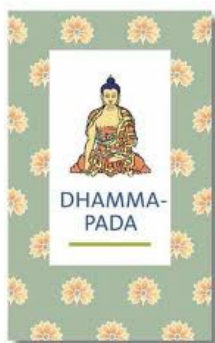


Hur en lekman ser på Sotapanna

cc

När jag sysslade med Mahayana-Buddhism (eller den västerländska Buddhism) så trodde jag alltid att en *sotapanna* var den som inte längre hade något tvivel på Buddhas lära, även insett att vi inte har något bestående jag utan att vi bara består av processer och tillslut att inga riter/ceremonier kan befria oss från Lidande eller föra oss till *Nibbana*. Och eftersom jag hade förstått det så var jag en *Sotapanna*, stämmer denna verklighet eller är det inte bara självbedrägeri?

När man pratar om *Sotapanna* så får man inte heller glömma *Sotapannassati-angami* som är 4 karakteristiska egenskaper hos en som övervunnit strömmarna: Orubblig tillit/förtroende till Buddha, Dhamma och Sanghan och sen skall man ha en oklanderlig moral (*Pancha Silas*).



Läser man i *Dhammapada* vers 178, som handlar om att stiga ner i floden, så innebär det ett bildligt uttryck för omvändelse (frälsning, pånyttfödelse, en sinnesändring eller byte av åsikt).

Med floden avses den ädla åtta faldiga vägen som är Theravada-Buddhisternas utvecklingsväg till *Nibbana*.

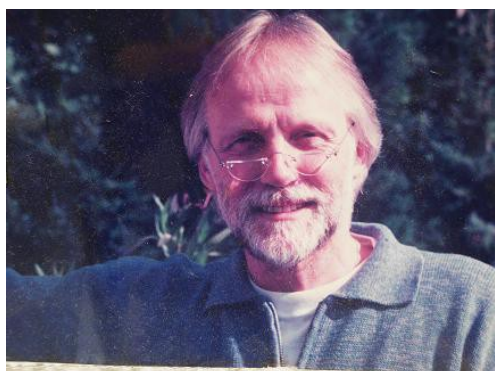
Man kan även läsa i *Dhammapada* vers 85 hur svårt det är att komma över till andra sidan stranden.

Man kan säga att Buddhismens färd till *Nibbana* är andra stranden. Återfödelseernas kretslopp (*samsara*) är den första stranden. För att nå den andra stranden kan man behöva flera människoliv.

Den som har nått ett visst utvecklingsstadium kallas *Sotapanna*, en som har gått ner i floden (vers 178 i *Dhammapada*). Den som har nått den andra stranden kallas för *Arahant* (kapitel 7 i *Dhammapada*). När man studerar dessa skrifter så inser man det är ett mycket högt stadium som är mycket få förunnat.

När Tobias Heed besökte mig den 17:e juni 2014 så pratade vi en del om detta ämne. Jag ansåg ju att han var en *Sotapanna* eftersom han hade försakat allt, sin bostadsrätt, ett bra jobb o.s.v. för att bli munk (som han troligen blir nästa år).

När han besökte mig var han en *Anagarika* som behövde följa åtta regler (*Attha Silas* kallas också för *Uposatha Silas*). När jag sa det till honom att jag ansåg att han var en *Sotapanna* så menade min vän att han inte var det och att det var ett mycket högt tillstånd som få hade uppnått.



Jag minns ordet *Sotapanna* såväl. Första gången jag hörde det var år 2000 nere i Hamburg (Haus der stille) när jag blev en ordens kandidat för AMM/Govinda. Då fick jag genomgå en ceremoni där jag lovade att inom 3 till 7 år skulle bli en fullvärdig medlem genom studier och bli en *Rev. Karunavajra*, då var jag en *Upasaka Dhammaitra*.

Jag minns då hur min lärare *Rev. Bodhivajra* sa att jag nu hade gått ner i floden och var en *Sotapanna*. Och att jag hade befriat mig från de tre bojorna av de 10 bojorna. (*samyojana*).

De 10 bojorna är enligt Theravada – Att vi har ett jag (eller egen åsikt) - Tvivel/skepsis – fastklamrande vid regler/ceremonier – Sinnesbegär – hat/illvilja – begär efter icke-materiell existens – egenkärlek – rastlöshet/oro och till sist okunnighet.

Det skulle då innebära att jag som lekman är en *sotapanna*, har stigit ner i floden och därmed uppnått det första stadiet av uppvaknande eller upplysning. Men sen jag har kommit i kontakt med Theravada för 10 år sedan har jag inte längre denna uppfattning.

Jag anser att en *sotapanna* har uppnått en intuitiv (visdom, djup insikt) förståelse av Dhamma (den ädla åttafaldiga vägen) och har fullt förtroende till de tre juvelerna (Buddha, Dhamma och Sanghan). Och inte nog med det - han eller hon har också utrotat de tre bojorna (*Somyojanas*) och därmed kommit ett steg närmare upplysningen.

Men för att bli en *Sotapanna* så är moralen (*Pancha Silas*) mycket viktig. Jag anser det vara avgörande. Om en människa både röker/snusar, dricker och sitter fast i andra begär så anser jag inte att han eller hon har uppnått detta djupa stadium som kallas för *Sotapanna* (och inte heller *Nibbana*)

En som är *Sotapanna* har också förstått livets tre kännetecken enligt *Phra Maha Sompong* som jag pratade ofta med när jag studerade i det Buddhistiska Universitetet i Chiang Mai (november 2012 till februari 2013). När jag hade äran att taga tillflykt i det Buddhistiska Universitetet i templet *Wat Suan Dok* så blev jag glad över att *Phra Maha Sompong* skulle leda det.

Jag hade under dessa två månader som jag studerat här träffat honom och frågat honom om Buddhas lära, om *Sotapanna* och *Nibbana*. Han menade att detta var sådana djupa nivåer som man inte kan studera/läsa sig till det utan man måste uppleva dessa nivåer inom meditationen. För att nå dit, så sade han till mig, så gäller det att förstå och praktisera de 4:a ädla sanningarna. Förstår man inte dem så kan man knappast vara en *Sotapanna* eller uppnå *Nibbana* enligt *Phra Maha Sompong*.

En *sotapanna* är för mig en person som har gått ner i floden och det är framförallt de som är munkar och nunnor. Med andra ord de som har försakat allt (*nekhamma*). Men när det gäller Mahayana i väst och den västerländska Buddhismen så anser jag att man har sänkt ribban. Nu kan vem som helst nå detta stadium precis som man ofta kan höra att de har uppnått *Nibbana* eftersom de har kommit så djupt i sina meditationer.

Dharmapala och den moderna Buddhismen



Jag tror att denna ide (det står även i *suttorna* att lekmän kan uppnå *Sotapanna*) kommer från den moderna Buddhismen i Sri Lanka. *Anagarika Dharmapala* (Don David Hewavitarane, 1864-1933) menade att alla kunde följa *sotapanna*-vägen, antingen man var munk eller lekman. Lekmän kunde också bli en *sakadagami* osv. *Dharmapala* var varken munk eller lekman, han var något mitt emellan

Han levde i celibat men deltog även i politiken (där han bidrog till att förena nationalism med Buddhismen) i kontrast mot den tidens skepsis bland Theravada-buddhister mot att någon i vår tid kunde uppnå de högsta stadierna som *Nibbana*, öppnade *Dharmapala* att alla kunde bli en *sotapanna* och att alla kunde uppnå *Nibbana*.

När jag studerade detta ämne så kan man läsa i *Suttorna* som *Anguttara Nikaya* 10.92 och säkert i andra *Suttor* som talar om att även lekmän kan nå detta stadium.

Jag förnekar inte det och jag förnekar inte heller att en lekmän även kan nå *Nibbana* men jag anser att det är mycket få människor som når detta djupa tillstånd. De som har nått dit, pratar inte om det för allmänheten för det kan leda till en massa uppfattningar. I den västerländska Buddhismen så pratar man gärna om det, men ej så vanligt i Theravada.

Inom Mahayana (och den västerländska Buddhismen) så har man sänkt ribban så att i stort sett vem som helst, utan försakelse, kan komma till detta stadium. Lite ödmjuk måste man vara och jag anser att *nekhamma* (försakelse, att avstå från det världsliga) är det första steget för att bli en *Sotapanna* och det är anser jag de som är munkar eller nunnor.

En gång i tiden trodde jag på denna ide. Jag gör det inte längre. Men detta synsätt, att vi alla som har övervunnit tvivel, icke-jaget och ritualerna; att man då skulle då vara en *Sotapanna* är en mycket vanlig syn i väst. Min vän Ludwig i Bayern/Tyskland som är Theravada-Buddhist och lekman tror att det är så.

Dessa 4:a stadier av upplysningen (eller uppvaknanden) anser jag numera att man bara kan uppleva när man är munk eller nunna. Visst kan även lekmän göra det, men det är mycket få förunnat och sällsynt. Men jag vet att lekmän inbillar sig gärna att de har nått det ena stadiet efter det andra vare sig det gäller *sotapanna* eller något annat i sin meditation utan att ha försakat något.

Jag ser det så här

Medlemmarna i den Buddhistiska munkorden är indelade i fyra kategorier allt efter hur långt man har kommit på vägen som skall leda till frigörelsen. De munkar som har hunnit kortast bit på vägen kallas för *sotapanna* – vilket betyder en som har gått ner i floden som leder till *Nibbana*. De kommer inte att återfödas till det sämre stadiet.

De munkar som kommit längre kallas för *sakadagami*, en som återvänder en enda gång och de kommer bara att återfödas en gång innan de kommer att uppnå *Nibbana*. De munkar som har nått ännu längre än så kallas för *anagami*, icke-återvändare.



De munkar som redan förverkligat *Nibbana* (som *Ven Somyang* som jag träffade i Thailand i *Wat Doi Sa Get* utanför Chiang Mai 2008) kallas *arhater* och de kommer inte att återfödas mer.

När man tar tillflykt till Sanghan då tar man tillflykt (skydd) egentligen till de som har uppnått en viss grad av frigörelse.

Jag tror att det är så här

Det finns många tolkningar av *Sotapanna*. Se bara på historien om hur man bygger en flotta för att komma över till andra sidan av floden. Om det kan man läsa i *Maha Nikaya* 22 (Liknelsen av flotten). Jag måste erkänna att jag inte har kommit över till andra sidan med flotten (*Nibbana*) och

jag är inte heller en *Sotapanna* (som har gått ner i floden/strömmen). Jag är bara en lekman som har en ytlig förståelse av Buddhas lära.

Varför diskuterar man så ofta i den västerländska Buddhismen om *Nibbana* eller *Sotapanna*-begreppen eller om hur långt man har kommit i sin meditation. Det är inget ovanligt att man kan få höra från västerlänningar att man har kommit till den 5:e nivån av *Jhana* eller den 8:e nivån av *Jhana* när de har mediterat osv. Men jag är mycket skeptisk till dessa berättelser.

Jag tror att det är så här:

Då intresset i den västerländska Buddhismen är inriktad på personlig upplevelser så är det en form av Buddhism som först och främst är en meditationstradition man är ute efter. En teknik där man kan nå *Nibbana* helst utan försakelse (*nekkhamma*) där man inte vill avstå från någonting, exempelvis alkohol, cigaretter eller snus (och sex).

Det är Buddhismens *Nibbana*-nivå som har lockat människor till den västerländska Buddhismen. Denna form av Buddhism är nästa uteslutande ett lekman-fenomen där man sätter pris på Buddhas lära. Kursverksamheter är det viktigaste sättet att sprida Buddhismen.

Slutord om detta ämne

Eftersom Buddha hade levt många liv och strävat och förberett sig för att bli upplyst så kunde han en dag för 2500 år sedan uppnå detta mål. Inom Theravada-Buddhismen pratar man om de fyra stadierna av upplysning (eller uppvaknande) och även om att de 10 bojorna faller bort allteftersom man uppnår de olika stadierna, vilket kan ta mycket långt tid. Jag har hört att det kan ta flera liv av meditationsträning mellan dessa stadier av upplysning och att man tillsist uppnår *Nibbana*.

Alla de här frågorna och teorierna om *Sotapanna*, *Nibbana* och hur djupt man har kommit i sin meditation eller i sin andliga utveckling måste var och en ta ställning till för sig själv och känna efter om de ger något känslomässigt gensvar i vårt inre och om det främjar vår andliga utveckling att syssla med dessa teorier. Jag håller dessa teorier för överflödiga. Buddha säger själv – ”Den som vänder sig bort från teorier är insiktsfull och karaktärsfast...” (*Sutta Nipata* 143-152).

Vi som är lekman behöver inte ägna oss åt dessa höga mål. För oss är det viktigt att utveckla *Saddha* (tillbedjan, tilltro), *Dana* (att ge gåva, generositet) och att öva oss på de fem etiska övningarna, på vår moral/etik (*Pancha Silas*). Visst det är också bra att ägna sig åt Buddhas lära och att meditera.

Det räcker med att meditera 45 minuter till 1 timme varje dag så att vi kan förstå oss själva och livet. Det är alltid bra att ägna sig åt 1 timmes stillhet varje dag och vila våra sinnen för att kunna handskas och konfrontera alla de problem som finns i det stressiga samhället.

Sinneslugn/harmoni och de fem etiska övningarna gör livet lättare att leva. Ju mer vi tillämpar den ädla åttafaldiga vägen så kommer någon form av uppvaknande och vi blir lyckligare. Det kan jag lova, men jag tänker inte sätta någon etikett på den.

Källor som jag har använt

Knut A. Jacobsen – Buddhismen.
Dhammapada – Rune E. A. Johansson.
Marie Ericsson – Kom och se – om meditation och Theravada-Buddhism.
Sutta Nipata – Rune E. Johansson.

Tobias Heed och hans inspiration när vi pratade om detta ämne när han besökte mig.

Mikael Arvidsson - som skickade ett par *suttor* till mig där han visade mig att även Lekmän och kvinnor hade blivit *sotapannor*.



Bilden föreställer Mikael, jag och Tobias förra året i Wat Sanghabaramee utanför Eslöv.

Länkar som jag har använt:

www.palikanon.de
www.dhamma.se
www.wikipedia.org

Efterord

När jag 2012 hade äran att få studera i det Buddhistiska Universitetet *Wat Suan Dok* i Chiang Mai öppnades det många dörrar för mig. Jag hade många samtal med munkarna i *Wat Suan Dok* som studerade där vilka var från Bangladesh, Vietnam, Sri Lanka, Burma osv. Där brukar vara 1000 munkar varje dag som studerar och då fick jag reda på hur man kunde se på begreppet *Sotapanna*, *Nibbana*, Buddhism och politik och mycket annat.

Min vän (och som jag tog tillflykt till) *Phra Maha Sompong* i *Wat Suan Dok* gav mig värdefull information om detta ämne, om *Sotapanna*.

Sen vill jag inte glömma mina vänner (munkar) i *Wat Pan On* som jag ofta hade diskussioner med om detta ämne (*Sotapanna*). Från november 2013 till februari 2014, i Chiang Mai/Thailand.

Dietmar Dh. Kröhnert,
Malmö, 6:e juli 2014.

