

ESSAY

Wijsheid als geschenk en opdracht

MAX DE COOLE

Diverse wetenschappelijke disciplines maar ook uiteenlopende domeinen in de wereld van de kunsten hebben door de geschiedenis heen iets met het begrip wijsheid. De koppeling van ouder worden aan wijsheid is daarnaast in een voor iedereen herkenbare zegswijze terug te vinden, namelijk dat wijsheid met de jaren zou komen. Maar is dat wel zo? En wat verstaan we onder wijsheid? Kan je het meten? En hoe kunnen ouderen en andere generaties er aan werken?

Het begrip wijsheid

Wijsheid definiëren is niet eenvoudig. Alfons Marcoen zegt het in het interview in deze Gerōn heel duidelijk: wijsheid is een "duizendpoot", een "ontzettend breed concept". Marcoen geeft aan dat we veelal onderdelen of aspecten van wijsheid bestuderen en onderzoeken. En dat is ook wat we in de (neuro)psychologie de afgelopen decennia zien gebeuren. Elkhonon Goldberg is zich daarvan bewust en vermeldt dat hij in zijn hersenonderzoek de existentiële, morele- en spirituele dimensie van wijsheid niet belicht (Goldberg, 2007). Op de vraag of een dergelijk beperkt begrip wijsheid nog aansluit bij wat in het dagelijkse leven onder wijsheid verstaan wordt, kom ik terug. Ik voeg er direct aan toe dat Goldberg vervolgens in *De wijsheidparadox* uitvoerig ingaat op wijsheid in de geschiedenis van de mensheid, van Confucius tot Salomo, van Sophocles tot hedendaagse wijze denkers. Hij typeert de inhoud van zijn boek

als 'eclectisch' en ik besef steeds meer dat die typering ook geldt voor dit essay.

De geschiedenis van de mensheid komt eveneens aan bod in de bijdrage van Dirk Sikkkel in deze Gerōn. Sikkkel gaat in op de evolutie van de oudere mens en belicht het thema wijsheid in tweërlei betekenis, de wijsheid van de soort en die van het individu. De laatste vorm van wijsheid, die voor Sikkkel geen genetische basis heeft in tegenstelling tot de wijsheid van de soort, is cultuurgebonden en zal door ieder mens in zijn leven moeten worden verworven. Kortom: je moet er wel iets voor doen.

Ook André Aleman beperkt zich zeker niet tot een meten is weten benadering en refereert evenals Goldberg aan belangrijke denkers en bronnen uit het verleden, van de Bhagavad Gita, Tao Te Ching tot de Bijbel (Aleman, 2012).

Aleman neemt als startpunt voor een definitie van wijsheid de volgende omschrijving:

"Wijsheid is het hebben van inzicht in een complexe situatie waardoor optimaal gedrag bevorderd wordt dat zo veel mogelijk betrokkenen tevreden stemt en ieders welzijn op het oog heeft."

Het "hebben van inzicht in een complexe situatie" wordt daarbij door mij in brede zin opgevat en kan bijvoorbeeld ook betrekking hebben op existentiële vragen.

Ik stel voor om het in de context van dit essay bij een 'startpunt voor een definitie' te houden. Noties als 'inzicht', 'optimaal gedrag' en 'ieders welzijn' geven in essentie weer waar het voor heel veel mensen om gaat.

Wijsheid en ouder worden: een koppel dat om nuancering vraagt

Worden we wijzer met het ouder worden?

Onder het kopje 'De levenswijsheid van onze ouderen is sleutel tot toekomst' belichtte Pieter van Dijk het befaamde pleidooi voor vertrouwen in elkaar hebben van Jan Terlouw in DWDD van 30 november 2016 (Trouw, 2017). Volgens Van Dijk toonde Terlouw aan dat ouderen een taak hebben naar volgende generaties, "niet door voor te schrijven, maar door te delen, in dialoog te gaan."

Het komt overeen met de boodschap van Desmond Tutu in het boek *Wisdom* van Andrew Zuckerman (Zuckerman, 2008). Het gaat Tutu om het doorgeven van ervaring of levenswijsheid aan volgende generaties. En Tutu beschouwt dit als een van de grootste geschenken van oudere- aan jongere generaties.

Levenswijsheid komt ook aan de orde in *De wijsheid van een tandeloze glimlach. Gelukkig ouder worden met Epicures* van de Amerikaanse filosoof Daniel Klein (Klein, 2016). Klein begint zijn verhaal met een dilemma. Zal hij wel of niet zijn gebit, op advies van zijn tandarts en tegen hoge kosten, langdurige ongemakken en onzekerheden, toekomstbestendig laten maken middels een aantal implantaten? Of aanvaardt hij om uiteindelijk op hoge leeftijd te eindigen met een volgens zijn tandarts 'ouwemannengrijs'. Klein is in eerste instantie overtuigd van de implantaten maar kiest uiteindelijk niet voor het concept

Forever young, dat volgens zijn zeggen het lijflied van zijn generatie is geworden. Hij beschrijft dit alles in alle rust op het Griekse eiland Hydra, waar hij als 73-jarige reflecteert over zijn leven en tracht tot een filosofie van een authentieke oude dag te komen. Met als belangrijke vraag of je je bij het ouder worden nu wel of niet uit het maatschappelijk leven moet terugtrekken. Ondertussen geniet hij ervan hoe ouderen op het eiland hun dagelijks leven invulling geven.

In alle studies komen voorbeelden van wijze ouderen als rolmodel voor. Aleman noemt Kofi Annan, oud secretaris-generaal van de Verenigde Naties en Goldberg bewondert de wijsheid van Winston Churchill en roemt Golda Meir, oud premier van Israël. Zo heeft ieder van ons wel een wijze oudere voor ogen. Of om het preciezer te zeggen: ouderen die op een bepaald gebied en op bepaalde momenten of in een bepaalde periode wijsheid tentoon spreiden. Ik verwijs naar de nuancering van Marcoen die al opmerkt dat mensen op beroepsvlak blijk kunnen geven van wijsheid maar in een ander levensgebied soms niet even wijs blijken te zijn. Hetzelfde kan gezegd worden van het moment (een wijs besluit), de tijdigheid (komt het inzicht op tijd of te laat, lees de column van Joep Dohmen in deze *Gerōn*) en de periode of levensfase waarin wijsheid wordt getoond (Churchill als staatsman tijdens WO II).

Er is nog een nuancering die aangebracht moet worden. Als het gaat om wijze ouderen komen als vanzelf bekende (wereld)burgers naar voren. Ik zal er hierna ook nog enkele tonen voeren. De nuancering is hier echter dat wijsheid in alle lagen van de bevolking te vinden is, bij ouderen van uiteenlopende sekse en etniciteit en in alle culturen wereldwijd. Wat dat betreft zou Rudi Westendorp samen met fotograaf Jan den Hengst best een nieuw fotoboek mogen samenstellen zoals eerder met *Buitenspel. De kunst van het ouder worden* (Westendorp, 2006). Veel (toen nog) werkzame ouderen met sporen van wijsheid passeren daarin de revue, van de schoenmaker (80) tot de hotelhoudster (95), van de nog optredende operazangeres (101) tot de taxi-

Poëzie en wijsheid

Poëzie kan iets uitdrukken dat niet in artikelvorm te vangen is: in schaarse woorden is wijsheid te vinden. In dit Gerōnnummer zijn meerdere gedichten gekozen met het oog op het thema wijsheid en ouder worden (zie inhoudsopgave).

Eerder (2015) namen wij het volgende gedicht van M. Vasalis op, waarin het verlangen naar wijsheid expliciet gemaakt wordt:

*Als daar muziek voor is, wil ik het horen:
Ik wil muziek voor oude mensen, die nog krachtig zijn,
en omgeploegd met lange, diepe voren
en ongelovig. Die de wellust en de pijn
nog kennen. Die bezaten en verloren.
En als er wijsheid is, die geen vermoedheid is,
en helderheid, die geen versterving is,
wil ik die zien, wil ik die horen.
En anders wil ik zot en troebel zijn.*

Vasalis, M.(1954). *Vergezichten en gezichten*. Uit: *Verzamelde gedichten*. (2014). Amsterdam: Uitgeverij G.A. van Oorschot

chauffeur (95), van de huisarts (94) tot de marktkoopvrouw (93).

Ten slotte kom ik voor een laatste nuancering weer terug bij de wijze emeritus Alfons Marcoen, die zegt er van overtuigd te zijn dat er kiemen van wijsheid op elke leeftijd zijn te vinden en dat er zeker ook wijze adolescenten zijn. Wijsheid is geen alleenvertoningsrecht van ouderen.

Neuropsychologen over wijsheid van ouderen

Wat zijn de belangrijkste bevindingen die neuropsychologen toevoegen aan het koppel wijsheid en ouder worden?

Goldberg kiest in zijn onderzoek voor een beperkt wijsheid-begrip dat voor hem de overtreffende trap is van bekwaamheid. De focus ligt op het probleemoplossend vermogen van ouderen en een sleutelbegrip daarbij is patroonherkenning. Door hun langere levenservaring zijn ouderen op het punt van patroonherkenning in het voordeel. Ik waag me niet aan een technische uiteenzetting van hoe – in termen van Goldberg – de ‘bedrading’ van de hersenen werkt en hoe het brein functioneert of disfunctioneert. Wel kom ik zoals

hierboven aangekondigd terug op een dergelijk beperkt wijsheid-begrip. Want als Goldberg opmerkt dat dit voor neurologisch onderzoek geoperationaliseerde wijsheid-begrip kan betekenen dat naast helden ook een paar schurken voor wijs kunnen doorgaan, denk ik dat we het hier hebben over een belangrijk aspect van wijsheid maar niet over wijsheid zelf, zoals eerder geformuleerd in de startdefinitie van Aleman.

Iemand wijsheid toekennen die grondrechten van mensen schendt, zo iemand komt mijns inziens zeker niet in aanmerking voor het predicaat wijsheid (voor die grondrechten ligt het voor de hand om te verwijzen naar de Universele Verklaring van de Rechten van de Mens uit 1948; zie ook het artikel van Lieve Vanderleyden en Nils Vandenweghe in deze Gerōn).

Aleman illustreert wijsheid-ontwikkeling nog door er op te wijzen dat in het profiel van het ouder wordende brein drie verschijnselen zijn waar te nemen: er is meer diversiteit in de activering van de hersengebieden, informatie wordt langzamer verwerkt en je kunt integratie zien tussen cognitief en emotioneel functioneren. Daarbij kunnen ouderen een beroep

doen op een grotere database aan kennis en ervaring en kunnen ze mede daardoor ingewikkelde beslissingen op een intuïtieve manier nemen.

Belangrijk is dat samen met Goldberg veel neuropsychologen in de 21^e eeuw het begrip wijsheid in relatie tot ouder worden hebben onderzocht en eensgezind uitkomen op een bevestiging van het alom bekende gezegde dat wijsheid met de jaren komt. Van – in Nederland – André Aleman tot Erik Scherder (zie interview in Gerón 2014-1) tot Margriet Sitskorn (Sitskorn, 2008). Al zal ieder van hen zich haasten om te verklaren dat er geen garantie op wijsheid is op latere leeftijd. En weinigen zullen tegenspreken dat wijsheid meten een niet eenvoudige opgave is.

Samenvattend: je bezit geen wijsheid *on-danks* het feit dat je ouder wordt maar *dankzij* het ouder worden. Of zoals Goldberg stelt: "veroudering is de tol die je moet betalen voor wijsheid."

Wat (neuro)psychologen de afgelopen decennia met hun onderzoek in ieder geval duidelijk hebben gemaakt is, dat we afscheid moeten nemen van het deficiet-denken, ook als het gaat om het ouder wordende brein. Het brein verandert weliswaar en je moet bepaalde kwaliteiten inleveren, maar ouder worden levert tegelijkertijd aanwijsbare voordelen op, die niet alleen voor jezelf maar ook voor je omgeving of de samenleving winst kunnen betekenen.

Wisdom

Hoe zien we wijsheid terug in levensverhalen van mensen?

De fotograaf Andrew Zuckerman werkte, toen hij nog geen dertig jaar oud was, aan een opmerkelijk boek waarin de wijsheid van ouderen centraal staat. Hij portretteerde en interviewde zo'n vijftig (toen) bekende wereldburgers. Zijn motivatie was om te achterhalen hoe ouderen hun leven geleefd hebben en wat ze er van geleerd hebben. Welke levenslessen zijn door te geven? De obsessie met jong zijn in onze samenleving was voor Zuckerman een extra motivatie om uitvoerig ouderen in beeld te brengen en aan het woord te laten.

Het boek zou oorspronkelijk *Our Icons and their wisdom* als titel meekrijgen maar daarvan zag Zuckerman af omdat het de indruk zou kunnen wekken dat alleen bekende personen over wijsheid beschikken.

Het motto voor het boek kwam van bisschop Desmond Tutu (1931) en memoreerde ik eerder: het doorgeven van ervaring of levenswijsheid als geschenk aan een volgende generatie.

Dat de interviews de moeite van het lezen waard zijn komt vooral doordat de geïnterviewden openhartig spreken over wat het leven hen geleerd heeft. Hun verhalen zijn 'wordingsverhalen' in plaats van 'vervalverhalen' of 'trotsverhalen', om in de terminologie van Hanne Laceulle te spreken (Laceulle, 2016).

Hard werken voor je idealen is een motto dat praktisch voor iedereen geldt, zonder dat het als hoogste wijsheid wordt benoemd.

Veel van de geïnterviewden geven aan dat ze 'leren' als centrale activiteit in hun leven beschouwen, oftewel ouder worden als ontwikkelingsweg zien. Als je les geeft leer je tegelijkertijd, zegt Helen Suzman, voormalig docent aan de Witwatersrand Universiteit in Zuid Afrika en later vele jaren parlementariër. Ze was het enige parlementslid dat indertijd actief tegen apartheid streed en daarvoor de *United Nations Human Right Award* ontving. Over wijsheid wil ze in het interview nog wel kwijt dat ze over kennis beschikt, maar niet over wijsheid. Ook andere geïnterviewden onderstrepen dat.

Het roept de vraag op of het misschien vooral aan anderen is om te oordelen of je al dan niet over wijsheid beschikt. Wijsheid zou dan ook in die zin als 'geschenk' beschouwd kunnen worden.

En dan is er tussen die vijftig bekende wereldburgers die ene Nederlander, Dick Bruna, die zegt: "als je heel weinig dingen op een pagina zet, laat je alle ruimte voor de verbeelding."

Het heeft hem wereldfaam opgeleverd!

Wijsheid als opdracht

Wijsheid is dus een geschenk in dubbele betekenis: je geeft je levenservaring door als ge-

schenk aan anderen en anderen kunnen jou wijsheid toekennen. Maar het is tegelijkertijd duidelijk: je moet er wel iets voor doen!

Marcoen noemt hier met het oog op wijsheidsontwikkeling 'reminiscentie' en 'autobiografische arbeid' en beveelt meditatie aan. Goldberg heeft voor zijn klinische praktijk als neuropsycholoog een 'cognitief fitnesscentrum' opgezet met een trainingsprogramma waarin ook competitie-elementen verwerkt zijn. Aleman geeft een aantal adviezen die met voeding en zowel lichamelijke als mentale beweging te maken hebben. Voor hem spelen daarbij spiritualiteit, levenskunst en mindfulness ook een rol. Maar Aleman is dan ook een vertegenwoordiger uit de neurowetenschappen die het gezichtspunt heeft dat we meer zijn dan ons brein. We zijn wie we zijn door de wisselwerking met onze omgeving.

Dit gaat tot nog toe over wijsheid als individuele opdracht voor de oudere mens zelf.

Maar er is nog een andere opdracht, waar overigens ook ouderen een rol in te vervullen hebben.

Uit het artikel in deze Gerōn van Joop Zinsmeister blijkt dat waar het gaat om de oudere werknemer het wijsheids-serum in relatie tot ouder worden nog niet bij veel werkgevers bekend is.

Ageism oftewel leeftijdsdiscriminatie is geen fenomeen uit het verleden, maar is zichtbaar in de arbeidssector nog volop aan de orde. En dat is maar één maatschappelijke sector, ook voor andere sectoren en in de media zijn eerder in Gerōn vele voorbeelden gegeven (met name in het themanummer over *Ageism*, Gerōn 2011-3).

De missie van Andrew Zuckerman met zijn boek *Wisdom* en de gelukkig in Nederland en België vele pleitbezorgers om ouder worden als ontwikkelingsweg te zien, verdienen meer navolging. Marketing in die richting kan er nog een tandje bij hebben. Zodat ook toekomstige generaties ouderen met vertrouwen hun toekomst tegemoet kunnen zien.

Literatuur

- Aleman, André (2012). *Het seniorenbrein. De ontwikkeling van onze hersenen na ons vijftigste*. Amsterdam/ Antwerpen: Uitgeverij Atlas Contact.
- Dijk, Pieter van (2017, 6 januari). De levenswijsheid van onze ouderen is sleutel tot toekomst. *Trouw*.
- Goldberg, Elkhonon (2008). *De wijsheidparadox. Hoe het verstand groeit terwijl de hersenen ouder worden*. Amsterdam: Uitgeverij Wereldbibliotheek bv.
- Laceulle, Hanne (2016). Een nieuw cultureel verhaal over ouder worden: Worden wie je bent. *Gerōn* 3: 23-25.
- Sitskoorn, Margriet (2008). *Lang leve de hersenen. Positieve prikkels voor hersenen die ouder worden*. Amsterdam: Uitgeverij Bert Bakker.
- Westendorp, Rudi & Hengst, Jan den (2006). *Buitenspel? De kunst van het ouder worden*. Wormer: Uitgeverij Imerc bv.
- Zuckerman, Andrew (2008, 2012). *Wisdom*. New York: Uitgeverij Abrams.

Over de auteur

Max de Coole is hoofdredacteur van Gerōn