

Wij, in onze tijd, worden anders oud dan onze ouders en zeker anders dan onze voorouders. Ouderdom is niet meer wat het geweest is. Hoe gaan wij om met deze nieuwe fase in ons leven en welke vragen dienen zich aan? Jan van Baardwijk en Rene Rosmolen schreven 'Zin in de ouderdom', een prachtig uitgegeven, creatief en inspirerend boek, dat ons vanuit verschillende gezichtspunten wil uitdagen ons laatste levensfase bewust te doorleven.

Door Wiëna Bakker

Het is voor het eerst in de geschiedenis dat wij met zoveel ouderen zijn. Voor de maatschappelijke en economische consequenties van het ouder worden is veel aandacht, maar hoe zit het met de zingeving? Hoe kijkt de samenleving tegen ouderen aan en de ouderen tegen zichzelf? „Het oud worden schuiven we vaak voor ons uit. Zo lang mogelijk jong blijven is nu het credo, en daarin zit toch een paradox”, aldus Van Baardwijk. Ouder worden is niet alleen maar lastig en zwaar, gelukkig niet! Rosmolen: „Ouder worden is een periode van volwaardigheid, je mag je plek innemen. Het is geen resttijd, maar een tijd die vraagt om bezinning”. Het boek 'Zin in de ouderdom' sluit nauw aan bij de vele activiteiten die Van Baardwijk en Rosmolen ontwikkelden met het project 'Onder de Vijgenboom'. Dit project is in 2009 gestart met als doel ontmoeting, zingeving en 'empowerment' van ouderen. In de vele groepen die Van Baardwijk en Rosmolen leidden is dat volop gebeurd. Rosmolen: „Aan de hand van gedichten, films, schilderijen stonden mensen stil bij hun geleefde leven. Mensen kregen zicht op hun levensspoor. Wat maakte dat je het hebt uitgehouden, waar bleef je haken? Het was ontroerend om te zien hoe mensen inzichten kregen en verbinding met de eigen bronnen. Voor sommigen was het de eerste keer dat ze stil stonden bij hun levensverhaal”. Van Baardwijk kan ook geraakt zijn door hoe ouderen kunnen ontvangen in het leven, vanuit het kleine en in wat zich aandient. „Ik zie het in hoe ze omgaan met een dag, of met een bericht dat binnenkomt. Ook vertelde iemand hoe bijzonder zij het vindt dat haar kleinkind haar komt opzoeken en naar haar luistert. Met het ouder worden wordt je leefwereld vaak kleiner. En toch is dat maar beperkt waar; de innerlijke ruimte wordt groter, je ziel kan zich verjongen.” Het boek 'Zin in de Ouderdom' is bedoeld voor iedereen die zich wil bezinnen op het proces van ouder worden. Het leent zich prima om in gedeelten te lezen. Daarnaast kan het boek gebruikt worden als handleiding voor groepsbijeenkomsten. Er is volop gebruik gemaakt van het rijke aanbod uit de wereld van de kunsten, van Rembrandt tot Marlène Dumas, van Judith Herzberg tot Rutger Kopland. De kleurrijke illustraties en indringende zwart-wit foto's van ouderen springen eruit. Als je oud bent stap je niet uit de tijd. Iedere levensfase heeft zijn eigen kwaliteit. Door daarnaar op zoek te gaan, wint het leven aan betekenis. Net als Kierkegaard al zei: 'Het leven wordt voorwaarts geleefd, maar achterwaarts begrepen'. Het boek 'Zin in de ouderdom' is te verkrijgen in iedere boekhandel.