

FRITS DE LANGE

EINDELIJK

VOLWASSEN

DE WIJSHEID

VAN DE TWEEDE

ten have



LEVENSHELFT

Frits de Lange

EINDELIJK
VOLWASSEN

*De wijsheid van
de tweede levenshelft*

th ten have

INHOUD

Voorwoord | 7

INLEIDING Eindelijk volwassen | 9

HOOFDSTUK 1 Vroeg wijs, vroeg zot | 27

Het complexe verband tussen leeftijd en wijsheid

1. Demasqué van de wijze oudere | 27
2. Wijsheid, gemeten en in kaart gebracht | 32
3. Naar de sterren kijken zonder in een greppel te vallen | 41
4. Zelfkennis en zelftranscendentie | 48

HOOFDSTUK 2 De ‘flow of life’ | 59

Jezelf overstijgen op latere leeftijd

1. De boot en de rivier | 59
2. ‘Ek mis myself steeds minder’ | 71
3. Esoterie of wetenschap? | 82
4. Gerotranscendentie: een tegendraads alternatief | 89

HOOFDSTUK 3 Schipperen | 93

De marges van de zelfsturing

1. De illusie van autonomie | 93
2. Zelfsturing als zelftransformatie | 100
3. Vier stuurmansdeugden | 109
4. Driemaal volwassen | 112
5. De roeispaan en de dorsvlegel | 117

HOOFDSTUK 4 Groeipijn | 125

Sterven aan jezelf

1. Uitzoomen | 125
2. Pijnlijke zelfkennis | 131
3. Van zelfrelativering naar zelfverruiming | 137
4. Zelfonthechting | 142

HOOFDSTUK 5 Een lichtgewicht zelf | 151

Hoe wijsheid zich laat zien

1. Rehabilitatie van een monniksdeugd | 151
2. Leven over het graf heen | 162
3. De doodsangst te slim af | 169

Literatuur | 183

Noten | 197

VROEG WIJS, VROEG ZOT

*Het complexe verband
tussen leeftijd en wijsheid*

1. Demasqué van de wijze oudere

De cultureel antropoloog Sjaak van der Geest woonde en werkte jarenlang in Ghana. Voor zijn Ghanese vrienden waren wijs en oud synoniemen, dat was volgens hen vanzelfsprekend in Afrika. Hoe ouder je bent, hoe meer je hebt meegemaakt, des te wijzer ben je, zeiden ze. Van der Geest kwam als waarnemer van buiten tot een andere conclusie.

In een interview met *NRC Handelsblad* vertelde hij: 'De meeste mensen die op jongvolwassen leeftijd sociaal gestoord, kortzichtig, egoïstisch of gemeen waren, zijn dat op oude leeftijd nog steeds, alleen een graadje erger.' Dat geldt ook voor de oude Afrikanen die hij meemaakte, ook al wordt in die cultuur meer lippendienst bewezen aan de wijsheid van de ouderdom dan in de Europese. 'Spreekwoorden, eretitels, etiquettevoorschriften en rituelen die de

ouderdom verheerlijken als de mooiste tijd van het leven helpen de ouderen nog even vast te houden aan dat mooie beeld van de wijze, gerespecteerde en beminde oudere.’

Maar die ouderen vielen behoorlijk tegen, als je wijsheid opvat als de kunst om jezelf te relativieren en het doorzien van illusies. Ze hadden volgens Van der Geest niet in de gaten dat de tijden veranderen. Ze hielden koppig vast aan vroeger en keken tandenknaarsend toe hoe de nieuwe jeugd er andere waarden en normen op nahoudt, constateerde Van der Geest. Hun levenservaring zat hun eerder in de weg dan dat zij hen hielp om wijs te worden. ‘Diep in hun hart weten ze dat hun tijd voorbij is. De echte wijzen waren degenen die daar met mij over durfden praten met een bewonderenswaardige mildheid en welsprekendheid. Maar zij die zich tegen de eclips van hun leven verzetten, kunnen zich ontpoppen als nare zeurkousen of onhebbelijke, gemene despoten, zowel in Ghana als hier,’ aldus Van der Geest.¹

Zijn ouderen doorgaans wijze mensen? Ik begin dit boek als een gewaarschuwd mens: het verband tussen wijsheid en een gevorderde leeftijd is misschien wel een mythisch overblijfsel uit vroeger tijden, een illusie die in een moderne samenleving niet standhoudt. De psychoanalyticus Carl Gustav Jung beschouwde de Wijze Oudere als een archetype, een oerbeeld in

ons collectieve onbewuste dat onze ervaringen van de constanten in onze menselijke natuur zoals geboorte, dood, seksualiteit en ouderschap, structureert en beïnvloedt. Zo'n archetype is bijvoorbeeld de Held, krachtig vertegenwoordigd en belichaamd in onze collectieve psyche door de eindeloze productie van heroïsche Hollywoodfilms. Hij staat ver van ons doorgaans weinig heroïsche leven af, maar niemand noemt hem een verzinsel. Integendeel, als een krachtig ideaal inspireert de Held ons tot moed en doorzettingsvermogen, zodat we ons ook bij heftige tegenstand niet uit het veld laten slaan.

Terwijl de Held als cultuurideaal springlevend is, leidt de Wijze Oudere een zieltoegend bestaan. We moeten ver terug in de geschiedenis om er nog een glimp van op te vangen. We kennen de blinde ziener Theresias uit Homerus en de tovenaars Merlijn in de legende rondom Koning Arthur. Oude vrouwen werden ooit gevreesd als priesteres of verbrand als heks. Oude mannen leken ooit een beetje op de God van het bijbelboek Daniël, die als ontzagwekkende Oude van Dagen de kosmos bestiert: 'Zijn kleed was wit als sneeuw, zijn hoofdhaar als zuivere wol. Zijn troon bestond uit vuurvlammen, de wielen uit laaiend vuur' (Daniël 7:9). Ooit was die God de ultieme verbeelding van wijsheid en autoriteit, zoals het negentiende-eeuwse schilderij *Ancient of Days* van William Blake laat zien. Tegenwoordig is de oude man met baard in de hemel een

uitdrukking van tandeloze machteloosheid. De ouderdom heeft zijn betovering verloren.

Ook empirisch onderzoek lijkt korte metten met de wijze oudere te maken. De psycholoog Gerard M. Brugman maakt in zijn proefschrift (*Wisdom*, 2000) de balans op van alle onderzoek naar de samenhang tussen leeftijd en wijsheid en komt tot de ontnuchterende conclusie: in driekwart van de studies wordt geen rechtstreeks verband tussen beide waargenomen. Van het resterende kwart onderzoeken komt de helft zelfs tot een negatief verband: hoe ouder, des te dwazer. 'Voorlopig mogen we dan ook concluderen dat wijsheid een leeftijdsonafhankelijk verschijnsel is,' schrijft Brugman zuinigjes.²

Als leeftijd geen voorspeller van wijsheid is, wat is het dan wel? Brugman geeft zelf een sceptische definitie van wijsheid als 'expertise in onzekerheid': het vermogen om in te zien dat onze kennis fundamenteel beperkt is, zonder dat het je uit je evenwicht brengt. Als je het zo bekijkt, gaat wijsheid meer om bepaalde persoonlijkheidskenmerken. Hoe je in elkaar zit is belangrijker dan hoe oud je bent. Openstaan voor nieuwe ervaringen, gecombineerd met emotionele stabiliteit en het verlangen om ondanks de grilligheid van het leven er iets van te maken – dat zijn eigenschappen die je wijs maken.

In ons type samenleving gaan veranderingen in een steeds hoger tempo, de onzekerheden nemen

alleen maar toe. Expertise in onzekerheid draagt daarom bij aan ons geluk. Mensen op leeftijd hebben tegenwoordig de tijdgeest bepaald niet mee. Hoe ouder, des te minder flexibel worden we immers en des te meer hangen we aan verworven zekerheden en vastgeroeste overtuigingen. Dat geldt voor Ghanezen én Nederlanders. De conclusie moet dan welhaast zijn: hoe ouder, hoe zotter.³

Ik wil in dit boek een pleidooi voeren voor wijsheid als ideaal in de tweede levenshelft en begin daaraan als een gewaarschuwd mens. Op iemand die een verband wil leggen tussen leeftijd en wijsheid rust de nodige bewijslast. Ik ontkom daar voor een deel aan door te beweren dat je naar wijsheid moet willen stréven in het latere leven, en dat het geen vanzelfsprekend feit is dat je het ook wordt. Maar ik moet dan toch aannemelijk kunnen maken dat het zin heeft wijs te willen worden, dat je er een beter en gelukkiger mens van wordt, en dat de tweede levenshelft bij uitstek de levensfase is waarin dat kan. Het belooft een spannende ontdekkingstocht worden, maar ik hoop dat het me gaat lukken. Ik heb daarbij de filosofie als gids, letterlijk (*philo-sophein*) de liefde voor de wijsheid. Maar ook de gerontologie, de wetenschap die de ouderdom tot onderzoeksobject heeft. Dat is een relatief nieuwe discipline, die de vruchten van medisch-biologisch en sociaalwetenschappelijk onderzoek naar ouder

worden verzamelt en zo illusies van feiten probeert te scheiden.⁴

In de psychogerontologie is inmiddels een omvangrijke en gevestigde onderzoekstraditie naar wijsheid ontstaan in het spoor van de ontwikkelingspsycholoog Erik H. Erikson (1902-1994).⁵ We beginnen onze zoektocht bij hem, omdat zijn visie op wijsheid in de gerontologie klassiek is geworden: niemand die vandaag iets over de menselijke levensloop beweert, kan om hem heen.

2. Wijsheid, gemeten en in kaart gebracht

Erik H. Erikson (1902-1994) werd als Erik Salomonson uit Deense ouders in Duitsland geboren en werd door Anna Freud in Wenen als psychoanalyticus opgeleid. In 1930 trouwde hij met Joan Mowat Serson, een Canadese danseres en kunstenaar, die grote invloed op zijn werk had en die we in het volgende hoofdstuk weer zullen ontmoeten. Het echtpaar Erikson vluchtte vanwege het naziregime in 1933 naar de Verenigde Staten. Als hoogleraar aan onder andere Yale, Berkeley en Harvard specialiseerde hij zich in de ontwikkeling van kinderen, maar breidde zijn interesse gaandeweg uit tot de hele menselijke levensloop.

Erikson is beroemd geworden met zijn model van de levensloop met opeenvolgende fasen, waarin tel-

kens een balans moet worden gevonden tussen twee conflicterende tendensen. In de laatste levensfase culmineert de ontwikkeling in wijsheid, die het op moet nemen tegen de wanhoop dat je leven tevergeefs is geweest. Zijn model is een mix van klinische waarneming en *wishful thinking*: hij ontmoet in zijn therapeutische praktijk en zijn persoonlijke omgeving mensen die in hun persoonlijke ontwikkeling hem inspireren tot een ontwerp van een ideaalplaatje van de menselijke levensloop.

Eriksons theorie is geënt op een biologisch model van groei. De gezonde mens ontvouwt in zijn levensloop het 'grondplan' waarmee hij geboren is. Gaat er in een bepaalde fase iets mis, dan komt het succesvol doorlopen van de volgende fase in gevaar.⁶ Dat geldt voor onze fysieke, maar ook voor onze psychosociale ontwikkeling. Pas als er in een bepaalde fase evenwicht wordt gevonden, kan men de spanningen in de volgende aan.

De laatste twee levensfasen in het schema van Erikson zijn voor ons het meest relevant.⁷ In de voorlaatste fase, de late volwassenheid, worden mensen opgeslokt door de voltooiing van hun eigen levensproject, maar dringt zich tegelijk de vraag aan hen op welke erfenis ze achterlaten aan de volgende generatie. Voor dat laatste muntte Erikson de term generativiteit, waarmee hij 'de zorg voor het vormen en leiden van de volgende generatie' omschrijft.⁸ Alleen als het

mensen in de late volwassenheid lukt om de spanning tussen zelf-absorptie en generativiteit op te lossen, ze een stabiele identiteit verwerven en duurzame relaties aangaan, zijn ze in staat om een bredere cirkel van aandacht en zorg te trekken en zich belangeloos in te zetten voor de toekomst van de mensheid.

In de allerlaatste – in Eriksons model achtste – levensfase wordt terugblikkend de balans van een heel leven opgemaakt. Het gaat er nu om je leven af te ronden en er een eenheid van te maken. Ook de mislukkingen die je zijn overkomen en de fouten die je hebt begaan, moet je onder ogen durven zien en aanvaarden. Als dat niet lukt, eindig je als wanhopig mens. Ben je daar wel toe in staat, dan belichaam je de ultieme wijsheid, door Erikson gedefinieerd als: ‘bewuste en onthechte zorg voor het leven in het aangezicht van de dood.’⁹

Erikson herstelt op deze manier de aloude associatie tussen ouderdom en wijsheid, nu niet meer als mythe, maar als vrucht van kritische reflectie op basis van zijn waarnemingen als psycholoog.

Hij heeft echter nooit de behoefte gevoeld zijn summiere omschrijving nader toe te lichten of aan te scherpen. Wat bedoelde hij precies? Het bleef bij dat zojuist geciteerde korte zinnetje, dat eigenlijk meer vragen oproept dan het beantwoordt. Hij baseerde zijn theorie naar eigen zeggen op levenslange klinische ervaring. Maar waar is de empirische basis onder zijn claim dat ouderdom – mits het leven dat eraan vooraf-

ging goed is doorlopen – uiteindelijk wijsheid voortbrengt? Er zit een sterk normatieve trek in zijn ontwikkelingschema. Is de wens bij hem niet de vader van de gedachte?¹⁰

Wijsheid is bij Erikson een ontwikkelingspsychologisch ideaal voor het latere leven. Hoe summier ook, zijn omschrijving geeft wel een richting aan hoe we haar moeten duiden. Misschien kan ik die duidelijk maken aan de hand van Ivan Iljitsj, de hoofdpersoon uit Tolstojs novelle *De dood van Ivan Iljitsj*.¹¹ Iljitsj is een goed voorbeeld van een oud mens die als dwaas eindigt. Hij leeft volledig voor zijn carrière in de rechterlijke macht en het sociale aanzien dat die hem oplevert. Voor zijn gezin en naaste omgeving heeft hij nauwelijks aandacht.

Hij mist elk gevoel voor menselijke verhoudingen, elke vaardigheid in existentieel levensmanagement is hem vreemd. Dat blijkt op het moment dat hij dodelijk ziek wordt, een ramp die hem compleet overvalt. Alle mensen zijn sterfelijk, dat had hij wel op school geleerd. Maar dat ook hij een sterfelijk mens is, dat was nooit in hem opgekomen. Tot het einde toe ontkent hij dat hij ten dode is opgeschreven. Waarom overkomt hem dit? Hij had toch altijd voorbeeldig geleefd, zoals het moest? 's Nachts wordt hij gekweld door de gedachte dat hij valse waarden heeft nagejaagd en dat zijn leven een lege huls is gebleken. Tot het einde toe

klaagt hij God aan voor het onrecht dat hem is aangedaan. ‘Er is geen verklaring! Lijden, dood (...) en waarom?’ Ivan Iljitsj sterft in wanhoop.

Er is in heel Tolstojs novelle eigenlijk maar één wijze te bekennen, en dat is de knecht Gerasim, een simpele boerenjongen. Hij verzorgt Ivan Iljitsj’ wegterende lichaam met een vanzelfsprekende compassie tot het eind, ‘bereidwillig en met genoeg, met een eenvoud en een goedheid die Ivan Iljitsj vertederden’. ‘Wij sterven allen,’ zegt hij. ‘Waarom zou ik mij dan niet wat moeite geven?’ Hij bedoelde, interpreteert Tolstoj, dat geen moeite hem te veel was, juist omdat hij het voor een stervende deed, en hij hoopte dat iemand ook voor hem zorgen zou, wanneer zijn tijd gekomen was. Terwijl Ivan Iljitsj zich tot zijn laatste snik als een verwend kind blijft gedragen, belichaamt de jonge Gerasim de wijsheid die je bij zijn stervende meester op grond van diens leeftijd zou mogen verwachten. Hij zorgt voor het leven, terwijl Ivan Iljitsj alleen aan zichzelf denkt. Bij deze oudere man is enige vorm van onthechting ver te zoeken en van de dood wil hij niets weten.

Gerontologen namen Eriksons intuïties over wijsheid in de laatste levensfase tot uitgangspunt voor verder onderzoek. De bekendste van hen is Paul B. Baltes (1939-2006), een psycholoog die van onderzoek naar wijsheid zijn levenswerk maakte.

‘Ik wil met dit boek een voorstel doen voor een ander script voor de tweede levenshelft, dat je helpt om er zin in te krijgen.’

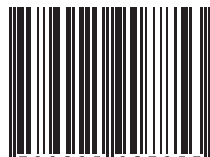
Geloof je in het ideaal van de leeftijdsloze oudere? Of zie je ouderdom vooral als verval? Waar het eerste beeld een illusie verkoopt, is het tweede een domper. Frits de Lange geeft een eigenwijs derde scenario: de wijze oudere. In de tweede levenshelft leren we onszelf beter kennen en relativeren. Dat helpt je om met meer compassie naar de wereld te kijken, je in te spannen voor toekomstige generaties en minder bang te zijn om te sterven.



FRITS DE LANGE is hoogleraar Ethiek aan de PThU Groningen en buitengewoon hoogleraar Systematische Theologie in Stellenbosch (Zuid-Afrika). Ook doceert hij aan de filosofische Academie op Kreta. De Lange schrijft regelmatig voor *Trouw*. Eerder verscheen van hem het meermaals herdrukte *Heilige onrust*.

 *ten have*

WWW.UITGEVERIJTENHAVE.NL



9 789025 190785 31 >