



LES 06

OUD WORDEN ... EEN NIEUWE ERVARING

1. INLEIDING

Herman van Veen schreef over oud worden. Zijn beleven. Kijk maar mee.

2. DE VRAAG

Gaat er een wereld voor u open of dicht?

3. UITLEG

Bij het oud worden gebeuren er dingen waar u niet omheen kunt. Deze zaken zijn anders dan voorheen, ze zijn nieuw voor u.

- Het werk van u (beiden) is beëindigd. Bekenden van het werk ontmoet u niet meer. Mensen die overblijven wonen in de buurt, zijn familie of een paar goede vrienden.
- Oud worden betekent dat de vraag naar zorg zal toenemen. Zelfstandigheid moet u opgeven. Het is wennen om afhankelijk te zijn van anderen. Echte onbezorgdheid is voorbij.
- Omdat mensen om u heen wegvallen door ziekte en sterven, ervaart u eenzaamheid en verdriet. Als het gaat om een partner, man of vrouw, is dit nog ingrijpender.
- Mogelijk zijn er nog andere dingen die uw leven gaan beïnvloeden.

De indruk bestaat dat er veel voor ouderen wordt gedaan. Toch is het niet eenvoudig om als oudere de weg te vinden in het doolhof van regels op het gebied van zorg of wonen. Voor uw gevoel kan het lijken alsof u helemaal vanaf de grond moet beginnen.

Vrijwilligers in uw omgeving of in uw kerk kunnen veel voor u betekenen. Deze netwerken zijn in deze fase van uw leven erg belangrijk. De christelijke gemeente¹, in welke vorm dan ook, heeft een diaconale² roeping om oog te hebben voor ouderen. Uiteraard zijn ook in de burgerlijke gemeente mensen die ouderen kunnen helpen.

4. WAAR GAAT HET OM

Wat bepaalt in deze fase uw leven en welzijn? Is dat: de behoefte aan zorg, verdriet, eenzaamheid, onzekerheid in het geloof? Hoe zijn uw contacten, blijven die of veranderen ze (en hoe)?

Ter overweging: kijk uw adressenlijst eens na. Klopt deze nog? Besef welke zaken nu bepalend zijn voor uw leven. Welke personen zijn op dit moment waardevol voor u?

5. VERDIEPING

¹ Bij christelijke gemeente kunt u denken aan allerlei vormen waarin gelovigen elkaar tot een hand en een voet zijn.

² Diaconaal is het omzien naar elkaar met woorden en daden.

- a. Psalm 92 gaat over oud zijn en groen en fris blijven. Lees dit lied aandachtig door. Soms is het goed wanneer u woorden een aantal keren leest.
- b. De Geest van God maakt dingen helder voor ons. Het is belangrijk om daarom te bidden: 'Heere, laat U het mij zien?'
- c. Wij geloven dat God trouw is en ons van dag tot dag wil dragen. Een mooi lied benadrukt dit.

6. WIJ PRATEN SAMEN VERDER

1. Wat trof u tot nu toe in deze les?
2. Wat is er in uw persoonlijke leven de laatste vijf jaar opmerkelijk veranderd?
3. U hebt nu meer tijd. Ervaart u dit ook zo? Misschien u het verder uitleggen.
4. Wat is het mooie van oud worden?
5. En wat is het antwoord: gaat er een wereld voor u open of dicht?

7. AFRONDING

Wij proberen samen onder woorden te brengen wat deze les ons heeft geleerd. Vragen die opgekomen zijn, noteren wij.

8. DE LUNCH EN/OF DE KOFFIE/THEE WACHT

