

## **Kushners boek 'Niets meer te wensen en toch niet gelukkig' (deel 1)**

Kushner gaat aan de hand van Prediker op zoek naar zingeving voor de moderne verwende mens.

Hij waarschuwt ook voor oorzaken van burn-out, depressie en zelfmoord.

Prediker heeft zijn zingeving in diverse hoeken gezocht en leert ons waar het **niet** te vinden is.

Die les is ook na 2500 jaar even belangrijk.

Vrijwel iedereen jaagt succes na, maar de beloningen van de samenleving hiervoor (rijkdom, roem, macht) verschraken vaak de persoonlijkheid. Herkenbaar?

Psychotherapie helpt grip te krijgen op het leven door ons te laten inzien waar we ons leven zwaarder maken dan nodig is. Maar therapeuten kunnen **geen richting** voor een zinvol leven geven omdat ze uitgaan van heersende waarden.

De vraag naar de zin van het leven is een **religieuze** vraag!

Je moet dus naar de godsdienst voor een antwoord

Geluk blijkt niet na te jagen, het is een heerlijk en gegarandeerd 'bijproduct' van een zinvol leven.

Onze zielen hunkeren naar liefde, betekenis en zin.  
Sterft alles met ons af of hebben we iets blijvends toegevoegd?

Kunnen we iets uit de Bijbel leren?

Ja, van het oudste wijsheidsboek Prediker

Prediker wijkt door kritische stijl sterk af van alle andere Bijbelboeken

Veel discussie onder rabbi's of dit wel kon, maar omdat het als derde boek van Salomo gezien werd, mocht het in de canon

'Sadder and wiser' is Kushner Prediker anders gaan interpreteren: vroeger als de ontmaskeraar van dwaasheid en leugens, nu als een man met angst voor een zinloos leven. De tikkende tijd wordt zijn vijand en Prediker gaat het overal zoeken...

Prediker zoekt het antwoord op zinvol leven in vijf richtingen (die allemaal voor hem dood liepen):

- via egoïsme en zelfbelang
- via ascese / zelfopoffering
- via de wijsheid
- door verdringing van gevoel resp. onthechting om geen pijn te hoeven lijden
- tenslotte en aarzelend de weg van vroomheid en religieuze overgave.

Het antwoord van Prediker kan alleen begrepen worden als je zelf ook bent vastgelopen. Hij waarschuwt voor **illusies** en is daarmee onze gids!

## **De weg van egoïsme en eigenbelang**

Kushner beschrijft Faust: ondanks de deal met de duivel (hij krijgt wat hij wil tegen zijn ziel) wordt hij niet gelukkig. De oude eenzame 'nummer 1' gaat land scheppen voor de mensen en vindt daarin zijn zin.

Als we altijd willen winnen, zien we anderen als concurrenten die van ons moeten verliezen.

Dat belemmert ook liefde, want dat vereist gelijkwaardigheid en het vervullen van elkaars verlangens. Macht en liefde gaan niet samen.

Medemens wordt object, alleen zijn daden tellen.

Bijbel toont ons een God van macht en een God van liefde. Dat is verwarrend.

Kushner ziet Gods macht als dienend voor Gods liefde. God waarschuwt ons voor 'winners' omdat die vaak arrogant worden en menselijkheid verliezen.

Macht en rijkdom zijn op zich niet verkeerd, maar er moet wijs gebruik van gemaakt worden. Vb: Nobel.

Kushner refereert aan de party's met 'Faust-typen': hun wedijver verhindert elk goed gesprek. De prijs van hun succes is dat ze steeds vrienden in vijanden veranderen. Begon al met Kaïn. Vb: Casablanca.

## Zin vinden in pijn, de weg van de ascese

- Alleen plezier gaat niet werken in het leven, zonder tegenslagen geen karakterontwikkeling

- Zelfopoffering is vorm van opzettelijk pijn lijden

Vb: verwaarlozen gezondheid, lijden onder slechte baas of partner, afbeulen met dieëten, de sportschool

- Westerse mens heeft 2 wortels, Griekse en joodse

Als heidense Grieken aanbidden we natuur, schoonheid en genot. Als nazaten van de joods/christelijke traditie

doen we wat de Heer van ons vraagt en ontstaan schuldgevoelens daarover.



Die gespletenheid zit sterk in onze westerse cultuur en de kerk heeft veel moeite gehad een goede middenweg te ontwikkelen

We gaan ambivalent met seksualiteit en met eten om, lichaam en geweten liggen met elkaar overhoop en dat had Prediker ook. Oplossing: Talmoed-wijsheid.

'We moeten verantwoording afleggen voor alle goede door God geschapen dingen waarvan we geweigerd hebben te genieten'.

Als we daarbij de geschapen genoegens **misbruiken** is dat onze fout, niet die van God. Vb: goedlachse non

## Zin vinden in verdringen van gevoel

Dit is de weg van oosterse religies: de mens lijdt omdat hij dingen wil die hij niet kan krijgen. Absorbeer het en vecht er niet tegen, onthecht je meer en stel je verwachtingen bij.

Dat is geestelijke doodheid volgens Kushner. Als lijden en onrecht je niet meer raakt, ben je minder mens.

Leven is ook verdriet en pijn voelen. Er is goed en er is kwaad. Je minder hechten maakt je inderdaad meer immuun, maar je berooft jezelf ook van verwachtingen en vreugde. Ga gerust door groeipijnen naar de volgende levensfase.

## Echtscheidingsuitwerking van onthechting

Kushner betreurt elke echtscheiding, maar het kan soms nodig zijn en tot persoonlijke groei leiden

Het ergste echtscheidingsgevolg zit bij de kinderen. Er ontstaat angst voor liefde, angst zich weg te schenken omdat ze gezien hebben hoe gekwetst je kan worden als je het risico neemt van iemand te houden.

Uit angst voor intimiteit zoeken ze naar genot zonder emotionele betrokkenheid. Simon en Garfunkel bezongen dit in 'I am a rock and a rock has no pain'

Vermijden van hartzeer leidt tot vermijden van hoogte- en dieptepunten en dus tot een grijs leven en daardoor tot verveling.

Verveling is de ziekte van deze tijd. Alles verveelt mensen op den duur: relatie, werk, hobby's.

Gevolg van verveling is het zoeken naar troost of 'kicks', want dan pas voel je dat je echt leeft: drugs, sport, ontrouw, antidepressiva, gokken.

Net als Faust zijn ze bereid hun ziel aan de duivel te verkopen voor één ogenblik van werkelijk leven.

Deze mensen denken dat de fout ligt bij wat ze doen of met wie ze iets doen. De remedie tegen hun verveling wordt dus: andere partner, andere baan, ander huis.

Maar volgens Kushner ligt het gebrek **in hunzelf**: emotionele vervlakking, veroorzaakt door de angst gekwetst te worden.