

Priegelen met plantjes of schuifelen achter de rollator, het zijn geen inspirerende beelden van **oud zijn** voor de nieuwe generatie bejaarden. Lezen en schrijven was én blijft de kern van het leven, vindt **Ineke van den Bergen**.

Nooit ga ik de tuin winterklaar maken

En wurgend hete nacht, juli 2006, kwart voor drie. Snikkend van de lach hang ik over mijn Amerikaanse diner-estaflet zeven jaar geleden aangeschaft met dank aan de fifties. 'Geriatric stand-by' voor Rolling Stones, tijdens concert in 'Noorwegen', las ik net in de *Volkskrant*. Hij heeft ervaring met behandeling van ouderen na een valpartij.

Zo'n bericht, over mijn leeftijdgenoten, roept hilarische gevoelens bij mij op. Als ik hun doorleefde koppen zie, zie ik mijn eigen gezicht, zoals het nu is. Als ik hun teksten hoor, *Angie, Angie, when will those clouds all disappear?* *Angie, Angie, where will it lead us from here?*, over de *satisfaction* die we wanhopig zoeken, zie ik mijzelf en hen zoals we vroeger waren. Maar zo zijn we toch nog steeds? Met dat rock-'n-roll-geveel, waarmee we geboren lijken te zijn? Wij weten allang dat het leven geen zin heeft en dat ouder worden *sucks*, maar leggen we ons daarbij neer? *Fuck you*. Wij zijn van de generatie die eist, schreeuwt om een nieuwe definitie van het begrip ouderdom.

Mijn neus

In maart had ik gehoord dat ik huidkanker in mijn neus had, maar ik geloofde onmiddellijk mijn radiotherapeut-oncoloog toen hij zei dat het niet levensbedreigend was en dat de bestraling hoogstwaarschijnlijk aldoende zou zijn. En als dat niet zo is? vroeg ik. Dan moet uw neus eraf, zei hij ferm. Ik keek naar zijn voorste haren die in een soort kuitje omhoog stonden en dacht dat ik 'mijn neus wel zou houden. Vanaf de eerste dag van de bestraling was ik opgehouden met kettingroken. Ik was nooit een vaste slaper, maar sinds de bestraling werd mijn slapgedrag steeds extremer. Na tweemaal 'uur slaap werd ik wakker, een beetje benauwd, maar niet afgetobd of depressief, nee, helemaal bereid er tegenaan te gaan, waartegen, dan ook.

Ik stelde een top-100 samen van de beste rocksongs aller tijden. Keek kronkelend naar de Britse televisieserie *Little Britain*, waarin een van de personages een dertiger die is verlied wordt op de tachtigjarige oma van zijn vriend, die hem betrappt terwijl hij aan haar tenen zuigt en haar in een andere scène tot wederzijds genoege zelfs van achteren bespigt. Het leven als een demonische slappe lach en dat gevoegd bij de verveemding (*excusez le mot*) die ik al een jaar of tien had als ik de grote genoege van veel van mijn vrienden aanschouwde. Mannen en vrouwen, meestal paren, die een onstuurbaar verlangen vertoonden om steeds vaker in hun tweede huis in Frankrijk te vertoeven. Ze tuineren alsof hun leven er vanaf hangt, rijden op tractors, metselen muurtjes, verboderen met de plaatselijke bevolking, lokken hun kinderen en

Kleinkinderen ernaartoe, kortom: ze genieten. Met tuinen heb ik niets, behalve dat ik erin zit, drink, eet. Jij hebt geen groengevoel, zei een vriend van mij. Dat klopt. Het enige groen in mijn huis is de niet van echt te onderscheiden namaakpalm die aan het voeteneind van mijn heet staat. Als ik één schrikbeeld heb, is dat: in de herfst van mijn leven de tuin winterklaar maken. Ik ben met het stijgen der jaren niet ruider, rustiger, zelfs nauwelijks wijzer geworden. Een kanker heeft het vuurtje van onrust, ondernemingslust en relativeringsvermogen dat altijd al hevige smelde, nog eens aangewakkerd.

Ben ik nu als 63-jarige een jongbejaarde met een probleem? En wat te denken van de toekomst, wanneer je tot de 'rollatorbrigade' gaat horen? Een vriendin van mij heeft dat laatste probleem opgelost door een man te nemen die tweentwintig jaar jonger is.

Nee, hij is niet van een veel lager intellectueel niveau dan zij en het is ook geen nicht met een hersenbeschadiging, zoals kwade tongen wel eens suggererden, het is een heel stabiele relatie. Zo'n jongeman met een boodschappers tas aan je zij staat toch aardiger dan een wagentje, smiert ze tegen sceptici. Ben je zo oud als je je voelt, zoals het opbeurend bedoelde gezegde luidt? Of ben je eenvoudig zo oud als je bent? Ik denk aan de tekst van Tom Waits in *Adios*

Vanaf de eerste dag van de bestraling was ik opgehouden met kettingroken

Lounge. *Don't let nobody live your life for you. Not your friends, not your kids, no, not even your wife (man). If you want to know where the rainbow ends, it's you who've got to go there and find it, my friend.*

Mooyer kan ik het niet zeggen. Of je nu 20 of 70 bent, leid geen tweedehands leven, geef het leven zijn, streef niet naar het treurige ideaal om na je vijftigste 'eindelijk te gaan genieten'. Al dat gebalut over de eerste, de tweede en de derde leeftijd voert tot versnippering en een kwaliteits-indeling die in staat is om de nieuwsgierigheid te doden. Niet toevallig staat die eigenschap hoog op mijn lijstje. Want nieuwsgierigheid dwingt tot kennis blijven vergaren, actief zijn, natuurlijkwijze met de tijd meegegaan, en slaat de geestelijke verzuring de wapens uit handen.

'Oud worden is de eenzaamste reis die je kunt maken. Je bent namelijk hun gelijke niet meer. Er is inderdaad iets akelig gebeurd: je bent door het klapeurje gegaan. Overal zal je aanwezigheid als schadelijk worden gezien, want alleen al door te bestaan, verstoor



Illustratie Max Kisman

Eindelijk genieten

Het artikel op deze pagina is de ingekorte versie van het essay *Eindelijk genieten* dat Ineke van den Bergen schreef voor het gelijknamige boek dat deze dagen verschijnt bij uitgeverij De Tijdstroom. Het boek is het resultaat van het (volgboekje) symposium 'Schrijven tegen de tijd. De kunst van het ouder worden' van het VU Medisch Centrum. Helga Ruessamen (1934) houdt op dat symposium, op 19 september, de hoofdlezing. Gedetailleerd gebaseerd op haar columnen voor de rubriek 'Geboren in' in het *Betooig*. Inmiddels schrijft ook Aya Zikken

de mythe.' Er zijn twee dingen die op iedere leeftijd een zegen zijn: lezen en schrijven. Altijd omringd door de meest uiteenlopende personages, die iedere dag of nacht tot een avontuur kunnen maken. Worden als levensliefster, als kramels die de weg naar huis wijzen of je het bos insturen, waar je vreselijke onzekerheden en gevaren wachtten. De Franse auteur Benoit Groult, 86 jaar, heeft een overvloedige erecties die braafste echtgenote zullen veran-

deren in een razende furie, verzet op uw penis... Adrien - die van Alice houdt als een oud kind dat bang is zijn knuffel kwijt te raken - geboren in 1907, hoorde pas dertig jaar later van een citaris. Dat hij nooit wist hoe hij moest strelen, was dus een kwestie van geboortedatum. Scherps als een scheermes neemt Alice waar hoe ze als bejaarde onbeschoft wordt behandeld, bijvoorbeeld in de computerwinkel 1, als een ouwe trut, een

(1919) in het *Betooig* columnes over oud worden. *Eindelijk genieten* is een essaybundel met persoonlijke ervaringen, reflecties op het thema en gelichten- en *practica* over ouderdom, geschreven door onder anderen artsen, filosofen, letterkundigen en sociale wetenschappers. Ineke van den Bergen is thrillerrecensent bij het boekenkatern *Cicero* van de *Volkskrant*. Voor het katern *Het vervolg van de Volkskrant* schreef ze reportages over armoede in New York.

deliel die de fout heeft gemaakt geboren te worden vóór het elektroniciatijperk. Bij het vrouwenblad waarvoor ze sinds de jaren zestig werkt, wordt haar vaste rubriek overgenomen door een journaliste met meer feeling voor jongeren. Kortom, en te ouwe kop'... 'Mijn fout is dat ik nu steeds een felle ben en geen lekker wijf meer. Een dubbele overtroding!' Naast de kritische, opstandige delen bevat het boek ook liefde-

volle fragmenten. Groult was altijd al goed in het beschrijven van intieme relaties, die vrouwen niet noodzakelijkerwijs alleen met hun echtgenoten hebben. Er waart veel liefde rond in dit felle, strijdbare boek, en Alice is er toch maar mooi in geslaagd 'een zeikwijf te blijven. Nu nog een waardigdoed regelen. 'Want uit liefde voor het leven wil ik het graag op tijd verlaten, hoe jammer ik het ook vind. Maar ik weet dat alles wat ik al heb verloren en alles wat elke dag verdwijnt, nergens door vervangen zal worden... Ik wil weggaan met mijn rugmand beladen met herinneringen, en mijn ogen vol trots omdat ik tot het eind toe levend heb geleefd. Weggaan wanneer het mij uitkomt.'

Het aantal geleefde jaren valt niet te ontkennen, al bieden cosmetische artsen greig de mogelijkheid die jaren uit het gezicht en het lijf te spuiten of te snijden. Geen cosmetische ingrepen voor de zes vrouwen die aan het woord komen in *Wetber zwischen 70 and 100*, van Christa Oppenheimer, waarin stereotypen over ouderdom en het leven van oudere vrouwen weerlegd worden. Sterke, strijdvaardige vrouwen met begoeven, kleurrijke levensgedenissen. Zoals mijn vriendin Eva Ebner, die vorig jaar op 84-jarige leeftijd overleed. Met haar verschnijping spotte ze met begrippen als schoonheid en leeftijd.

Ik ben niet afgetobd of depressief, nee, helemaal bereid er tegenaan te gaan

Knalrood geverfd kort haar, zeer opvallende outfits, enorme ringen en oorbellens. Geen angst om lelijk of raar gevonden te worden, geen angst om ouderdom te tonen, het gezicht van een uitdagende overlevende die haar rimpels als een bevestiging zag dat ze nog leefde. Geboren in Danzig, door haar vader en stiefmoeder uit angst voor represailles van de nazis - haar joodse moeder was overleden - het huis uitgegajaagd, leefde ze vanaf 1939 in een barak. Klein, ondoervold, rond de twintig, werd ze door de Russische bevrijders verkracht en half doodsgelegen. Na een inkwartde depressie krabbelde ze weer op en besloot naar Berlijn te gaan, een stad waar ze zich thuis voelde. Daar werd ze de beroemdste regie-assistente van Duitsland en werkte mee aan zo'n tweehonderd films.

Op haar 64ste besloot ze vóór de camera te gaan werken als actrice en ook dat lukte haar. Twee onorthodoxe huwlijken, drie hartoperaties, haar belangstelling voor andere mensen werd nog sterker, toleranter dan ze al was, kon ze niet meer worden. 'Mijn vermogen om alles te rela-

tiveren en het komische aspect van mensen en situaties te zien, heeft mij tot nu toe door het leven geholpen. Zoals de cabaretier Karl Valentin ooit zei: *Das Leben ist wie eine Lavine, mal rauf, mal runter*. En als je dan nagaat dat een lavine nooit omhooggaat! Tot aan haar dood wilde ze graag opgemerkt worden.

Mijn nek

Volledige zelfacceptatie is niet iedereen gegeven. 'Laat je ogen lase- ren, dan hoef je geen bril meer, laat je ontbaren, dan ben je lekker glad.' De talloze andere, soms onsmakelijke, voorbeelden kennen we inmiddels wel. Nog een paar jaar en er zijn op straat alleen nog bril-, haar-, en rimpelloze buitenaards ogende levensvormen waar te nemen, niet ouder dan 17.

Zal ik iets aan mijn nek laten doen, heb ik het afgelopen jaar wel eens gedacht. Iedereen heeft zo zijn zwakke momenten, zeker als de nek besloten heeft snel te gaan leven en nu al vijf jaar verder is dan ik. Ik zit in het verkeerde li-chaam, grapt ik her en der, ook als ik naar mijn handen keek die als enige lichaamsdelen nooit kunnen liegen over de leeftijd, omdat ze cosmisch niet te behandelen zijn. Maar met mijn handen schrijf ik mijn teksten, met de pen, om ze daarna pas aan de computer te geven.

Via het hoofd gaan de gedachten naar de handen, redeneer ik. Die handen vertellen mij dus iedere dag de waarheid en niets dan de waarheid. Waar vind je dat nog? Ik luister naar mijn handen, die hebben iets te vertellen, net als de onvolmaakte rest van het lijf.

Ik kijk naar de mooie films van regisseur Pedro Almodóvar, naar actrice Helen Mirren, zie de vrolijke, nog steeds extreme mode van Vivienne Westwood, kijk naar het adembenemend sterke optreden van Bob Dylan, zie hoe Marianne Faithfull, hersteld van harskanker, tijdens haar optreden een paar keer haar leeshirletje opzet. Allemaal leeftijdgenoten. Ik lees de boeken van Hella Haasse en Aya Zikken, die ver in de tachtig zijn, en wat een mooie, krachtige vrouwen. Aya Zikken heeft een reis naar Jordanië gemaakt. Ik krijg er ook zin in. Nog maar eens naar Amerika dan? Meteen paar vrienden een auto huren - roze Cadillac, als erbetoon aan Elvis, dertig jaar geleden overleden - en welk deel zullen we deze keer doorkruisen? Eindeloze landschappen, praten hoef niet, in de cd-speler *Drive In Movie*.

How are we to ever know how far it's gonna go. You fall in love and that's the road you travel till you can't no more. And then you just turn around again.

Life sucks. Hopelijk nog een jaar of wat. Met dank aan dr. Derek Rietveld van het VU Medisch Centrum. Zo'n luipaardopzie staat toch net iets leuker met neus.

Ineke van den Bergen is medewerker van de *Volkskrant*.