

## Kleine en grote zelf

In boeddhistische teksten wordt soms gesproken over het kleine zelf en het grote Zelf. Het kleine zelf of het ego-zelf is dat zelf dat zich bezighoudt met zijn geschiedenis en leeft vanuit zijn geschiedenis. Het handelt vanuit zijn geschiedenis en het denkt vaak terug over zijn verleden of over de toekomst, over zichzelf, hoe zichzelf te verbeteren, over de fouten die zijn gemaakt in het verleden, over hoe gelukkig te worden. Het is een wezen van tijd want tijd is wat het kleine zelf bezighoudt.

En er is het grote Zelf, alhoewel dat in zekere zin een misnoemer is want dat Zelf is dimensieloos en je kan dus niet spreken over groot of klein. Soms wordt gesproken over het ware Zelf, maar ook dat is een misnoemer want dat Zelf is niet waar noch is het kleine zelf onwaar. Het Zelf is dat wat gewaar is in dat kleine zelf, in dat ego-zelf. Eenvoudigweg gewaar van wat is en wat komt en gaat, wat zich voordoet. Het is gewaar van de blijdschap en het verdriet, de angsten, de depressie, de vreugde en het opgewonden zijn.

Dat gewaarzijn is zelf inherent kalm en omdat het zich aan niets bindt, is het absoluut vrij en daardoor ook vrij van tijd. Het houdt zich niet bezig met tijd, met verleden, toekomst noch heden. Dat Zelf is, als het lege witte papier waarop het kleine zelf zijn eigen geschiedenis schrijft in zwarte letters. En zoals het zo vaak gaat, het kleine zelf is niet gewaar van wat het draagt. Laten we dat maar even voor het gemak het grote Zelf noemen. De zwarte letters zijn niet gewaar van het witte papier dat de letters draagt.

En daarom zitten we en laten we de dingen gewoon gaan. Komen we tot een punt waarop we onszelf in dit zitten kunnen vergeten, al was het maar voor een half uurtje. We vergeten onszelf omdat we niet meer over de toekomst denken, noch over het verleden, zelfs niet over het nu. Er is alleen maar dit zitten. En wat in dit zitten dan gaat doorschijnen en doorschemeren is dit helder stil gewaarzijn.

Uiteindelijk eindigt de tekst van ons verhaal. Het kan niet anders, elk verhaal eindigt. Maar Dat wat het draagt is tijdloos. Wanneer we verleden, toekomst en heden loslaten, zullen we dit intuïtief gaan aanvoelen, gaan ervaren: Dat wat draagt. Soms wordt gezegd: "je Ware Zelf zien", "je Ware Natuur zien", maar ook dat is een misnoemer. Je kan alleen maar dat zien wat je zelf niet bent. Dus daarom zei ik het intuïtief realiseren, het intuïtief ervaren van dit Zelf, dit gewaarzijn wat je al bent, wat je was en wat je altijd zult zijn.

\* \* \* \* \*

*Eerw. Baldwin Schreurs  
Woensdag 19 april 2023*