

Mooi grijs is niet lelijk

Posted on 3 juni 2025 by Tinie Kardol

Tinie Kardol, auteur van de roman ‘De Staatsinjectie’ (2024), is opnieuw aan het schrijven geslagen. Hij is bezig aan een handboek met de titel ‘Vergrijzend Nederland aan het woord’. Wat kunnen we verwachten? Kardol licht alvast een tipje van de sluier op.

De titel van het handboek-in-wording *Vergrijzend Nederland aan het woord* is weloverwogen gekozen. De woorden ‘ouderdom’, ‘ouderen’ of ‘oudere mensen’ komen er om een aantal redenen niet in voor. Ze zijn niet ’in’. Veel mensen die al op een gevorderde leeftijd zijn, gebruiken ze ook liever niet. Ouderdom kent in de hedendaagse beeldvorming immers geen opvolgende levensfase meer. Daarnaast roept het achtervoegsel ‘dom’ geen prettige associaties op. Ook worden ouderen in onze samenleving doorgaans niet aangesproken op hun kennis, inzicht, deskundigheid en ervaring, kortom op hun wijsheid die ze decennialang hebben opgebouwd. Niet fijn dus om ‘oud’ genoemd te worden.

Vergrijzing klinkt beter. Als de natuurlijke ontwikkeling van het lichaam zijn gang mag gaan, verschijnt op menig mannelijk en vrouwelijk hoofd in de loop der jaren een grijze bedekking. Een aantal mannen ontloopt, al dan niet moedwillig, die

ontwikkeling. Een kaal hoofd, dat daarvoor in de plaats komt, is moeilijker aan een leeftijd te koppelen. En nogal wat vrouwen bestrijden die grijze bedekking met anders-gekleurde haarverf. De kalenderleeftijd kan zo een periode lang succesvol worden gecamoufleerd. 'Wat niet komt van God, komt van de pot', luidt een Vlaams gezegde.

Louterende haarkleurkeuze

Grijs hoeft niet verkeerd te zijn. Het aantal jonge dames dat de natuurlijke haarkleur heden ten dage laat veranderen in een mondain ogende grijze tint, breidt uit. Hun haarkleurkeuze werkt louterend voor hogere generaties die hebben besloten de natuur haar gang te laten gaan. Mooi grijs is niet lelijk.

Het lichaam is evenwel onverbiddelijk en niet voor één grijs gat te vangen. Het zet reeds op 35-jarige leeftijd de daling van het fysieke prestatieniveau in. Zo neemt de hoeveelheid elastische eiwitten in de huid af, alsook het vetweefsel onder de huid. Maar het lichaam ontneemt niet alleen. Het schenkt mensen op gevorderde leeftijd daarmee rimpels en het loopt zichtbaar te koop met bruinige vlekken en sproeten.

Deze en andere in het oog springende veranderingen domineren: de haargroei van mannen wordt gekort, ook zonder een knipbeurt; de houding gaat van recht-opgaand naar gebogen en verkleint de afstand van het hoofd naar de grond, wat bij verminderd gezichtsvermogen niet verkeerd hoeft te zijn. Bovendien biedt een lager zwaartepunt van het lichaam – min of meer – een natuurlijke valpreventie; de lichaamslengte neemt af; armen en benen worden dunner en bewegingen worden trager. Overdrachtsstoffen tussen de zenuwcellen, die voor tal van menselijke prestaties zorgen, nemen af.

En dat al vanaf het vijfendertigste levensjaar. Het proces van lichamelijke veranderingen neemt heden ten dage wel zo'n vijftig jaar in beslag. Steeds meer *diehards* voegen daar nog eens een vijftiental jaren aan toe, een *contradictio in terminis* lijkt het.

Het woord 'handboek' in de titel komt wellicht nogal pretentieus over. Kortweg geformuleerd geeft een handboek een overzicht van inzichten op een bepaald gebied. De inzichten komen uit de mond en/of de pen van mensen die de pensioengerechtigde leeftijd hebben bereikt. Ze kijken – al waarde-oordelend – terug op het leven dat achter hen ligt, ze geven een betekenis aan het leven dat ze

momenteel leiden en ze blikken vooruit op het leven dat voor hen ligt.

Wat speelt er door hun hoofd? Welke mythes krijgen zij aangepraat, of zijn nog niet ontzenuwd? Welke veranderingen hebben zij in de loop van hun leven ondergaan? Waar lopen zij tegenaan? Zijn er dilemma's op hun pad gekomen? Wat is volgens hen wijs en niet wijs? Zijn er nog onvervulde wensen? Hoe beleven zij de dag van vandaag? Wat als de afhankelijkheid van anderen toeneemt, of als de meest dierbaren hen ontvallen?

Deze en nog legio andere vragen worden in deze fase van de ontwikkeling van het handboek gesteld aan tientallen mensen die de 65-jarige leeftijd zijn gepasseerd en doorgaans vanwege hun leeftijd afscheid hebben genomen van de arbeidsmarkt.

Blinde vlek

'Fysiek lever ik wel in, maar mentaal nog geenszins'. Deze veel gebezigde uitspraak van respondenten geeft enerzijds aan dat de weg die het lichaam aflegt – zoals hierboven geschetst – aan den lijve wordt ondervonden, maar anderszins spat de potentie er nog vanaf. Of deze potentie in onze samenleving een podium vindt om tot uitdrukking te brengen en of ze überhaupt wordt waargenomen en omarmd, is een van de vele vraagstukken die in dit handboek een plek krijgen. 'Het is alsof ik alleen maar aan het inleveren ben, terwijl ik met zoveel interessante dingen bezig ben. Dat mensen van mijn leeftijd zich verder ontwikkelen, is voor veel jongere mensen blijkbaar een blinde vlek. "Hoe gaat het met je gezondheid" is de meest gestelde vraag van mijn omgeving. Aardig bedoeld, maar liever zou ik de vraag beantwoorden wat mij zoal bezighoudt en met welke dingen ik bezig ben.' Als het woordje 'nog' maar niet aan de vraag wordt toegevoegd. Dit raakt een grotere gevoeligheid.

Om in deze prille fase van de totstandkoming van het handboek nog een tip van de sluier op te lichten: ingrijpende gebeurtenissen in het leven zitten verankerd in het geheugen en komen meer en meer op de voorgrond te staan. Zo vertrouwde een van de respondenten mij toe dat haar achttienjarige broer een ernstig misdrijf had gepleegd toen zij veertien jaar oud was. Vanaf dat moment tot op de dag van vandaag, 65 jaar later, leeft zij een geïsoleerd bestaan om te vermijden dat iemand haar zou herkennen als 'de zus van…'

Het handboek pretendeert niet om alles wat mensen van een bepaalde leeftijd beweegt in woorden te vangen. Naarmate het leven voortduurt, neemt de

diversiteit aan levenservaringen toe. En daarmee groeit het onvermogen om een stereotype beeld te schetsen van wat mensen zin verschaft en betekenis geeft. Maar ook slechts een duiding van karakteristieken is alleszins het lezen waard.

Voor pensioengerechtigde lezers die willen deelnemen aan het onderzoek van Tinie Kardol is een vragenlijst beschikbaar: mjmkardol@hotmail.com



Tinie Kardol & 'De Staatsinjectie'

***Wynia's Week** verschijnt drie keer per week**, 156 keer per jaar,** met even onafhankelijke als broodnodige artikelen en columns, video's en podcasts. U maakt dat samen met de andere donateurs mogelijk. Doet u weer mee? **Kijk HIER.** Hartelijk dank!*