

Soetra over de Lessen voor de Zieke

Aldus heb ik gehoord van de Boeddha in de tijd dat de Heer verbleef in het klooster in het Jeta Woud in het park van Anathapindika, bij Shravasti. In die tijd was de zakenman Anathapindika ernstig ziek. Toen de Eerwaarde Shariputra dit hoorde, ging hij onmiddellijk naar Ananda en zei: “Broeder Ananda, laten we de leek Anathapindika gaan bezoeken.” De Eerwaarde Ananda antwoordde: “Ja, laten we meteen gaan.”

De Eerwaarde Ananda trok zijn monnikspij aan, nam zijn eetkom en ging met Eerwaarde Shariputra naar de stad Shravasti om de aalmoezenronde te maken. Ananda liep achter Shariputra aan; ze stopten bij ieder huis totdat ze bij het huis van de leek Anathapindika kwamen en ze naar binnen gingen om hem te bezoeken. Nadat de Eerwaarde Shariputra was gaan zitten, vroeg hij de leek Anathapindika: “Hoe is het met je ziekte? Gaat het beter of slechter? Wordt de pijn in je lichaam minder of wordt hij juist heviger?” De zakenman Anathapindika antwoordde: “Eerwaarde monniken, het lijkt niet beter te worden. De pijn wordt niet minder. Hij wordt alsmaar heviger.” Shariputra zei: “Vriend Anathapindika, het is nu tijd voor de meditatie op de Drie Juwelen: de Boeddha, de Dharma en de Sangha.

“De Boeddha is naar Zo-zijn gegaan, is volledig en waarachtig ontwaakt, heeft volmaakt inzicht en handelen, heeft het ware geluk bereikt, begrijpt de natuur van de wereld, is ongeëvenaard in zijn wijsheid heeft de menselijke kwellingen overwonnen, is een leraar van goden en mensen, en is de Ontwaakte, degene die de wereld bevrijdt.

“De Dharma is de leer van liefde en begrip die de Tathagata uiteen gezet heeft. Hij is diepgaand en prachtig, het hoogste respect waard en zeer kostbaar. Het is een leer die niet vergeleken kan worden met alledaagse leringen. Het is een pad van beoefening voor de Edele wezens.

“De Sangha is de gemeenschap van beoefenaars, die door de leer van de Ontwaakte geleid wordt. De gemeenschap leeft in harmonie en alle aspecten van de beoefening kunnen bij haar verwezenlijkt worden. De gemeenschap wordt gerespecteerd en is kostbaar. Zij beoefent de leefregels en verwezenlijkt concentratie, inzicht en bevrijding. Geschenken aan de Sangha zijn bijzonder heilzaam.

“Vriend Anathapindika, als je op deze manier mediteert op de Boeddha, de Dharma en de Sangha, dan zijn de heilzame effecten zonder weerga. Als je op deze manier mediteert, kun je de obstakels van slechte daden en kwellingen uit de weg ruimen. Je kunt vruchten oogsten zo vers en zoet als de balsem van mededogen. Een vrouw of man die een oprechte levenswijze beoefent en weet hoe te mediteren op de Drie Juwelen, loopt geen enkel gevaar om terug te vallen in de drie lagere rijken, maar zal herboren worden als een mens of god.

“Vriend Anathapindika, nu is het tijd om de meditatie op de Zes Grondslagen voor de Zintuigen te oefenen:

*“Ik ben niet deze ogen. Ik ben niet gevangen in deze ogen.
“Ik ben niet deze oren. Ik ben niet gevangen in deze oren.
“Ik ben niet deze neus. Ik ben niet gevangen in deze neus.
“Ik ben niet deze tong. Ik ben niet gevangen in deze tong.
“Ik ben niet dit lichaam. Ik ben niet gevangen in dit lichaam.
“Ik ben niet deze geest. Ik ben niet gevangen in deze geest.*

“Vervolg nu je meditatie op de Zes Objecten van de Zintuigen:

*“Ik ben niet deze vormen. Ik ben niet gevangen in deze vormen.
“Ik ben niet deze geluiden. Ik ben niet gevangen in deze geluiden.
“Ik ben niet deze geuren. Ik ben niet gevangen in deze geuren.
“Ik ben niet deze smaken. Ik ben niet gevangen in deze smaken.
“Ik ben niet deze aanrakingen van het lichaam. Ik ben niet gevangen in deze aanrakingen van het lichaam.
“Ik ben niet deze gedachten. Ik ben niet gevangen in deze gedachten.*

“Vervolg nu je meditatie op de Zes soorten Bewustzijn van de Zintuigen:

*“Ik ben niet het zicht. Ik ben niet gevangen in het zicht.
“Ik ben niet het gehoor. Ik ben niet gevangen in het gehoor.
“Ik ben niet het bewustzijn van mijn neus. Ik ben niet gevangen in het bewustzijn van mijn neus.
“Ik ben niet het bewustzijn van mijn tong. Ik ben niet gevangen in het bewustzijn van mijn tong.
“Ik ben niet het bewustzijn van mijn lichaam. Ik ben niet gevangen in het bewustzijn van mijn lichaam.
“Ik ben niet het bewustzijn van mijn geest. Ik ben niet gevangen in het bewustzijn van mijn geest.*

“Vervolg nu je meditatie op de Zes Elementen:

*“Ik ben niet het element aarde. Ik ben niet gevangen in het element aarde.
“Ik ben niet het element water. Ik ben niet gevangen in het element water.
“Ik ben niet het element vuur. Ik ben niet gevangen in het element vuur.
“Ik ben niet het element lucht. Ik ben niet gevangen in het element lucht.
“Ik ben niet het element ruimte. Ik ben niet gevangen in het element ruimte.
“Ik ben niet het element bewustzijn. Ik ben niet gevangen in het element bewustzijn.*

“Vervolg nu je meditatie op de Vijf Samenstellingen:

*“Ik ben niet vorm. Ik word niet beperkt door de samenstelling vorm.
“Ik ben niet gevoelens. Ik word niet beperkt door de samenstelling gevoelens.
“Ik ben niet waarnemingen. Ik word niet beperkt door de samenstelling waarnemingen.
“Ik ben niet mentale formaties. Ik word niet beperkt door de samenstelling van mentale formaties.
“Ik ben niet bewustzijn. Ik word niet beperkt door de samenstelling bewustzijn.*

“Vervolg nu je meditatie op de Drie Tijden:

“Ik ben niet het verleden. Ik word niet beperkt door het verleden.

“Ik ben niet het heden. Ik word niet beperkt door het heden.

“Ik ben niet de toekomst. Ik word niet beperkt door de toekomst.

“Vriend Anathapindika, alles wat ontstaat is te danken aan oorzaken en omstandigheden. Alles wat is heeft de aard van geen-geboorte en geen-dood, niet aan te komen en niet weg te gaan. Als ogen ontstaan, dan ontstaan ze, maar ze komen nergens vandaan. Als ogen ophouden te bestaan, dan houden ze op te bestaan, maar ze gaan nergens heen. Ogen zijn niet niet-bestaand voordat ze ontstaan, noch bestaan ze nadat ze zijn ontstaan. Alles wat is, is ontstaan uit een samenspel van oorzaken en omstandigheden. Als er voldoende oorzaken en omstandigheden zijn, dan ontstaan er ogen. Als er onvoldoende oorzaken en omstandigheden zijn, dan ontstaan er geen ogen. Hetzelfde geldt voor oren, neus, tong, lichaam en geest; vorm, geluid, geur, smaak, aanraking en gedachte; zicht, gehoor, en de soorten bewustzijn die horen bij neus, tong, lichaam en geest; de Zes Elementen, de Vijf Samenstellingen en de Drie Tijden.

“In de Vijf Samenstellingen is niets te vinden dat we ‘ik’, een ‘persoon’ of een ‘ziel’ kunnen noemen. Onwetendheid is het onvermogen om deze waarheid te zien. Omdat er onwetendheid is, zijn er verkeerde impulsen. Omdat er verkeerde impulsen zijn, is er verkeerd bewustzijn. Omdat er verkeerd bewustzijn is, is er een onderscheid tussen de waarnemer en datgene wat waargenomen wordt. Omdat er een onderscheid is tussen de waarnemer en datgene wat waargenomen wordt, is er onderscheid tussen de zes zintuigorganen en de zes objecten van de zintuigen. Omdat er onderscheid is tussen de zes zintuigorganen en de zes objecten van de zintuigen, is er contact. Omdat er contact is, is er gevoel. Omdat er gevoel is, is er dorst. Omdat er dorst is, is er grijpen. Omdat er grijpen is, is er wording. Omdat er wording is, is er geboorte en dood en de daarbij horende pijn en verdriet.

“Vriend Anathapindika, in je meditatie heb je kunnen zien dat alles wat ontstaat een gevolg is van een samenspel van oorzaken en omstandigheden en geen afgescheiden zelf bezit. Dit noemen we ‘meditatie over de leegte.’ Het is de hoogste en meest diepzinnige meditatie.”

Toen de leek Anathapindika tot dit punt had geoefend, begon hij te huilen. De Eerwaarde Ananda vroeg hem: “Vriend, waarom huil je? Is je meditatie niet geslaagd? Heb je ergens spijt van?” De leek Anathapindika antwoordde: “Eerwaarde Ananda, ik heb nergens spijt van. De meditatie was zeer geslaagd. Ik huil omdat ik zo diep geraakt ben. Ik heb het geluk gehad de Boeddha en zijn gemeenschap gedurende vele jaren te mogen dienen, toch heb ik nooit zo’n prachtige en waardevolle lering gehoord als vandaag van de Eerwaarde Shariputra.”

Toen zei de Eerwaarde Ananda tegen de leek Anathapindika: “Vriend, weet je niet dat de Boeddha deze lering vaak aan de monniken en nonnen onderwijst?” Anathapindika zei: “Eerwaarde Ananda, zeg alsjeblieft tegen de Boeddha dat er ook leken zijn die in staat zijn naar deze diepzinnige en prachtige leringen te luisteren, ze te begrijpen en in de praktijk te brengen.”

Na het horen en opvolgen van de door Shariputra geleide meditatie, voelde Anathapindika zich vrij en ontspannen. De Eerwaarden Shariputra en Ananda namen afscheid van hem en gingen terug naar het klooster, en Anathapindika ging heen en werd geboren in de drie-en-dertigste hemel.

Ekottara Agama LI, 8 (met raadpleging van Majjhima Nikaya 143 en Madhyama Agama 26)