

## Soetra over de Oudere

Aldus heb ik gehoord van de Boeddha in de tijd dat deze verbleef in het klooster in het Jeta Park in de stad Shravasti. Er was daar een monnik met de naam Thera (Oudere), die altijd het liefst alleen was. Wanneer hij maar kon, prees hij de beoefening van het alleen leven. Hij ging alleen bedelen en hij zat alleen te mediteren.

Op een dag kwam een groep monniken bij de Heer. Zij betuigden hun respect door voorover te buigen voor zijn voeten, opzij te stappen, op enige afstand te gaan zitten en zeiden: "Gezegende, er is een oudere, Thera genaamd, die niets anders wil dan alleen zijn. Hij prijst altijd de beoefening van het alleen leven. Hij gaat alleen naar het dorp om te bedelen, gaat alleen terug naar huis en zit alleen te mediteren."

De Heer Boeddha zei tegen één van de monniken: "Ga alsjeblieft naar de plek waar de monnik Thera leeft en zeg dat ik hem wil zien."

De monnik gehoorzaamde. Toen de monnik Thera de wens van de Boeddha hoorde, kwam hij zonder aarzeling, boog voorover voor de voeten van de Boeddha, stapte opzij en ging op enige afstand zitten. Toen vroeg de Gezegende aan de monnik Thera: "Is het waar dat je het liefst alleen bent, het leven in eenzaamheid prijst, alleen gaat bedelen, alleen vanuit het dorp naar huis gaat, en alleen zit te mediteren?"

De monnik Thera antwoordde: "Ja, dat is waar, Gezegende."

De Boeddha vroeg aan de monnik Thera: "Hoe leef je alleen?"

De monnik Thera antwoordde: "Ik leef alleen; niemand anders leeft met mij samen. Ik prijs de beoefening van het alleen zijn. Ik ga alleen uit bedelen en kom alleen terug uit het dorp. Ik zit alleen te mediteren. Dat is alles."

De Boeddha onderwees de monnik als volgt: "Het is duidelijk dat je houdt van de beoefening van het alleen leven. Ik wil je dat niet ontzeggen, maar ik wil je wel vertellen dat er een veel mooiere en diepzinniger weg is om alleen te zijn. Dat is de weg van diep kijken om in te zien dat het verleden niet langer bestaat en de toekomst nog niet gekomen is, en om ontspannen te verblijven in het huidige moment, vrij van verlangens. Als iemand op deze wijze leeft, dan heeft hij geen twijfels in zijn hart. Hij geeft alle angst en spijt op, laat alle bindende verlangens los en doorsnijdt de ketens die hem ervan weerhouden om vrij te zijn. Dit wordt 'de beste manier om alleen te leven' genoemd. Er is geen mooiere weg dan deze om alleen te zijn."

Vervolgens reciteerde de Gezegende de volgende Gatha:

*"Als we diep kijken naar het leven,  
kunnen we helder zien wat is.  
Nergens aan verslaafd,  
kunnen we afzien van alle hunkering,  
wat leidt tot een leven in vrede en geluk.*

*Dat is waarlijk alleen leven.”*

Na het horen van de woorden van de Boeddha was de monnik Thera opgetogen. Hij boog respectvol neer voor de Boeddha en vertrok.

*Samyukta Agama 1071*

*(Het equivalent in de Pali Canon is Theranamo Sutta, Samyutta Nikaya 21.10)*

*Voor commentaar zie Thich Nhat Hanh: Our appointment with Life. The Buddha's Teaching on Living in the Present. Parallax Press, 1990.*