

Inhoudsopgave

Voorwoord 9

(1) We worden oud 13

(2) Ziel en lichaam 33

(3) Doorgaan 47

(4) We kijken vooruit 73

Bijbeltekstenindex 93

(1)

We worden oud

In juni 2012 werd er ter gelegenheid van het diamanten jubileum van de Britse vorstin, hare majesteit Elizabeth II, koningin van het Verenigd Koninkrijk en het Britse Gemenebest, vier dagen lang feestgevierd. Als Brit van geboorte die later tot Canadees is genaturaliseerd, sprak deze feestelijke gebeurtenis mij erg aan. Op de vierde dag zette ik mij aan het schrijven van dit boek.

Het richt zich tot mensen die, net als ik, al wat ouder zijn. Tegenwoordig worden wij oudjes (zoals ik anderen over ons heb horen spreken) ingedeeld als jongere ouderen (65-75), middelbare ouderen (75-85) en oudste ouderen (ouder dan 85). Koningin Elizabeth behoort tot de oudste ouderen, net als haar echtgenoot; zij is 87, hij 92.

De koningin is een zeer opmerkelijke persoonlijkheid. Onvermoeibaar, zo lijkt het, blijft zij doen wat ze al ruim zes decennia doet: vriendelijk maar gereserveerd wuiven naar de menigten waar ze langsgereden wordt, en tijdens haar rondgang te midden van het publiek iedereen, vooral kinderen, met een glimlach groeten. Meer dan zestig jaar geleden heeft zij God beloofd om heel haar leven de inwoners van het Britse Gemenebest te dienen. Tot op heden heeft zij dat vol toewijding gedaan, en ongetwijfeld zal zij haar taak blijven vervullen zolang zij daar fysiek toe in staat is. Zolang zij op de troon zit, mogen wij er dus van uitgaan nog vaak haar platte hoeden te zien en haar duidelijke, rustige stem te horen. Ze is een christenvrouw met het vaste voornemen zich aan haar belofte te houden tot ze niet meer kan. Ze verdient daar onze volledige bewondering voor.

Als christen, als inwoner van het Gemenebest en als oudste oudere die zijn leven eveneens aan God heeft toegewijd, streef ik ernaar haar voorbeeld van niet-aflatende trouw te volgen. Ik schrijf dit boek in de hoop anderen ervan te overtuigen dat ook te doen.

Al schrijvend ben ik mij ervan bewust dat niet al mijn leeftijdgenoten mij hierin kunnen

volgen. Niet omdat hun toewijding aan Christus minder groot is dan die van mij, maar omdat ze op dit moment beperkt zijn in hun denken en doen door hun afnemende lichamelijke gezondheid. Of, wat nog verdrietiger is, ten gevolge van een vorm van dementie, dat wil zeggen, dat hun geest door een defect in de hersenen niet meer goed functioneert. Voor ons die tot de oudste ouderen behoren, zijn dat vaak onomkeerbare processen.

Hedendaagse medicatie en operatieve ingrepen zorgen ervoor dat ons lichaam langer meegaat, dat klopt. Er zijn er zelfs die denken dat het leven van de mens verlengd zal kunnen worden tot zo'n 120 jaar. Maar wie zou daarvoor kiezen bij het vooruitzicht dat men zo'n vijftig jaar lang, in ieder geval een derde van deze langere levensperiode, het slachtoffer van dementie zou kunnen worden? Deze mogelijkheid valt immers nauwelijks uit te sluiten, want een op de vier oudste ouderen krijgt nu al te maken met een vorm van dementie en de kans erop zal alleen maar toenemen naarmate we langer leven.

Hoe het ook zij, op deze bladzijden richt ik mij tot die mensen bij wie door Gods genade de verstandelijke vermogens nog redelijk intact

zijn; die erkennen dat ouder worden niet weggelegd is voor watjes; en die bereid zijn om te leren hoe we bij het ouder worden kunnen blijven leven tot eer van God.

ACHTERUITGANG

Hoe moeten we het ouder worden tegemoet treden? Doorgaans wordt aangenomen dat het vooral een proces van verliezen is: krachten nemen af, zowel op geestelijk als lichamelijk gebied, en het vermogen om op allerlei levens-terreinen vooruit te kijken en vooruit te gaan wordt gereduceerd tot nul. Meer dan vier eeuwen geleden legde Shakespeare de melancholieke Jaques in het toneelstuk *As You Like It* dergelijke bewoordingen in de mond. In zijn bespiegelingen over de zeven leeftijden van de mens op het wereldtoneel zegt Jacques het volgende:

Het laatste changement

Dat onze historie, vreemd en rijk, afsluit

Toont tweede kindsheid, suffige dementie:

Geen tanden, ogen, smaak, nee, vraiment
niets

(AKTE 2, SCÈNE 7. VERT. GERRIT KOMRIJ, 1986)

En in de Bijbel, zeker tweeduizend jaar eerder dan Shakespeare, dringt de leraar-filosoof-betweter-wijsneus, niet zozeer een pessimist als wel een realist, die alles voor de oplettende waarnemer afschildert zoals het zich vertoont ‘onder de zon’, er bij de jongeren op aan: ‘Denk aan uw Schepper in de dagen van uw jeugd, voordat de kwade dagen komen [...]; voordat de zon verduisterd wordt, evenals het licht en de maan en de sterren’ (de vreugde om het bestaan verdwijnt), ‘en de wolken terugkeren na de regen’ (problemen keren terug), ‘op die dag, wanneer de bewakers van het huis zullen beven’ (armen verzwakken, handen trillen), ‘de sterke mannen (benen) zich zullen krommen’, ‘de maalsters (tanden) ophouden, omdat ze met weinigen zijn’ (ze vallen uit), ‘en zij die door de vensters (ogen) kijken, verduisterd worden’, ‘wanneer de beide deuren naar de straat gesloten worden’ (men wordt doof), ‘het geluid van de molen verzwakt’ (kauwen kost moeite), ‘men opstaat bij het geluid van de vogels’ (men schrikt zelfs al van onverwachte geluidjes), ‘en alle zangeressen neergebogen zullen worden’ (muziek wordt iets vervelends in plaats van iets fijns), ‘men ook gaat vrezen voor de hoogte’ (slecht evenwicht, last van duizelingen), ‘en er verschrikkingen zijn op de weg’ (men voelt

zich regelmatig bang), ‘de amandelboom gaat bloeien’ (haar wordt wit), ‘de sprinkhaan zichzelf tot last wordt’ (men gaat moeilijker lopen en wordt onvast), ‘en de kapperbes niet meer helpt’ (emotionele gevoelloosheid doet zijn intrede) ... (Pred. 12:1-5).

Dit beeld duidt op verlies, zwakte en apathie, als voorboden van de dood. Zo beschrijft Prediker het ouder worden.

RIJPHEID

Maar noch in de Bijbel noch in het leven is dit het hele verhaal. Luister nogmaals naar Shakespeare. In zijn tragedie *King Lear*, een van de klassiekers over families waarin onenigheid is, zegt een onteigende zoon, die weigert verbitterd te zijn om hoe hij is behandeld, het volgende over zijn blind geworden vader die niet langer wil leven:

Leidzaam moet een mensch
't Heengaan verduren, evengoed als
't komen;
Rijpheid is alles.

(AKTE 5, SCÈNE 2. VERT. A. ROLAND HOLST, 1914)

‘Rijpheid’ – wat betekent dat? Het woord drukt een positief gevoel van volgroeidheid uit, zoals bij rijp fruit. We kennen allemaal het verschil tussen rijp en onrijp fruit. Het laatste is wrang, zuur, hard, vrijwel smakeloos en doet ons de mond samentrekken; het eerste is relatief zacht en zoet, sappig, vol van smaak, en heeft een plezierige nasmaak.

Bij mensen van middelbare leeftijd en ouder doet zich een vergelijkbaar verschil voor. Sommige mensen worden genadig oud, in de zin dat ze volledig gegrepen zijn door Gods genade. In toenemende mate geven zij blijk van een goed ontwikkeld inzicht, samen met een goed gevormd karakter: standvastig, veerkrachtig en onbuigzaam, met een niet aflatend gevoel voor verhoudingen en voldoende middelen om anderen te steunen en te begeleiden.

In Shakespeares toneelstuk moeten de woorden ‘Rijpheid is alles’ echter met een zekere mistroostigheid worden uitgesproken. Daar wordt namelijk de gedachte verwoord dat deze persoonlijke rijpheid het enige is wat iemand aan het einde van het leven rest, ondanks het feit dat men veel meer had verwacht, en mocht verwachten.

Hier komt de Bijbel echter tussenbeide door de gedachte te benadrukken dat geestelijke rijpheid veel meer waard is dan materiële rijkdom in welke vorm ook, en dat de geestelijke rijpheid naarmate men ouder wordt steeds groter zou moeten worden.

In de Bijbel komt het inzicht naar voren dat het ouder worden, onder God en door genade, wijsheid zal brengen; dat wil zeggen, een groter vermogen om te onderscheiden, te kiezen en te bemoedigen. In Spreuken 1-7 brengt een duidelijk wat oudere vader zijn volwassen maar onvolgroeide zoon morele en geestelijke wijsheid bij. In Psalm 71 zien we een al wat oudere prediker die ondanks grote tegenstand de beste jaren van zijn leven heeft gegeven om over Gods waarheid te vertellen. Hij bidt als volgt:

Want U bent mijn hoop, Heere HEERE,
mijn vertrouwen vanaf mijn jeugd [...]

Verwerp mij niet ten tijde van de ouderdom;
verlaat mij niet nu mijn kracht vergaat [...]

Maar ik blijf voortdurend hopen
en zal U nog meer loven.
Mijn mond zal van Uw gerechtigheid vertellen,

van Uw heil de hele dag,
hoewel ik de afmetingen *ervan* niet weet.
Ik zal komen met de machtige daden van de
Heere HEERE,
ik zal Uw gerechtigheid in herinnering roepen,
de Uwe alleen.

O God, U hebt mij onderwezen vanaf mijn
jeugd
en tot nu toe verkondig ik Uw wonderen.
Ja, ook nu de ouderdom en grijsheid gekomen
is –
verlaat mij niet, o God,
totdat ik *deze* generatie Uw *sterke* arm ver-
kondigd heb,
alle nakomelingen Uw macht.
(PS. 71:5, 9, 14-18)

En Psalm 92:13 en 15 verkondigen:

De rechtvaardige zal groeien als een palm-
boom,
hij zal opgroeien als een ceder op de Libanon
[...]
In de ouderdom zullen zij nog vruchten dragen,
zij zullen fris en groen zijn.