

# Zoeken en vinden

‘Ik ben niet gelukkig, wat moet ik doen om gelukkig te worden?’ ‘Ik geloof dat ik op een goed spoor zit en hoop in deze retraite dat spoor dieper te trekken.’

Twee voorbeelden van uitspraken die ik regelmatig beluister. Kennelijk zijn er twee soorten mensen. Zij die een spoor hebben gevonden en zij die naarstig zoeken naar geluk. Er zijn zoekers en er zijn vinders.

Zoeken en vinden zijn existentiële categorieën. Om vinden te worden is er een derde woord nodig: verliezen. Daarmee komt de mythische dynamiek van het leven in beeld: je verliest wat waardevol is, je gaat op zoek en je vindt je eigen, authentieke spoor.

Deze dynamiek is te vinden in sprookjes en mythen. In het sprookje ‘De gouden vogel’ verliest een vogel een veer, een prins vindt die veer en concludeert:

‘Als er een gouden veer is, moet er ook een gouden vogel zijn’.

Door dit inzicht besluit hij op zoek te gaan naar die vogel. Die vindt hij na een lange zoektocht.

*Je hoeft niet onrustig naar geluk te zoeken, het is er al.*

*Je hoeft alleen maar te omarmen wat onvervuld is.*

Het verlies van de gouden veer staat symbool voor het verlies van iets kostbaars.

Goud in sprookjes verwijst naar de kostbare kwaliteiten van het leven.

Het verlies is het tekort of gebrek dat we ervaren, vaak een onvervuld verlangen dat je afsnijdt van geluk.

Dat onvervulde verlangen is de sleutel. Je hoeft niet eens onrustig naar geluk te zoeken, het is er namelijk al. Je hoeft alleen maar te omarmen wat onvervuld is. En geluk mag niet worden verward met geld of goed. Je hoeft alleen maar in vrede te leven, dankbaar te zijn en te delen in liefde – allemaal waarden van het hart, niet van het ego. Want niet het ego levert de kwaliteit van het leven of geluk, maar het hart opent die deur en brengt niet-materiële waarden zoals dankbaarheid, liefde, vrede en eenvoud binnen handbereik.

Het veronderstelt wel een zoektocht, een queeste. Die mondt uit in het vinden van een schat in de

akker van je ziel. Iedereen kan die schat vinden door zijn eigen akker om te spitten. Dat wil zeggen: het onder-ogen-zien, accepteren en transformeren van onze donkere kanten.

Deze transformatie leidt ons naar ons eigen spoor.

Jacopone da Todi een kloosterling en dichter uit de dertiende eeuw zei:

‘Nadat ik mijn wil aan God had gegeven, kon ik beschikken over alles wat er was.’ Hij kon voortaan beschikken over eenvoud, hartelijkheid, vrede en dankbaarheid. De waarden van het ego had hij ingeruild voor de waarden van het hart. Jacopone had een schat in zijn eigen ziel.

*Ton Roumen is een ervaren coach, retraiteleider en spreker.*

*Hij publiceert boeken en artikelen over spirituele thema's en persoonlijke ontwikkeling.*

*Meer informatie:*

*[www.bezinnen.com](http://www.bezinnen.com)*

