

Gemeente van onze Heer Jezus Christus,

Geluk.

In de krant, glossy's, tv-programma's, podcasts, en zelfs wandelend in de Meinweg, **kom je het tegen**: artikelen, programma's en wandelpaden die je op weg helpen om gelukkig te worden, om geluksgevoel te ervaren.

Zijn we **niet gelukkig** dan?

We hebben alles, en toch?

De **zoektocht** naar geluk is, durf ik hier te stellen, een probleem van westerse, rijke, **hoogopgeleide** mensen. In mijn jaren in Indonesië kreeg ik nooit klagende mensen tegenover me- die in geestelijke nood zaten. Ook de mensen in het AZC hebben andere vragen.

De vraag van Johan, en die van vele **zoekenden**: is feitelijk de vraag "**Hoe goed te leven**". En de trend laat ook onderliggende behoeftes zien:

1. Nu jonge generaties niet meer religieus zijn, of minder kerkelijk, **missen ze een religieus kader**. De zelfhulpindustrie is een nieuwe religie geworden.
2. Het is alsof falen, **tegenslag niet meer** bij het leven hoort.
3. En dat mensen bij kleine of grote tegenslagen **niet meer weten hoe ermee** om te gaan.

Wat heeft de kerk, de christelijke spiritualiteit hierop te antwoorden?

Daarvoor moeten we **terug** naar de tekst die we zojuist lazen, uit Matt 5. **Een verontrustende, prikkelende tekst**;

Als het ware een **tegenover**- tegen deze tijdsgeest van 'gelukkig ben je als je succes hebt, gezien wordt, met grenzeloos genot'.

Wat Jezus daar op die berg zegt, **schuurt**:

Gelukkig zijn- wie verdriet hebben, die vechten tegen onrecht

Als we dat vertalen naar vandaag- dan zijn er twee **eyeopeners**:

1. gemeentelid Marianne zei in de voorbereiding tegen mij, toen ik bij de eerste hulp lag voor mijn gebroken arm- zat de hele zaal vol met mensen uit de Donderdag. **Denk je dat die met die zoektocht naar geluk bezig zijn?** Of bij mij als gelukscoach een traject willen?

2. Maar de grootste eye-opener ontdekte ik in een **onderzoek: Wat maakt dat je je** gelukkig voelt? wat blijkt? Je leefomstandigheden bepalen maar voor 10% dat geluksgevoel: ziekte, arm of rijk, een baan of niet. Zelf als je de loterij wint! 50% genetisch bepaald, **maar** de overige **40% is wat je doet met die omstandigheden**, je verleden, tekort of die zeurende stemmetjes in je hoofd.

En daarom **begrijp** ik wat Jezus zegt: Zalig zij die eenzaam zijn, die hongerden, die niet het hoogste iq hebben, de ploeteraars, de twijfelaars, de zinzoekers:

Want zij worden niet bepaald door wie ze zijn, of wat hen in het leven overkomen is, maar zij mogen vertrouwen op iets groters, beters, diepers. Ze mogen hoop blijven houden- misschien wel omdat ze weten in. Omdat ze weten dat ze-ondanks weerstand, tegenslag- ervoor kiezen om het goede te doen, verschil kunnen maken.

En dat gevoel **van zin, van betekenis zijn**, van verbondenheid met God en andere mensen is van veel duurzamere aard.

Het is, om met Karl Marx te spreken, geen opium voor het volk- om hen te weerhouden van revolutie- Nee, ik zou zeggen: het houdt ze juist op de been!

De meesten van u zijn **hiermee opgevoed**, maar bij de **jongere generaties** zie je steeds meer problemen: burn-out, keuzestress, survival of the happiest- niet meer om kunnen gaan met eenvoudige tegenslag.

En dat er op een gegeven moment een midlifecrisis komt, een gevoel van **“is dit alles?”**

Er mist iets, je ontdekt dat je geploeter niet genoeg is.

Prediker zei het al: “Lucht en leegte, alles is ijdelheid, welk voordeel heeft de mens van alles wat hij bereikt heeft?”

Wat je ook nastreeft, rijkdom, succes of geluk: er komt een moment dat je ontdekt dat **het om meer gaat**: dat geluk eigenlijk misschien wel vluchtig is, een moment.

Maar dat **zin en betekenis** daarentegen belangrijker zijn: En daarmee heeft de christelijke spiritualiteit **goud** in handen – heeft ons **belangrijke levenslessen** te bieden: Hoe goed te leven.

Zelfs voor mensen niet bekend met christendom of kerk:

Van de zomer kwam ik **op een camping** met een leeftijdsgenoot in gesprek- die dezelfde worsteling had ervaren: Hij was als atheïst 2 christelijke boeken hierover was gaan lezen.

Die Jezus, daar kun je wat van leren, zei hij!

Ja, dat weet ik wel, zei ik, haha.

De eerste was van de **schrijver David Brooks**, die na zijn midlifecrisis ontdekte dat succes, scoren, winnen- uiteindelijk niet genoeg was. **Leeg**. Pas na een diep dal beseft hij: wacht eens, **het leven draait niet om mij**.

In zijn boek, ***The Second Mountain***, gaat over de twee bergen die vrijwel iedereen in zijn leven beklimt.

De eerste berg draait om **jezelf en om succes**. Om doelen af te vinken, reputatie, ego. Het is de berg die het goed doet op sociale media, en wat je als jongere wordt voor- gespiegeld.

Maar op het moment dat je bovenop die eerste berg staat, bekruipt je dat zeurende gevoel van leegte. De **tweede berg** komt daarna: die **draait om anderen**, niet om jezelf. Om zingeving, het nastreven van een betekenisvol leven. Het jammere is alleen dat je vaak pas op de tweede berg komt na een diep dal.

En ook het tweede boek, van Fransiscaanse monnik- **Richard Rohr**- gebruikt het beeld van het leven als een berg: “Falling upward: a spirituality for the two halves of life” Dat is de eerste helft van je leven **berg opgaat**: opbouwt. En de **tweede helft van je leven, deelt van wat je aan kennis, ervaring hebt opgebouwd**.

Samen en delen zijn **belangrijke inzichten** voor duurzaam geluk.

Een **tweede inzicht is dat pijn**, tegenslag bij het leven hoort: “I never promised you a rose garden”, is een bekende liedtekst. In ons leven is pijn, verdriet, teleurstelling.

God heeft nooit gezegd: Jongens, meisjes- daar zijn jullie van gevrijwaard.

Maar Hij belooft wel: in die pijn, eenzaamheid, donkerte zal **Ik-Met -jou** zijn.

Zoals een herder die ons zowel in de afgrond als in groene weiden nabij is.

En dat je ondanks dat toch **hoop** blijft houden, doorgaat. De zaligsprekingen waarvan we hoorden, is daarom ook **geen doekje** voor het bloeden.

Het biedt een **tegenstem** in een wereld waarin het om succes, aanzien, autonomie en perfectie draait.

Een derde inzicht zit hem in het woord '**genoeg**'.

Om niet meegezogen te worden in meer, beter, verder.

Zalig de eenvoudigen van geest zegt Jezus. Zij weten waar het echt om gaat.

Zalig de mensen die **bij de dag** leven, die blij zijn met wat er wel is, met genoeg.

Zalig de mensen die in hun verdriet, in ziekte **ontdekken** wat hen op de been houdt.

Zalig de mensen die **tevreden** zijn met het leven, met hun partner, familie- ondanks de scheurtjes.

Zalig de mens die aan het eind van de dag **berust**, in imperfectie- die zich oefent in **dankbaarheid**, in verwondering.

Zalig de mens die leeft in **aandacht**, in verbinding, met oog voor anderen.

In geloof-hoop- en liefde-

Zalig ben je, mens- geliefd! Amen