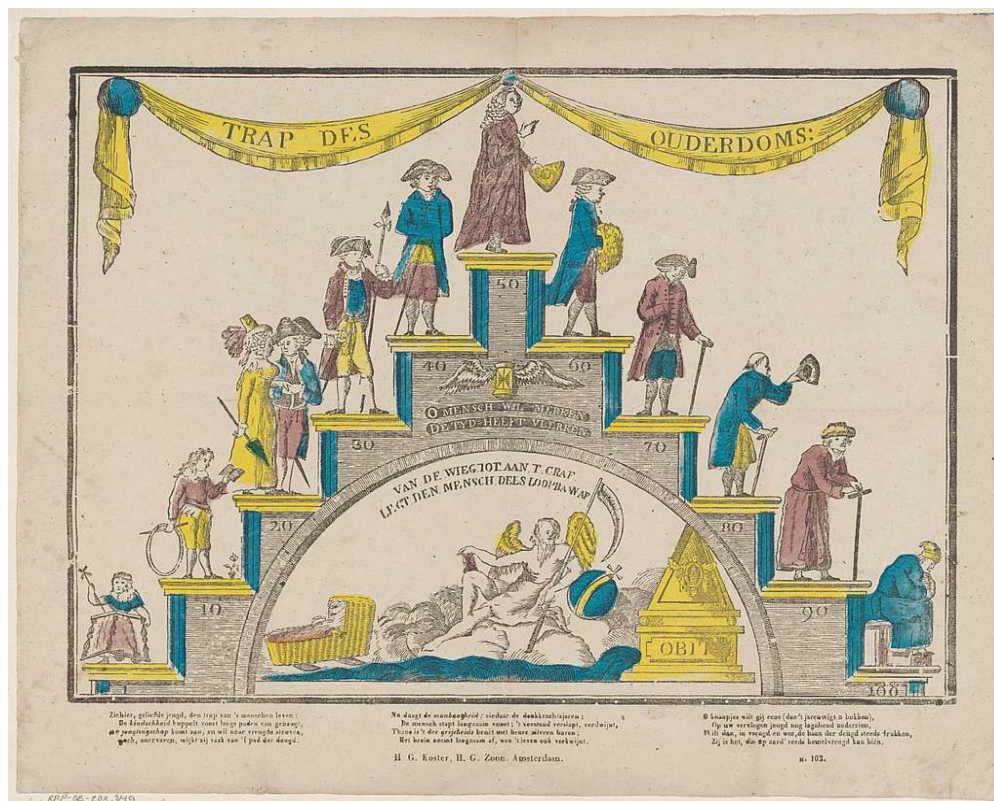


DE TRAP DES OUDERDOMS



Bij een bezoek aan een Gents museum botste ik op een oude volksprent, genaamd 'Trap des Ouderdoms'. De voorstelling was erg in zwang in de 19^e eeuw en stelt de levensfasen van de mens voor. Ze illustreert de eenvoudige, rechtlijnige en pessimistische visie van toen op het verouderingsproces. Op de treden van een trap staan figuren, van jong naar oud. De trap begint bij de geboorte en stijgt naar een hoogtepunt halverwege, om vervolgens af te dalen tot aan het eindpunt, de dood. Het leven zoals het is, in die tijd tenminste: de eerste levenshelft staat in het teken van groei, volwassenheid en het veroveren van een plaats in de maatschappij, op middelbare leeftijd ben je op het toppunt van je kunnen, waarna de onvermijdelijke aftakeling zich inzet. De prent gold als waarschuwing dat de eeuwige jeugd niet bestaat en dat ouderdom en verval onvermijdelijk zijn, tenzij je jong sterft natuurlijk.

De huidige modellen in de psychogerontologie* zijn iets genuanceerder en positiever: oud worden is weliswaar een universeel gegeven, maar er zijn evenveel manieren om daarmee om te gaan als er mensen zijn. De levensloop van een mens is een constructie van vele bouwsteentjes die te maken hebben met persoonlijkheid, omgeving, situaties allerhande en een reeks toevalligheden. Elk verhaal is anders. Ups en downs, ziekte, tegenslag, successen, het hoort bij het leven en heeft niet enkel te maken met het aantal jaren die op je teller staan. Weg dus met de stereotyperingen, weg met het zwart-wit verhaal.

Hoe kijken we zelf aan tegen ons proces van veroudering? Is het iets wat ons wordt aangedaan of wordt geschonken? Kunnen we dankbaar zijn voor de goede dingen die ons overkomen, zoals kleinkinderen, de vrijheid van het pensioen, niets meer te moeten bewijzen? Zeker, we moeten meer en meer verlies incasseren: een verhuis, een sputterend lichaam, het verlies van vrienden en geliefden. Diep verdriet is van alle tijden en alle leeftijden. Er is geen remedie voor, je moet er gewoon doorheen.

Op mijn mindere dagen, wanneer ik in de spiegel kijk, zie ik een gelaat met steeds meer rimpels. Het besef dat de tijd onverbiddelijk zijn werk doet maakt me triest.

Maar in dat ouder wordende lichaam schuilt een jonge geest, zo voelt het toch. De rollen die ik in mijn leven heb aangenomen, puber, jonge vrouw, moeder, coach, collega, allemaal zijn ze nog springlevend. Ik kan ze naar believen aanboren, zij het bedachtzamer en milder dan vroeger en daar ben ik heel dankbaar voor. Ouder worden schenkt me veel kansen tot verdere ontplooiing, zolang ik ze maar wil zien en aangrijpen.

Daarom, de volksprent 'Trap des Ouderdoms' hoort thuis waar ze zich bevindt: in het museum.

De boodschap die ze meegeeft is een achterhaalde en stigmatiserende simplificatie die we beter kwijt dan rijk zijn.

Mieke

* psychogerontologie = de psychologie van het ouder worden en het sociaal-emotioneel functioneren van ouderen