

HOE OUD BEN JE EIGENLIJK?

Als iemand je dat zou vragen, dan zou je spontaan met een cijfer op de proppen komen: ik ben 40 of 60 of in de 80. Dat is jouw chronologische leeftijd. Gewoon het aantal jaren dat je - Godzijdank - al hebt mogen leven. En hopelijk goed leven! We spreken spontaan in termen van chronologische leeftijd omdat de wetgeving van ons land ons leven verdeelt in periodes: op 65 ga je op pensioen en dan wordt je geklasseerd bij de ouderen - of je dat leuk vindt of niet! Maar dat cijfer zegt eigenlijk nog heel weinig over jouw ouderdom. Het roept bij mensen alleen sommige denkbeelden op die zij hebben van oud worden. Maar hoe beleef JIJ die leeftijd van 65 of 80? Daar gaat het om.

Want er is zoiets als onze biologische ouderdom, t.t.z. de graad waarop ons organisme of lichaam nog functioneert: de goede of minder goede conditie van ons hart, onze lever, onze nieren, longen, enz. Daar denken mensen aan als ze ons zeggen: "maar gij ziet er nog goed uit voor uw ouderdom", precies alsof we er slechter zouden moeten uitzien op onze leeftijd! Als je goed in de 80 bent zoals ik, kan je best nog maar 60 voelen, als je tenminste de artrose op je heupen even buiten beschouwing laat!

En er is ook nog zoiets als sociale ouderdom. Zijn we nog geïntegreerd in de maatschappij; dragen wij je er nog iets aan bij, hebben we nog goede vrienden, blijven we met mensen in contact of zonderen we onszelf af? Of zijn we een oude zonderling aan het worden?

Er is ook nog zoiets als psychologische ouderdom. Hebben we nog interesse voor dingen, nog smaak voor schoonheid? Kunnen we nog meevoelen met de jongere generaties hoe verschillend ze nu ook zijn? Gebruiken we onze talenten nog verder, of denken we dat onze rol voorgoed is uitgespeeld? Hebben we een gezonde waardering voor onszelf en nog voldoende aandacht voor de kwaliteit van onze levensstijl? Of houdt het allemaal op als we de pensioenleeftijd hebben bereikt? Iemand kan immers psychologisch jonger of ouder zijn dan zijn leeftijdsgenoten! Iemand van 50 kan ouder doen dan iemand van 80!

En dan is er nog zoiets als geestelijke ouderdom. Kunnen we met dankbaarheid op ons leven terugkijken, er tevreden over zijn, in vrede zijn? Of lopen we nog rond met onverteerde dingen: wrok over dingen die men ons heeft aangedaan of domheden die wij zelf hebben begaan en die wij onszelf of anderen nog altijd niet hebben vergeven? En hoe is onze relatie met God geëvolueerd: is die eenvoudiger en vertrouwvoller geworden? Zijn wij zelf eenvoudiger geworden, innerlijk vrijer, en vooral wijzer: t.t.z. kiezend voor wat echt waarde heeft en niet voor allerlei bijkomstigheden? Kunnen wij dingen laten gaan en de controle een beetje meer loslaten, ons in vertrouwen overgeven aan wat het leven brengt, "kome wat komt" zoals Oosterhuis het in een van zijn liederen zingt en zoals we het zojuist in het Mattheus evangelie hebben gehoord als Jezus zei: "Maak je niet bezorgd om de dag van morgen, want de dag van morgen zal zich wel bezorgd maken om zichzelf. Iedere dag heeft genoeg aan zijn eigen kwaad" En aan zijn eigen goed en vreugde zou ik er aan toevoegen!... Leven wij meer vanuit ons innerlijke center, in diepe appreciatie voor de gave Gods die wij

zijn? Beleven wij meer het gratis karakter van alles, hoe alles eigenlijk gave is, die wij nu op gevorderde leeftijd veel meer appreciëren, zodat wij het leven meer kunnen vieren in plaats van het gewoon door te brengen! Hebben we meer compassie en empathie, in plaats van zoveel te oordelen. Zijn we milder geworden, buigzamer, tederder...

Al die aspecten van ouderdom hebben natuurlijk verband met mekaar. In de mate dat we het op die verschillende niveaus goed doen, hebben we een gelukkige ouderdom, of zoals vroeger al wel eens werd gezegd, "een gezegende leeftijd". Ja, dan zijn we inderdaad gezegend van er nog op die manier te mogen zijn en kunnen we dan ook een zegen zijn voor anderen.

Marcel Neels

De Lier, 19 juni 2016