



De derde levensfase

Over de erotiek van het ouder worden

De laatste jaren van mijn professioneel bestaan was ik op de Hogeschool bij de afdeling welzijnswerk als onderwijskundig medewerker betrokken bij het opzetten van een opleiding voor het werken met oudere mensen. Dat was mijn eerste kennismaking met de wereld van de ouderen en met al de theorieën die rondom ouderen gangbaar zijn. Ik ben natuurlijk pas echt met het ouder worden geconfronteerd, op het moment dat de maatschappij vindt, dat je tot die categorie behoort, dus op mijn vijf-en-zestigste. Dat heeft weinig indruk op me gemaakt. Pas de cursussen voor oudere mensen binnen het HOVO heeft me aan het denken gezet over de betekenis van de derde levensfase. Bepaalde algemene thema's die ik hier behandelde hadden allemaal specifieke uitlopers naar deze wereld. Ik denk hierbij aan thema's als: de zin van het leven, het besef van vergankelijkheid, het zoeken naar wijsheid. Ik merkte, dat ik in mijn boeken (als het ouder worden ter sprake kwam) heel gemakkelijk terugviel op twee auteurs: Romano Guardini (1885-1968) en Frans Frijns (1934).

Twee inspiratiebronnen

Guardini noemt de fase van het ouder worden de fase van de onthechting en daarmee van de reflectie. Ik citeer hem om te laten zien, hoeveel elementen hij ziet in het ouder worden. 'Die 'onthechting' kunnen we in verband brengen met een groeiend besef van vergankelijkheid; er vindt een verandering plaats in de manier waarop gebeurtenissen worden beleefd. Niet dat er minder gebeurt of dat gebeurtenissen hun waarde verliezen, maar het beleven wordt anders. Er komt meer 'ruimte' voor bezinning en besef van relativering. Die fase van 'onthechting' kunnen we daarom ook 'de fase van de reflectie' noemen, een fase waarin men meer contemplatief is ingesteld dan voorheen, maar tegelijkertijd midden in het leven staat, afstand neemt en toch geëngageerd is, zich bezint en ook kan optreden, innerlijke rust verwerft en toch actief is'.

Wie zou met deze omschrijving in de hand niet oud willen worden? Alle menselijke eigenschappen schijnen zich in de ouderdom te concentreren. Ik herken de uitspraken: de ouder wordende mens ervaart (anders dan vroeger) het leven in zijn vergankelijkheid. Hij neemt afstand, relativeert mensen en dingen, zonder ze van hun betekenis te ontdoen. Maar deze beschouwende en afstandelijke houding doet hem intenser bij het leven betrokken raken. Het is een prachtig ideaal om naar te streven, maar ik mis een factor, die heel veel roet in het eten van ouderen gooit: een lichaam, dat niet goed meer mee wil en ons leven en denken steeds meer gaat bepalen, totdat de dood er op volgt. Guardini schets een te sereen beeld van het ouder worden.

Met Frans Frijns heb ik kennis gemaakt bij het schrijven van ons boekje over ouderen en zingeving. Hij is een (ex-)filosofieleraar, die in staat is het poëtische en het filosofische dicht bij elkaar te houden en elkaar te laten bevruchten. Op deze wijze speelt hij het klaar om dieper in het vraagstuk van het ouder worden van de mens door te dringen dan logische analyses dit vermogen. Tijdens de voorbereiding van onze gezamenlijke publicatie kwam zijn affiniteit naar voren met dichters die zich met 'tijd' en 'tijdsbesef' bezig hielden. Zijn bijzondere voorliefde ging hierbij uit naar gedichten van Cees Nooteboom en Ida Gerhardt. Vanuit de gedichten van Gerhardt spreekt Frijns over de 'erotiek' van het ouder worden. Dat woord zou je niet gauw verwachten in de kontekst van het ouder worden. Vandaar dat Frijns uitvoerig



toelicht, wat Gerhardt hieronder verstaat. Eros is een tegenstrijdig wezen: hij leeft zichzelf uit op alle gebieden, zonder er ooit genoeg van te krijgen, terwijl hij toch ervaart, dat het leven hem ontglipt. Bij Ida Gerhard is Eros het symbool geworden van de innerlijke drang het geleefde leven op te geven en vanuit de onvervulbare leegte en het onstilbaar verlangen dat hieruit ontstaat, het leven ten volle en met graagte te leven zonder er ooit genoeg van te krijgen.

Vandaar dat de 'erotiek' van het ouder worden volgens Frijns twee kanten heeft: alles te verliezen en daardoor vrij te worden. De levensopdracht alles uit het leven te halen is nooit helemaal te vervullen, waardoor het leven uiteindelijk een verloren zaak is. De (oudere) mens weet, dat hij eens alles kwijt raken zal raken: bezit, prestige, vrienden, dierbaren, gezondheid, leven. De enige mogelijkheid om te overleven is dit definitieve onvermogen om de levensopdracht te vervullen te accepteren. Wie zich los maakt van al deze zaken, wordt een vrij mens. Hij hoeft niets meer te behouden, niets te verwerven, niets zeker te stellen. Hij hoeft zich niet waar te maken, niemand naar de ogen te zien. Hij hoeft niet bij de tijd te zijn, zich niet te houden aan mode of trend, de publieke opinie niet te volgen. Op deze wijze ontstaat er een ruimte, waarin zich ongekende mogelijkheden voordoen. Ouder worden, zegt Frijns, beschouwt men soms als wachten op de dood. Wachten op de dood is wachten op de leegte, waarin een nieuw scheppingswoord kan klinken. Dankzij dat wachten valt er heel wat te ontdekken. Wachten is niet berusten, maar gespannen uitzien, luisteren, zich openstellen voor het onverwachte, zich laten raken en ontroeren. Voor wie zich zo openstelt is ouder worden inderdaad 'een uiteindelijke verheldering van ogen'. De toekomst komt voor wie niets verwacht, zoals het verleden blijft voor wie alles vergeet.

Net als Guardini heeft Frijns een prachtige visie op het ouder worden: het leven loslaten en daardoor zich vrij voelen. Deze visie heeft me in beide auteurs aangetrokken, omdat ik ze zo tegenstrijdig vindt. Op papier is alles mogelijk, maar in de praktijk komen de moeilijkheden. Ik kon me heel goed vinden in het idee, dat alles draait om verlies en winst in het leven. Maar dit proces is een sluipend proces, waarin veel minder heldere gevoelens en standpunten naar voren komen dan Guardini en Frijns als ideaal zien.

Gehecht en onthecht

Ik zie het ouder worden meer als een door de tijd afgedwongen proces van onthechting aan het leven. In mijn boek over eindigheid kon ik het niet laten om dit woord te gebruiken, terwijl ik heel goed wist, dat de meeste levensbeschouwingen dit als ascetisch ideaal beschouwen: je ziel vrijmaken van deze vergankelijke wereld. Het loskomen van het aardse leven is een belangrijke stap op de weg naar de eenwording met het oneindige, met God. In deze kontekst wilde ik het woord niet gebruiken, maar ik kon er wel mee uit de voeten in de sfeer van de radicale eindigheid van het leven. Wij zijn ons er van bewust (en dat gevoel groeit met de jaren), dat alles voorbijgaat en onderworpen is aan de tijd. Dat roept ons op zich niet te hechten aan dit leven, want het is maar tijdelijk. Wat betekent dit, als het oneindige geen uitvlucht meer is om hieraan te ontkomen? Nergens heb ik de ambivalentie van gehechtheid aan het leven en het bewustzijn van vergankelijkheid zo scherp beschreven gevonden als bij de filosoof Vladimir Jankélévitch (1903-1985). Hij gaat er van uit, dat ieder genoeg in het leven doortrokken is van het bewustzijn dat dit weer voorbijgaat en slechts tijdelijk is. Dit te weten verheugt het geluk, maar haalt het tevens onderuit. Het is het dubbele leven van het bewustzijn: een voldaan en een ontevreden bewustzijn. Hij noemt dit: 'het



ongeluk gelukkig te zijn'. Het maakt zowel de vreugde aan het leven mogelijk als ondermijnt het tegelijkertijd.

Hoe mooi ook geformuleerd, ik kon me niet voorstellen, dat met dit dilemma te leven valt. Wat hier met de ene hand gegeven wordt, wordt met de andere weer weggenomen. De filosofie van de radicale eindigheid gaat anders met dit probleem om. Ze gaat er vanuit, dat dit leven ons enige leven is en dat we daarvan moeten genieten. Iedere vorm van echt genieten van het leven doet ons aan het leven hechten. Wat zou b.v. liefde zijn zonder hierdoor gehecht te raken aan een ander? Ik kwam hier in eerste instantie in het vaarwater van Nietzsche terecht. Hij stelt een aantal belangrijke vragen over de eindigheid en de vergankelijkheid van de mens. Staat het besef van eindigheid de gewone vreugden van het leven niet in de weg? Grijpt het besef van het 'worden' en van de vergankelijkheid de mens niet zo diep aan, dat hij hiermee niet aan leven toekomt? Verlamt het bewustzijn, dat alles tijdelijk is en voorbijgaat, de mens niet in zijn activiteiten? Volgens Nietzsche is een teveel aan historisch bewustzijn schadelijk voor de gezondheid van de mens, voor een volk en een cultuur. Stel je maar eens voor, zegt Nietzsche, dat een mens veroordeeld is om het leven als een voortdurend wordingsproces te zien. Zo iemand gelooft niet meer in zijn eigen bestaan, gelooft niet meer in zichzelf, ziet alles in bewegende punten uiteenvloeien en verliest zich in de stroom van het worden. Hij zal tenslotte nauwelijks nog een vinger durven verroeren. Het bewustzijn, dat alles tijdelijk is en voorbijgaat, zou de mens in zijn activiteiten verlammen. De mens moet een beschermende horizon om zich heen trekken, anders kwijnt hij weg in het luchtledige van het historische. Een overmaat aan historisch bewustzijn kan men, volgens Nietzsche, met twee medicijnen bestrijden: met de medicijn van het bovenhistorische en met dat van het onhistorische. Het bovenhistorische medicijn bestaat uit het afwenden van de blik van het worden in de richting van het eeuwige en gelijkblijvende. Doe maar alsof het leven oneindig is. Het metafysisch bewustzijn van de mens helpt hierbij een handje. Vooral de kunst en de religie zijn in staat de reflexieve 'illusie' te scheppen, dat er in het leven, in de nooit eindigende stroom van het worden, iets blijvends te ontdekken valt. Op deze wijze kunnen kunst en religie een belangrijke bijdrage leveren aan het menselijk geluk. Het onhistorische medicijn gaat er van uit, dat men kan vergeten dat alles historisch is en voorbijgaat. Het woord 'vergeten' heeft hier de betekenis van: de herinnering aan eindigheid verliezen, ervaringen van eindigheid niet in het bewustzijn toelaten. Vergeten is de eindigheid 'met de mantel van de liefde bedekken'. Men sluit zich hiermee op binnen een begrenzen horizon van het heden. Zonder de kunst van het vergeten is geluk onmogelijk. Wie zich niet op de golf van het ogenblik kan laten meevoeren, die zal nooit weten, wat geluk is. En wat nog erger is: hij zal nooit iets doen wat anderen gelukkig maakt.

Nietzsche is zich ervan bewust, dat het vergeten van de eindigheid een spanning met zich meebrengt tussen de ervaring van de nietigheid van het bestaan en de levenslust van de mens. De levenslust van de mens of de Dionysische roes, waarin men de tijdelijkheid van het leven kan vergeten, duurt namelijk niet eeuwig. Zodra de mens zich weer van de alledaagse werkelijkheid bewust wordt, wordt het absurde van zijn bestaan zichtbaar. Vandaar dat Nietzsche kan zeggen, dat het allerbeste voor de mens is 'niet geboren te zijn, niet te zijn, niets te zijn; en het op één na beste is spoedig te sterven'. De mens lijdt aan het bestaan. De tragiek van het bestaan is niet te ontlopen.

Ik heb het niet op het woord 'vergeten'. In feite is dit je kop tijdelijk in het zand steken om



daarna des te erger te ontdekken, dat het leven je ontglipt. De fout zit hem volgens mij in het feit, dat beide emoties, n.l. het besef van vergankelijkheid en het genieten van het leven twee gelijktijdige, actuele momenten zijn in het leven. Op deze wijze sluiten ze elkaar uit. Wie van de vreugden van het leven geniet, kan niet op hetzelfde moment denken, dat het maar tijdelijk is. Dat tast de waarde van het genieten aan. Wel is het mogelijk om vanuit een blijvende grondstemming van vergankelijkheid en eindigheid (ik noemde dit een tragisch levenbesef) actuele momenten van geluk te beleven. Men kan zelfs zeggen, dat door deze grondstemming de momenten van geluk en van genieten juist verhevigd worden, juist omdat ze maar tijdelijk zijn. Er blijft echter één probleem: het leed. Al het vreugdevolle valt op zeker ogenblik uit ons leven weg en laat een gevoel van verdriet en leegte achter. Wie het meest gehecht is aan het leven, zal het meest onder het verlies lijden. Hiervoor is geen andere oplossing te bedenken, dan de boeddhistische weg van het zich totaal losmaken van alle gehechtheden, die er in het leven zijn. Maar ook hier komt alles weer te staan in het teken van de wedergeboorte als toekomstig doel. Ik houd me hier maar aan de stelregel: hecht je aan het leven en neem het verlies op de koop toe. Het leven is het waard.