

Wilhelm Schmid

GELATENHEID

*Wat we winnen
wanneer we ouder worden*

Vertaald door
Jabik Veenbaas



2015

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

* 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.

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 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 probleem 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 gebruik van wil maken, maar het is geen bijzondere inspanning die de naam kunst zou verdienen. Een andere, veel-eisender 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.