



De zoektocht naar geluk of het geluk in de zoektocht

Ludo de Jongh

We zoeken allemaal van tijd tot tijd op de een of andere manier wel naar iets. Elk zoeken heeft als einddoel de vervulling van een bepaalde wens. Maar waar alle wensen, behoeften en verlangens uiteindelijk een uitdrukking van zijn, of het nu gaat om een nieuwe auto, een relatie, spirituele verlichting of tomaten bij de groenteboer, is het onderliggende verlangen om 'aan te komen', thuis te komen.

De meesten van ons ontkomen niet aan de menselijke behoeften en verlangens. En in elke stap in het zoeken naar bevrediging van die behoeften en verlangens is het geluk te ervaren. Wanneer ik echter naar iets zoek en geloof dat ik pas gelukkig kan zijn als ik het gevonden heb, duw ik geluk juist voor me uit. Ik creëer dan een afstand tussen nu en een denkbeeldig punt in de toekomst waarin ik hoop 'aan te komen'. Maar geluk is al aanwezig, te midden van dat wat hier nu is. Geluk is al aanwezig in de zoekende beweging die zich in het hier en nu op een bepaalde manier manifesteert. Het is de actieve levenskracht, die als het ware vanuit de stilte naar buiten toe beweegt. Geluk is je realiseren dat jij die levenskracht en de stilte zelf bent, dat wat leeft. Wanneer ik samenvat met het zoeken, wordt het einddoel minder belangrijk dan de stap die ik op dit moment zet op weg naar dat doel, bijvoorbeeld: op mijn fiets stappen om naar de groenteboer te gaan. Een roedel honden in het wild zoekt ook naar eten, maar ze zetten eenvoudigweg de ene voet voor de andere. Ze weten heel goed waar ze naar op zoek zijn, maar zijn aanwezig in de stappen die ze in elk moment zetten. De voortgang op het pad, dichtbij de mogelijkheid tot eten komen is al een beloning in zichzelf voor ze. Waar ligt je aandacht, bij het eindresultaat van je zoektocht of in de levenskracht die op dit moment een stap zet om in je behoefte of verlangen te voorzien?

VOORAF AAN ALLES

We zijn geneigd te denken dat geluk aan het einde van het zoeken ligt, maar het ligt juist aan het begin ervan. Het is je realiseren wat je allereerst bent, voordat er ook maar een zoeken op gang komt. Franciscus van Assisi verwoordde het wel erg mooi: *"Dat wat je zoekt, is dat waarmee je zoekt."* Geluk gaat eigenlijk vooraf aan alles en vereist dus ook geen inspanning. Juist het krampachtig uitreiken naar iets anders, vanuit de overtuiging dat het hier nog niet is, zorgt ervoor dat we eroverheen kijken.

We zoeken naar geluk, maar het gaat erom het geluk te vinden te midden van het zoeken. Geluk ligt in de zoeker die op zoek is naar zichzelf; de zoeker is zelf het doel van zijn zoektocht. Is dat niet komisch? Hij is het Zijn dat zich door de wereld heen beweegt en de hele tijd al zichzelf is, in alle situaties, vormen en hoedanigheden. En zichzelf zijn is geluk, vervulling.

WAT ER AL IS

Er zijn er die zeggen dat geluk de afwezigheid van zoeken is. En het kan inderdaad zomaar zijn dat als ingezien wordt dat niets in de wereld ultieme vervulling kan geven, het zoeken dan ophoudt of dat op zijn minst de beleving erachter verandert. Daarvoor moet het wel echt ingezien worden door het te ervaren, te voelen. Het is niet genoeg om jezelf te vertellen: "Niets in de wereld kan me gelukkig maken, dus ik ga niet meer op zoek." Zoeken



Ludo de Jongh (1978) begon na een persoonlijke crisis halverwege zijn twintiger jaren een intensieve zoektocht naar innerlijke vrijheid. Sinds enkele jaren begeleidt hij mensen individueel, schrijft artikelen en organiseert regelmatig bijeenkomsten. Hij woont in Breda. Meer info: www.ludodejongh.com

In elke stap is het geluk te ervaren

is een sterk energetische kracht die voortkomt uit het besef afgescheiden te zijn als lichaam-en-geest. Die afgescheiden 'ik' kan niet anders dan zoeken. Je moet zoeken totdat ingezien wordt dat juist het 'al daar willen zijn' je weghoudt bij wat er al is, bij wat je bent.

Wat zo fijn is aan het kopen van tomaten of het vinden van een nieuwe partner zit niet in de tomaten of de partner. Wat zo fijn is, is dat de krampachtig uitreikende energie oplost, dat de afstand tussen nu en het denkbeeldige punt in de toekomst wegvalt. Wat dan overblijft is een besef van aangekomen te zijn, tevredenheid, voldaanheid. Maar dat kan ook in het zoeken ervaren worden. De vraag is: heb je de overtuiging dat je al 'daar' moet zijn of is het oké om 'hier' te zijn? Al dan niet inclusief een stap in een bepaalde richting. ◀

