

Ratatouille

Afgelopen maand ben ik een weekje in Frankrijk geweest en heb weer eens kunnen genieten van de mooie Franse taal. Sommige woorden, met name die van gerechten klinken in het Frans zoveel lekkerder dan in het Nederlands. Het woord ratatouille is zo'n woord. In Nederland noemen we het vaak een 'prutje' en hoe anders klinkt dat in vergelijking tot het Frans!

Ratatouille is een gerecht van gemengde gebakken groenten met de nodige knoflook en kruiden. Omdat iedere chef het enigszins anders maakt is geen ratatouille hetzelfde.



En in die zin staat een ratatouille symbool voor de ervaring die we elk moment hebben. Ook die is opgebouwd uit meerdere ingrediënten zoals gedachten, emoties, geluiden, reuken, visuele objecten, enz. Deze ratatouille is niet een statisch gerecht; het verandert met de minuut. Sommige ingrediënten komen erbij, sommige verdwijnen of lossen op. De chef van het leven is voortdurend bezig de ratatouille aan te passen. Ook wij als waarnemer voegen er soms de nodige ingrediënten aan toe zoals verhalen, meningen, voorkeuren en weerstanden, noem maar op. En al die ingrediënten kunnen we waarnemen, evenals de ratatouille van het moment. Wijzelf echter zijn geen ingrediënt en hoewel we dat vaak intellectueel begrijpen, zit het geloof, de gevoelsmatige overtuiging dat we zijn wat we denken en voelen, toch diep in ons geworteld. Het vraagt toewijding in de beoefening om te leren dit verkeerd begrip werkelijk te doorzien.

De grote Indiase Zenmeester Nājārjuna (± 150 - ± 250) kwam tot een diep inzicht van onze ware natuur door de 'neti neti'-benadering te volgen. Neti neti is Sanskriet en kan vertaald worden met 'niet dit, niet dat'. Elk ding – elke gedachte, emotie, alles wat we zien, horen, aanraken, enz – kunnen we waarnemen en zijn we zelf dus niet. Als we deze benadering consequent volgen komen we tot het inzicht dat wijzelf als waarnemer geen enkele objectieve kwaliteit hebben; dat we niet een persoon zijn met allerlei persoonlijke kenmerken maar eenvoudigweg zijn als open ruimte, een ruimte die gewaar is van wat erin verschijnt én van zichzelf. Nājārjuna noemde die open ruimte van gewaarzijn 'leegte', een leegte die steeds 'gevuld' wordt met de ratatouille van het leven. Deze kan soms pittig smaken, soms zoet, een enkele keer zuur of scherp, en soms wat flauw (de chef van het leven heeft zo zijn dagen!) maar de smaak verandert nooit de lege aard van wat we waarlijk zijn.

Zolang we nog geloven in de aanname dat we zijn wat we denken en voelen, maken we ons druk om de smaak van de ratatouille en proberen we maar al te vaak die zo zoet mogelijk te krijgen. Echter ieder van ons weet maar al te goed dat de chef daar niet zo'n boodschap aan heeft. Hij heeft met de ratatouille hele andere bedoelingen. Bij het steeds weer opnieuw proeven, gaat het niet zozeer om de ratatouille en zijn smaak, maar om de proever ervan. Door steeds weer opnieuw te proeven en ons niet druk te maken welke smaak het in het moment heeft, worden we bewust van onszelf als de bewuste ruimte en vrede waarin de ratatouille van het leven wordt opgediend.

Baldwin Schreurs