

NIEUWJAARSTOESPRAAK 2019

Beste vriendinnen. Beste vrienden.

Ik ben een boek aan het lezen. Op zich is dat geen groot nieuws, want wie mij kent, weet dat ik dat nog wel eens meer doe. Wat wel bijzonder is, is dat ik een bijzonder boek aan het lezen ben.

Dit boek ben ik aan het lezen: HAPPINESS IS A CHOICE YOU MAKE

Toch niks bijzonders, zul je zeggen, inderdaad de titel is ouwe koek, maar het bijzondere zit in de ondertitel: LESSONS FROM A YEAR AMONG THE OLDEST OLD – LESSEN VAN EEN JAAR BIJ DE OUDSTE OUDEREN.

De schrijver is een journalist van The New York Times. Hij schreef het boek vanuit het inzicht, dat de vele mensen die nu 85 en ouder zijn, de eerste generatie 'oude ouderen' zijn.

Deze oude ouderen hadden nooit gedacht dat ze zo oud zouden worden, want toen ze klein waren stierven hun oma en opa ongeveer 20 jaar eerder, rond hun 65 jaar. De oude ouderen van nu zijn dan ook als eerste generatie 20 jaar meer ervaring en levenswijsheid. En daar wilde The New York Times meer over weten.

Eerst is er de vaststelling dat er nu drie generaties ouderen zijn: de oude ouderen (die wij bejaarden noemen), de ouderen (die wij senioren noemen, denk ik) en de jonge ouderen (dat zijn wij, vermoed ik).

En wat stelde hij nog vast: oude ouderen zijn, ondanks ongemakken, doorgaans gelukkiger dan andere mensen. Want die oude ouderen weten iets, iets wat je nu eens niet kunt vinden op het internet: zij weten hoe oud te zijn en het te blijven.

Ik ben bijna in de helft van het boek en geef jullie graag wat passages met raad vanuit het boek mee: 'Geef je tijd aan dingen die je voldoening geven en die je nog kunt doen, niet zagen over wat niet meer kan, of wat voorbij is.'

Zij leven met verlies en ongemakken maar identificeren zich er niet mee, zij staan elke morgen op met noden en goestingskes. 'Als je oud bent, moet je jezelf gelukkig maken. Anders wordt je ouder.'

De schrijver vroeg aan Fred (95 jaar): Wat is de gelukkigste periode van je leven? En Fred zei meteen: 'Nu, begot.' – 'Geluk is voor mij wat er nu gebeurt. Ik heb geen nieuwe jas of eender wat nodig om mij gelukkig te voelen. Ik ben tevreden met het nu.'

En de schrijver gaat verder: Geluk, voor Fred, daar moest hij niet iets voor doen, het kwam als een soort van vrede. Alsof hij achterover leunde, en het geluk over hem kwam. Het leven gaf hem wat hij nodig had, en ...hij was zo slim om dat te aanvaarden.

Geluk is wat je gelukkig maakt. Jonge mensen kussen een kikker in de hoop van een prinses of een prins. Oude mensen kussen hun kleinkinderen. Of hun pollekes.

Het geluk van gelukkige ouderen is gebaseerd op een eigen, heel persoonlijke goesting en balans in hun leven die zorgt voor tevredenheid, ondanks alles. En dat geeft hun wijsheid. Je moet ze niks wijsmaken. Mozart is een genie, maar mijn oma is wijs.

Vraag is of de wereld van nu klaar is voor de nieuwe ouderen van nu? Ik vrees van niet. Maar wij zijn er wel klaar voor. Als nieuwe club voor ouderen willen wij de uitdaging aangaan om mee de nieuwe weg op te gaan. De weg die leidt naar meer kontente, tevreden oude ouderen die weten wat ze willen om zelf gelukkig oud te zijn.

Daarom zijn we een club met vele activiteiten zodat iedereen zijn of haar goesting in het leven kan vinden. Het geloof kan vinden in zijn of haar eigen gelukkig oud zijn.

Nog uit het boek: 'Geluk ligt niet buiten jezelf, iets dat wacht om geboren te worden, maar geluk zit in jezelf.'

Wij willen je doen leven en doen voelen dat je leeft. En in die zin zijn wij geen club van één generatie maar wel een club van een nieuwe levensvisie, van het nieuwe oud worden, het gelukkig oud worden. En daar staat geen leeftijd op als je ouder bent. Een club die leeft en die doet leven. Nu. In het nu. En wat de toekomst brengt, dat zien we dan wel.

Ik weet dat het leven ook klappen uitdeelt. Aan diegenen onder ons voor wie het een jaar van bang afwachten wordt, wil ik zeggen: vertrouw op je glimlach. Maar ik weet ook dat wie klappen krijgt, de eerste is om te zeggen: Leef!

En dat is wat ik namens UMMAGUMMA jullie wil wensen voor dit jaar (en nog lang daarna): leef en voel dat je leeft, samen met wie je lief hebt, samen met je eigen zelf, en hier met ons samen.

Je hoeft niet veel te hebben om gelukkig te zijn, als je voelt dat je samen één bent.

Happy together!

Schilde, 14 januari 2019 – Kris Dieltiens / Voorzitter Ummagumma vzw