

/// DE JACHT OP SCHOONHEID EN GELUK



COLUMN GEZONDHEID

Juist bij de verbeterde jacht naar geluk ligt het ongeluk op de loer. Je zegeningen tellen, dat helpt. 'De dwaas zoekt geluk in de verte, de wijze laat het onder zijn voeten staan.' (James Oppenheim, Amerikaans dichter)

Is het een teken des tijds? Het tijdschrift 'Hapinezz' werd uitverkoren tot tijdschrift van het jaar. In de boekhandel wordt men overstelpt door boeken en tijdschriften die ons de weg naar schoonheid en geluk moeten wijzen.

Ook politici spreken al over vergroting van het 'nationaal bruto geluk'. Dat zij erover praten, betekent dat zij geadviseerd zijn door trendwatchers die geproefd hebben dat het een issue is voor een groot deel van het electoraat. Zijn de armoede en honger zo groot dat we erom schreeuwen en dat handige uitgevers en politici ons het brood voeren dat we willen eten? Mijns inziens is het ook een luxeprobleem, een probleem van de overdaad en de verveling. Het is zeker geen nieuw probleem. Door de eeuwen hebben filosofen zich met deze materie beziggehouden. Op internet bestaat een complete startpagina voor 'geluk'. Instituten zijn opgericht waar cursussen worden gegeven om mensen te leren gelukkig te zijn. We leven in een maatschappij waar alles op het IK en op de onmiddellijke bevrediging van behoeftes is gericht. De moderne maatschappij kent vooral virtuele contacten, e-mail, MSN, SMS, communicatie per webcam. Dit vergroot de eenzaamheid. Spirituele reizen worden georganiseerd naar oorden waar lichaam en ziel worden gemasseerd, waar wellness wordt verkocht. Duizend-en-een dingen worden aangeboden om de eeuwige jeugd in stand te houden. De 'New Age Spirituality' is verheven tot religie, tot therapie voor ongelukkige zielen. Paragnosten, astrologen en andere toekomstvoorspellers zien veel dwalende zielen in hun praktijken komen. Mensen die de antwoorden op hun levensvragen bij hen komen zoeken in plaats van die te zoeken in zichzelf, hun dagelijks leven, bij familie en echte vrienden die hen liefhebben. Dat kost moeite, dat betekent investering van jezelf in die mensen, in tijd en oprechte aandacht. Dan moet je de binnenkant blootgeven in plaats van de opgepoetste buitenkant. Daarvoor moet je werken, risico's nemen, eerlijk zijn, echt en oprecht zijn. Het zalven van de ziel, de onmiddellijke bevrediging van behoeftes wordt als een drug waaraan men zeer gemakkelijk verslaafd kan raken. Het is een afschuiven van de eigen verantwoordelijkheid. Je in slaap laten sussen door iets of iemand die de zware rugzak voor je draagt. Mooi zijn is je mooi voelen. Jezelf uiterlijk mooi voelen draagt een steentje bij, jezelf innerlijk mooi voelen is de fundering waar alles op staat. Voor de buitenkant kan ik een handje helpen, de binnenkant is een persoonlijke weg. De Romeinse schrijver Seneca schreef tweeduizend jaar geleden in een van zijn brieven: 'Waarin schuilt dus de dwaling, wanneer allen hopen op een gelukkig leven? Dat je de middelen ervan voor dat gelukkige leven zelf houdt en ervan wegdwaalt als je ernaar streeft. Want omdat *het hoogtepunt van een gelukkig leven een vaste onbezorgdheid is en een ongeschokt vertrouwen daarop*, verzamel je redenen voor onrust en draag je die ballast niet zozeer met je mee, maar sleept die achter je aan langs een levensweg vol valkuilen. Zo raak je steeds verder weg van het resultaat dat je nastreeft en naarmate je er meer moeite in gestoken hebt, des te meer word je gehinderd en achteruit getrokken. Net wat mensen overkomt die haast maken in een labyrint: het is juist de haast die hen noodlottig wordt.'

Dr. R. Roddi
Plastisch chirurg