

Wilhelm Schmid

*Een kleine
filosofie
van het ouder
worden*

Vertaald door Jabik Veenbaas



2016

DE BEZIGE BIJ

AMSTERDAM | ANTWERPEN

Voorwoord

In het begin was het enkel een verschijnsel dat me verbaasde, een waarneming die me blijvend bezighield. Toen mijn vijftigste verjaardag naderde, hield ik voor het eerst een lezing over wat me aan het denken had gezet: het ouder worden. Naderhand werd ik aangesproken door oudere mensen: ‘Mooie lezing, jongeman, maar dat alles kunt u toch nog helemaal niet weten?’ Mijn overwegingen kwamen inderdaad niet voort uit mijn eigen ouder worden, maar uit dat van mijn moeder. Ik bewonderde haar vanwege de gelatenheid

waarmee ze het onderging, zo uitgesproken anders dan zoveel anderen, en ik keek over haar schouder mee, om zoveel mogelijk van haar te leren, voor het geval ik het ooit nodig mocht hebben. Waarop berustte haar gelatenheid? En hoe zou ik die in de verre toekomst zelf kunnen bereiken?

In mijn lezing maakte ik me vrolijk over het feit dat er sprake is van ‘ouder worden’: is ouder niet de vergrotende trap van oud? Willen mensen dus liever ouder zijn dan oud? Als ik zestig werd, verkondigde ik met aplomb, zou ik mezelf niet als ‘ouder’ aanduiden; ‘oud’ zijn zou voor mij volstaan. De vraag naar de omgang met het ouder worden zou trouwens binnenkort toch nog slechts een historische herinnering zijn aan de ouderdom op het moment van zijn verdwijnen, waaraan onderzoekers over de hele wereld werkten: ik zou een van de laatsten zijn die dat ouder worden nog konden ervaren. Ik zou me blijmoedig bereid tonen om het te nemen zoals het kwam, mijn uiterste best doen om het zo gelaten mogelijk te ondergaan: om het simpelweg te aanvaarden, me er niet tegen te verzetten, het mooier noch lelijker voor te stellen dan het was, maar

om het in zijn hele reikwijdte tussen het lichte en het zware, het mooie en het nare waar te nemen, niet door een roze bril, ook niet door een donkere, maar door een zo helder mogelijke, want de nuchtere blik op de zaken is toch wel het grootste voorrecht van het ouder worden!

Intussen is het zover, zestig ben ik, dus oud. De waarheid is: het valt me niet mee. Gelaten ben ik niet. Op mijn zestigste verjaardag overviel me grote droefheid om het afscheid van mijn jaren als vijftiger, die heel mooi waren en nooit meer zouden terugkomen. Tien jaar eerder had ik al getreurd om het afscheid van mijn jaren als veertiger, die hét hadden, terwijl de komende jaren me weinig vertrouwen inboezemden. Zeker, het zijn maar getallen, maar ze duiden realiteiten aan, die sluipend naderen en plotseling je bewustzijn bereiken: de verstreken tijd wordt opgerekt, de toekomstige samengeperst, de dood komt dichterbij. Hoezeer je je ook innerlijk voorbereidt, je kunt nooit ervaren hoe het aanvoelt als het menens wordt. **Spreuken die het ouder worden proberen te negeren, hebben maar een beperkt effect: je bent zo oud als je je voelt? Zeker, maar**

meestal ben je ouder.* Je gevoel kan aan dit feit niets veranderen, integendeel zelfs: dat zet ons er alleen maar toe aan om het te verdoezelen. Niet elke vorm van verdoezeling is slecht, maar hier wordt uiteindelijk alleen de teleurstelling groter wanneer er bij alle zorgeloze spreuken niet tegen de waarheid valt op te boksen.

Ik heb me de ouderdom lange tijd voorgesteld als een rustig leventje op een zonnig terras – de blik ontspannen op de verte, tevreden met mezelf en de wereld. Wat me tot dusver ontbreekt, is het terras, en dus ook de rest. Zeker is alleen: ik wil niet tot die groep oude mensen behoren die ten koste van alles jong willen blijven, zelfs als ze zichzelf daarmee belachelijk maken. Ik wil geen wraakzuchtige bejaarde zijn, die zijn woede over het leven dat vergaat botviert op alles wat tot leven komt. Ik wil niet in volle wapenrusting uitrukken, met de gebiedende blik van iemand die zeker weet dat hij het altijd bij het rechte eind heeft, om mijn laatste krachten

* Hier en elders in het boek worden geconcentreerde, adagiumachtige passages vet afgedrukt, zodat de lezer die passages snel en als het ware panoramisch kan lezen.

vol ouderdomsagressie af te reageren op de jongeren, die alles altijd verkeerd aanpakken. De jongeren, daar ben ik van overtuigd, hebben altijd gelijk, en wanneer ze geen gelijk hebben, hebben ze nog steeds gelijk, dat wil zeggen: ze hebben alle recht van de wereld om hun eigen ervaringen op te doen. Als het slechte ervaringen zijn, dan kunnen ze daar wat van leren.

Gelaten leven kan een mens alleen met datgene wat hij als waar aanvaardt – voor het overige heeft hij al zijn krachten nodig voor het loochenen van het zogenaamd onware, dat niettemin bestaat. Eén aspect van de waarheid van het ouder worden is dat dit worden meer dan wat dan ook de confrontatie moet aangaan met de vergankelijkheid. Dat is altijd al zo geweest, maar in de moderne tijd begon het een bron van ergernis te worden; als alles technisch maakbaar is, waarom dan niet ook de eeuwige jeugd? Ook ik zou wel zin hebben in die eeuwige jeugd, maar wat voor leven zou dat zijn? Ook ik zou maar al te graag willen dat het leven in alle opzichten positief en aangenaam was, maar zouden juist dan het negatieve en onaangename niet een nog groter pro-

bleem worden? In plaats van al mijn krachten te verspillen in de strijd tegen het ouder worden, wil ik liever het in mijn rimpels neergelegde leven zelfbewust uitdragen.

Leren leven met je eigen ouderdom wordt een nieuwe uitdaging om tot kunst te maken wat vroeger vanzelfsprekend was: *Art of Aging* in plaats van *Anti-Aging* – de kunst van het ouder worden, met dit proces leren leven, in plaats van ertegenin leven. Levenskunst in de omgang met het ouder worden kan ons helpen om ons zodanig te verhouden tot de eisen die deze fase voor ons in petto heeft dat het leven mooi en aanvaardbaar blijft – zo niet ons eigen leven in deze tijd, dan toch het leven als geheel.

Levenskunst is al heel lang mijn thema, niet omdat ik haar bezit, maar omdat ik haar nodig heb. Het begrip levenskunst stamt uit de klassieke filosofie, in het Grieks *techne tou biou* of *techne peri bion*, in het Latijn *ars vitae* of *ars vivendi*, de ‘kunst van het leven’ in de zin van een bewust geleid leven. Levenskunst wordt in het populaire spraakgebruik dikwijls opgevat als er onbekommerd op los leven. Dat vormt een optie voor iedereen die er ge-

bruik van wil maken, maar het is geen bijzondere inspanning die de naam kunst zou verdienen. Een andere, veeleisender optie is een zich steeds vernieuwende oriëntatie van het denken. Zo'n bewuste houding is niet permanent mogelijk, maar dat is ook niet nodig; enige verinnerlijking en reflectie van tijd tot tijd volstaan, in dit geval met betrekking tot het ouder worden. Wat betekent dat? Hoe verloopt het? Waar sta ik op dit moment? Wat staat me te wachten? Hoe kan ik me daarop voorbereiden? Wat ligt in mijn macht, wat daarbuiten? Levenskunst als bezinning, om ook in deze fase zin te ontdekken, het leven zin te geven en een bewust leven te leiden – als het niet opwindender lijkt om er maar wat op los te leven.

Het probleem van het ouder worden in de moderne tijd is dat het als zinloos wordt gezien, en zelfs beschouwd als een ziekte die in een vroeg stadium dient te worden vastgesteld en vastberaden moet worden bestreden, tot ze ten langen leste operatief kan worden weggenomen. De opvatting van het ouder worden als iets dat geen zin heeft, zodat er met alle mogelijke middelen tegen moet

worden opgetreden, zou wel eens een uitwas kunnen zijn van het zeer dominante *ik-isme* in de moderne tijd, dat het eeuwig jonge ik propageert: ik, voor altijd en eeuwig. In het motto *Forever Young* (een uit 1984 daterend en eindeloos gecoverd liedje van de popgroep Alphaville uit Münster), smeekgebed en strijdkreet tegelijk, komt het verlangen daarnaar tot uitdrukking. Zodra één opvatting echter de alleenheerschappij verkrijgt, wordt een andere opvatting tot plicht, want monoculturen van zienswijze bedreigen het leven: ze sussen het in slaap, alleen tegenspraak wekt het weer tot leven. Een andere opvatting, die een andere, veranderde moderniteit zou kunnen kenmerken, is de opvatting dat het ouder worden zin heeft. Welke?

Een *natuurlijke* zin van het ouder worden is mogelijk de geleidelijke gewenning van het individu aan het feit dat zijn leven ten einde loopt – een voorzorg van de natuur voor haar schepsel, dat heerszuchtige kruidje-roer-meniet dat we mens noemen. Ook de natuur kent het principe *Forever Young* – maar gaat daarbij anders te werk dan de moderne cultuur: eeuwig jong blijft ze omdat ze leven

laat vergaan en nieuw leven laat ontstaan. Ze zou elk leven ook met één felle slag, een *Cut*, kunnen beëindigen, de ideale dood van velen, maar niet voor iedereen weggelegd, aangezien de natuur het langzame proces van het ouder worden prefereert: zo blijft er tijd over om de nieuwe levensaanwas bij te staan, ervaringen door te geven en nieuwe ervaringen op te doen. Leven in overeenstemming met deze zin betekent dan, uitgedrukt in florale termen: zo lang voor zichzelf en anderen blijven bloeien als een meer of minder onverwoestbaar gewas dat kan – en akkoord te gaan met het verwelken. Het leven vieren, zolang het duurt, het eigen leven en alle leven – ook waar dat het eigen leven te boven gaat. De rijpe volheid van het leven ervaren – en de vergankelijke grenzen ervan accepteren. Ben ik daartoe in staat?

Een *culturele* zin die aan het ouder worden kan worden gegeven, ligt in de ontdekking van hulpbronnen die het leven verlichten en verrijken, juist nu. Zo'n hulpbron is de *gelatenheid*. Die lijken we te ontberen: de moderne tijd schudt de mensen zo door elkaar en brengt hun leven zozeer in het ongerede, dat het ver-

langen naar gelatenheid groeit. Het was een belangrijk begrip in de westerse filosofie sedert de *ataraxia* ('niet-onrust') van Epicurus uit de vierde/derde eeuw voor Christus, en in de christelijke theologie sinds de *gelazeneheit* van meester Eckhart uit de dertiende/veertiende eeuw. In de moderniteit raakte het echter in vergetelheid. Het viel ten offer aan het jachtige activisme, aan het wetenschappelijk-technische optimisme, de met het begrip verbonden terughoudendheid werd niet beschouwd als deugd. De voorgewende *coolness*, die ervoor in de plaats kwam, hield desondanks de herinnering aan de humane warmte ervan overeind. Een bepaalde levensperiode leek heel lang bij uitstek gemaakt voor de gelatenheid: het ouder worden. Maar ook dat is een jachtige tijd geworden, de gelatenheid is niet meer iets dat ons zomaar gaat lukken. Hoe kunnen we haar heroveren? Zou de ouder wordende samenleving ook een gelaten samenleving kunnen worden?

Ik bezit zelf geen gelatenheid, maar het lijkt me het nastreven waard om in gelatenheid een mooi leven te kunnen leiden. Die gelatenheid is beslist in iedere levensfase een verrijking,