

## Discussieonderwerp mei - Het openen van ons 'grote zelf'

Door Nam-myoho-renge-kyo te reciteren kunnen we ons leven verbeteren, onze levensstaat verhogen, onze zwakheden overwinnen en onze kracht naar buiten brengen. We kunnen ons 'grote zelf' — onze boeddhanatuur — oproepen en openen. Dit is een eeuwige levensstaat die in het diepst van ons leven en het hele universum aanwezig is.

Het 'grote zelf' is een zelfbewustzijn waarmee we ons volledig kunnen identificeren met het lijden van anderen en meeleven, waardoor we dat lijden willen verlichten. Het is een open en ruimdenkend zelf dat geworteld is in compassie voor anderen en een diep respect voor de waardigheid van het leven en waarbij we ons bewust zijn van de onderlinge verbondenheid van alles wat leeft.

Deze hoge levensstaat staat in contrast met het beperkte 'kleine zelf' (het ego) dat wordt gedomineerd door egoïsme en eigenbelang en gemakkelijk beïnvloed wordt door onze omstandigheden, verlangens en emoties, waardoor we lijden. Ikeda Sensei zegt: "Als we ons baseren op ons eigen wispelturige, steeds veranderende hart, worden we geteisterd door de felle wind van duivelse functies. We kunnen ons beter richten op het bereiken van boeddhaschap en voortdurend proberen onze geest te beheersen."<sup>1</sup>

Maar we kunnen het 'kleine zelf', met al zijn verlangens en impulsen, niet simpelweg ontkennen of onderdrukken. In plaats daarvan is het belangrijk dat we deze verlangens leren te transformeren. Als onze persoonlijkheid wordt verlicht door de Mystieke Wet, is het stevig verankerd in het 'grote zelf', een levensstaat van grenzeloze vrijheid die het hele universum doordringt; en zal daarbij zelfs de energie van aardse verlangens die gericht is op het egoïstische 'kleine zelf', positief veranderen. Met andere woorden, we kunnen de energie van onze aardse verlangens omzetten in schitterende wijsheid en compassie; het wordt krachtig opgetild naar een hoger niveau dat het individu overstijgt en anderen, onze omgeving en de samenleving ten goede komt.

Deze innerlijke verandering - van een leven dat gericht is op het 'kleine zelf' naar een leven dat gebaseerd is op het 'grote zelf' - is een cruciaal aspect van onze boeddhistische beoefening die we menselijke revolutie noemen. Het wordt weerspiegeld in de keuzes en acties die ons dagelijks leven bepalen. Het 'grote zelf' uit zich in een groter verantwoordelijkheidsgevoel en de wens om bij te dragen aan het geluk van anderen en de aarde. Dit verantwoordelijkheidsgevoel vergroot onze menselijkheid, waardoor we een positieve invloed op onze omgeving hebben.

Als we een onwankelbare levensstaat van geluk hebben gevestigd, kan die door niemand kapot gemaakt worden of worden geschonden. Het ontwikkelen van deze geweldige levensstaat is het doel van onze boeddhistische beoefening.

- Laat je je makkelijk leiden door je 'kleine zelf' en waarin uit zich dat?
- Heb je een ervaring dat je je 'grote zelf' met je boeddhistische beoefening hebt opgeroepen?
- Hoe breng jij je 'grote zelf' in praktijk?

---

<sup>1</sup> *The Teachings for Victory* (De leerstellingen voor de overwinning), deel 1, 107.