strävan som en skillnad mellan den snabba och den långsamma vägen. Den som snabbt vill nå *Nibbana* väljer munk eller nunnelivet.

Den långsamma vägen innebär att man först lever ett antal vanliga liv innan man inriktar sig på *Nibbana* och blir munk eller nunna.

Det gäller att skaffa sig en bra återfödelse genom att samla meriter. Då kan man kanske nå någon av de 26 himmelska boningar (de himmelska varelsernas värld).

### **Några slutord**

Ja, då kan man ju undra om det där med uppvaknade, upplysningen och *Nibbana* (som man bara kan uppnå när man har försakat allt – *Nekhamma* och det gör man bäst i ett kloster) och dess olika stadier överhuvudtaget är intressant för den moderna västerlänningen?

Är det något som vi kan tro på eller är det bara en massa metafysiska spekulationer? Hur kan vi veta att vi har levt tusentals liv om vi inte kommer ihåg dem? Finns *Nibbana*? Det finns ju munkar som har levt i en *Sangha* i över 35 år i skogstraditionen men ändå inte uppnått *Nibbana*. Då finns inte *Nibbana* eller?

Ja, de här frågorna måste vi var och en ställa oss själva. Jag anser att man inte behöver ha dessa höga mål för att ägna sig åt meditation och *Dhamma*. Det räcker med en vilja att försöka förstå sig själv och livet bättre och inse att livet är ett lidande. När man gör det då är det lättare att utveckla och känna medlidande med sina medmänniskor och allt annat liv.

Att ägna tid åt stillhet och meditation/koncentration (*satipatthana*) kan aldrig skada i vårt stressiga samhälle. Att tillämpa de fyra ädla sanningarna och den ädla åttafaldiga vägen gör att livet blir lugnare och livet blir lättare att leva. Den dag då upplysningen/uppvaknandet kommer då tror jag att man har blivit redo för det. Men då behöver vi en meditations-teknik/metod som vi måste praktisera varje dag.

Då kommer en smak av eller början till uppvaknandet/upplysningen en dag. Det kan jag lova (det finns 4:a stadier av uppvaknande).

## **Källor**

---

Knut A. Jacobsen – Buddhismen.

Thailand – Första klass resguider.

Marie Ericsson – kom och se (om meditation och Theravada-buddhismen)

Religionskunskap A + B – Gleerups.

Christer Hedin – Österns religioner.

Buddhistiskt lexikon på tyska.

### **Länkar som jag har använt:**

[www.palikanon.de](http://www.palikanon.de)

[www.dhamma.se](http://www.dhamma.se)

### **Dietmar Dh. Kröhnert,**

Malmö 16:e Juli, 2013.

Bilden togs i Hamburg 7:e juli, 2013 när jag besökte det  
Thailändska templet *Wat Buddhaharami* i Hamburg.

Där studerade, mediterade och reflekterade jag över de 4:a  
ädla sanningarna.

