

Anders dan vroeger

Tegenwoordig zijn er veel meer oude mensen dan vroeger. Gemiddeld leven de mensen heel wat langer dan in de verleden tijd. Bovendien is het geboortecijfer sterk afgenomen en worden er beduidend minder kinderen geboren dan vroeger. Van twee kanten wordt dus het percentage oude mensen omhoog gevoerd. Daar komt nog bij dat de oude mensen niet meer zo in tel zijn als dat vroeger het geval was. Het is de jeugd die de toekomst heeft en daarom belangrijk is. Daar moet ik echter meteen aan toevoegen, dat ik veel spontane hulpvaardigheid ervaar van jonge mensen, die me goed doet en dankbaar stemt.

Er zijn heel wat jongere bejaarden, die nog echt vitaal zijn en van het leven kunnen genieten. Voor hen zijn er heel wat verlokkelijke toeristische aanbiedingen. Ook de fitness-, sport-, vermaak- en voedingsector stemmen zich op hen af. Zij zijn graag geziene klanten! Maar dat is wel een fase van het ouder-worden die voorbij gaat en dan plaats maakt voor een tijd, waarin de bewegelijkheid afneemt en de afhankelijkheid toeneemt, en waarin we niet meer zo interessant zijn. Vaak laat het geheugen ons dan meer en meer in de steek en kunnen we ons slechter concentreren dan voorheen. We ervaren dan zelf de oude dag met zijn kwalen en miserie. Dat is niet gemakkelijk.

Natuurlijk zijn er heel wat boeken geschreven, die de diverse aspecten van het ouder worden belichten. Ze kunnen een kostbare hulp bieden. Ze doen dat vanuit heel verschillende gezichtspunten: de gezondheid, de psychische kant, het culturele leven en andere aspecten. Deze retraite wil het accent leggen op het geloofsleven en de kracht die daaruit geput kan worden. Ze wil helpen om de diepere dimensie van het leven levend te houden en vruchtbaar te maken. Dat gebeurt in 7 podcasts die bedoeld zijn om ze in alle rust op ons in te laten werken. Ze bieden gedachten aan, waar we kalm en rustig wat over na kunnen denken en vooral ook tot persoonlijk gebed kunnen komen. Om dat te vergemakkelijken worden er in iedere podcast enkele muzikale intermezzos ingelast. De muziek is als inspirerende achtergrond gedacht voor het eigen gebed.

De teksten zijn eenvoudig en de zinnen zijn kort. Ze putten uit de rijke bron van het christelijk geloof en willen op de eerste plaats bemoedigen en vrede brengen. Daarbij worden de moeilijke kanten van het ouder-worden niet uit de weg gegaan; integendeel, juist daarover willen we het hebben, maar dan wel om daarin hulp te bieden. De themas zijn achtereenvolgens: dankbaarheid, bezorgd-zijn, nieuwe kansen waarnemen en benutten, de vruchtbaarheid van de oude dag, vergeving schenken, vergeving ontvangen en, tot slot, het sterven. Er is ook een terugblikpodcast die je kan beluisteren na elke gebedstijd.

De podcasts zijn op de eerste plaats geschreven voor mensen in de verschillende fasen van het ouder-worden, en ook voor mensen, die veel met ouderen te maken hebben in welk opzicht dan ook. Maar er is natuurlijk niets op tegen dat ook anderen ze beluisteren en overdenken. Het kan zelfs heel nuttig zijn dat we zelf eens vooruit willen kijken naar wat ons te wachten staat of meer begrip willen krijgen voor wat de ouderen in onze maatschappij doormaken.



bidden
onderweg