

Christelijke seniorenbeweging 'Gulden Leeftijd'

Niet alleen geloof leren, maar ook leren geloven

Van 17 tot en met 23 november vindt opnieuw de ouderenweek plaats. Weinigen weten het, maar in de Vlaamse bisdommen bestaat een beweging van gelovige senioren die in 1962 als 'Vie Montante' in Frankrijk werd gesticht, in het kielzog van het Tweede Vaticaans Concilie. Die beweging heet 'Gulden Leeftijd' en concentreert zich op het christelijke geloofsleven van haar leden.

ROBRECHT MICHIELS | 'Gulden Leeftijd' luistert naar de geestelijke noden en verlangens van gelovige - christelijke - senioren in Vlaanderen en is vooral afgestemd op de invulling van de 'binnenkant' van ons bestaan. Maandelijks zijn er samenkomsten in groepen - kringen - van tien tot vijftien deelnemers over een thema uit het tijdschrift van de beweging, *Gulden Parel*.

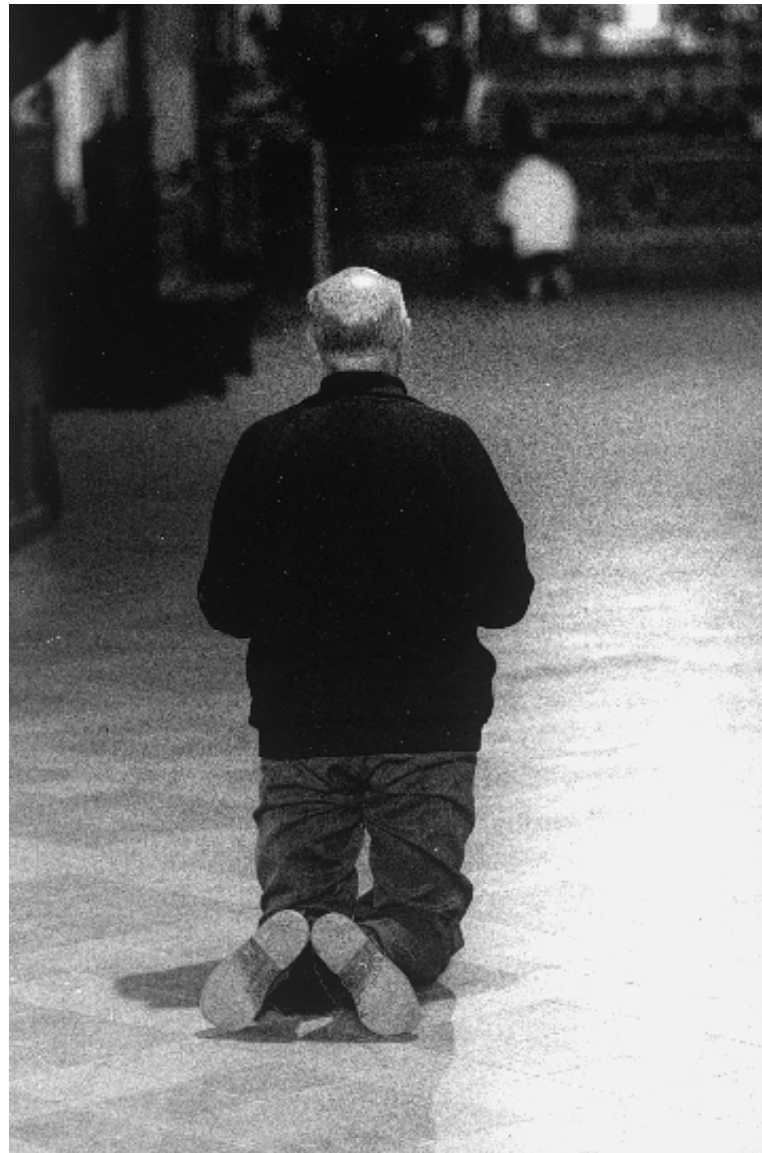
Gulden Leeftijd wordt gedragen door drie pijlers: geloofsinzicht door bezinning en dialoog, vriendschap naar binnen, en dienstbaarheid naar buiten. Die drie pijlers horen onafscheidelijk samen: geloofsverdieping en geloofsinzet worden altijd verbonden met vriendschap en verbondenheid onder de leden.

Nieuwe geloofstaal

Vroeger was het geloof een jeugd-avontuur dat een leven lang konden duren. Nu is het vaak de opdracht geworden voor een langgerekte levensavond, alleen al omdat onze gemiddelde leeftijd met enkele jaren is toegenomen. Dat is althans

de toestand van geloof en leven in het Westen. Wij maken in onze streken een duidelijke kerkcrisis mee. Veel gelovigen verlaten geruisloos en wellicht voorgoed de kerk. Die kerkcrisis gaat vaak gepaard met een geloofscrisis, met een levenshouding waarbij niet-geloven voor velen evident is geworden.

De centrale vraag in het Westen is de Godsvraag geworden. Ze is de uitdrukking van een diepe geloofsnood bij de christen vandaag die leeft in een wereld, beheerst door een atheïstische beschaving en een agnostische levensstijl. Dat in de westerse gesecculariseerde wereld een persoonlijke God verloren dreigt te gaan, leidt ertoe dat kerkeleiders, theologen, pastores, catechisten, en "het hele volk van God vanaf de bisschoppen tot en met de laatste gelovige" (*Lumen gentium* 12) niet alleen een aangepaste geloofstaal moeten creëren, maar ook de betekenis en de inhoud van het spreken over en tot God duidelijk moeten maken.



Het lijkt wel of de geloofscrisis in West-Europa te maken heeft met het toegenomen individuele interpretatie- en beslissingsvermogen

van de mens in de postmoderne samenleving. De kern van die postmoderniteit bestaat enerzijds uit het einde van de grote morele en religieuze verhalen en idealen, en anderzijds uit de optie voor een pluraliteit van waarheden, waarden en levensvormen.

Persoonlijke geloofscultuur

Als westerse christenen zullen wij een persoonlijke geloofscultuur moeten verwerven. Wij mogen niet langer aan achterhaalde geloofsopvattingen en -voorstellingen blijven vasthouden, maar moeten duidelijk beseffen waarover het in het christelijke geloof eigenlijk gaat: om God, Jezus Christus en hun Geest.

Wij moeten hun aanwezigheid leren cultiveren in de stilte én in de storm van het leven, door 'bezinning en strijd' - zoals de Taizé-beweging het uitdrukt. We moeten niet alleen 'het geloof leren', maar ook en vooral 'leren geloven'. In het leven moet je immers alles leren: je moet 'leren liefhebben' en ook 'leren geloven'. De kerk is het 'leerhuis van geloof' en wordt zo 'thuishaven van christelijk ge-

loof'. Daartoe wil de seniorenbeweging Gulden Leeftijd een waardevolle hulp zijn: de eerste pijler van de beweging is precies de persoonlijke en gezamenlijke geloofsverdieping door bezinning en dialoog.

Gered worden

Geloven betekent niet 'zichzelf redden', maar 'gered worden'. Drie dimensies zullen dan ook de toekomst van een authentieke of geloofwaardige christelijke levenshouding bepalen. Eerst en vooral de cultuur van de omgang met God in gebed en liturgie. Dat is de beleving van de mystieke (of verticale) dimensie van het menselijke bestaan. Vervolgens de cultuur van het autonome zedelijke handelen op basis van een evangelisch of christelijk gevormd geweten.

'We leren Gods aanwezigheid cultiveren in de stilte en in de storm van het leven.'

FOTO: PAUL VAN WOUWE

Dat is de beleving van de ethische, sociale en ecologische (of horizontale) dimensie van het menselijke bestaan. En ten slotte en vooral de cultuur van de volgehouden contrastervaring van lijden én hoop, van licht te midden van de duisternis, van zin en zinvolheid te midden van onzin en zinloosheid, van dood en verrijzenis. Dat is de beleving van het menselijke bestaan in 'verzet en overgave' - zoals Dietrich Bonhoeffer het uitdrukt.

Die laatste dimensie is volgens mij een van de belangrijkste opdrachten voor gelovige senioren, voor mensen op rijpere leeftijd. Zij zien misschien achteraf hoe een rode draad door heel hun leven heeft gelopen.

Belangeloze toewijding

De tweede pijler van Gulden Leeftijd is vriendschap en wederzijdse hulp. De gespreksgroepen zijn vriendengroepen die in een hartelijke sfeer samenkomen. Het leven van senioren kent niet alleen licht- maar ook schaduwzijden. Daarover kunnen we lezen in de kerstbrochure van kardinaal Godfried Danneels, *Over ouder worden* (2000). Ik noem enkele van die schaduwkanten: verstarring, verwarring, vervreemding, verveling, eenzaamheid, marginaliteit door het uittreden uit het arbeids-circuit en het wegvallen van de sociale omkadering, vermindering van inkomsten, lichamelijke ongemakken, hulpbehoefendheid, enzovoort. ►

Wat doet Gulden Leeftijd?

Maandelijks komen de leden van Gulden Leeftijd samen in groepen, 'kringen' genoemd. Zij bespreken het maandthema waarover ze vooraf hebben gelezen in het tijdschrift *Gulden Parel*. Iedereen kan opmerkingen maken, bedenkingen uiten en uitleg vragen aan de geestelijke raadgever. De dialoog tussen de deelnemers is van cruciaal belang. Enkele kringen beginnen of eindigen hun samenkomst met een eucharistieviering, andere met een al dan niet uitgebreid gebedsmoment. Daarbij worden ze ondersteund door een geestelijke raadgever. Informatie over kringen in de eigen streek verkrijgt u bij de diocesane verantwoordelijken:

- **Bisdom Antwerpen:** Ludo Looverie, tel.: 03/218.69.96 of ludovic.looverie@gmail.com.
- **Bisdom Brugge:** Maria Seurinck, tel.: 051/70.14.56 of verhulst.seurinck@wol.be.
- **Bisdom Gent:** Renée Smet, tel.: 09/357.75.56 of reneesmet@yahoo.com.
- **Bisdom Hasselt:** Hubert Schepers, tel.: 011/52.21.86 of hubert.schepers@skynet.be.
- **Aartsbisdom Mechelen-Brussel:** Kamiel De Witte, tel.: 02/731.19.91 of kamielwitte@scarlet.be.
- **Interdiocesaan voorzitter:** Eric Bruneel, tel.: 059/32.20.22 of ericbruneel@telenet.be. (RM)



FOTO: MATRISE

Gulden Leeftijd zet haar leden aan zoveel mogelijk deel te nemen aan het culturele, sociale, religieuze en kerkelijke leven.

Het grootste struikelblok is de vereenzaming. Die werkt dubbel: als de contacten met anderen verminderen, gaat ook het eigen verlangen naar contacten afnemen.

Een belangrijke doelstelling van de beweging bestaat er dan ook in senioren het bewustzijn bij te brengen dat ze er nog bijhoren. Meer zelfs: Gulden Leeftijd wil de kwaliteit van een leven op rijpere leeftijd dienen. Wat de mens immers jong en dynamisch houdt, is de vriendschap, het aanknopen en opbouwen van contacten en relaties, de belangeloze toewijding, het vrijwilligerswerk, het verenigingsleven, de voortgezette vorming, enzovoort.

Onthaast leven

De beweging wil daarom haar leden aanzetten zoveel mogelijk deel te nemen aan het culturele, sociale, religieuze en kerkelijke leven. In de beweging staan vriendschap en verbondenheid onder de leden hoog in het vaandel. Gulden Leeftijd wil senioren helpen gelukkig ouder te worden. De beweging leert hen onthaast en vertraagd te leven, contacten te leggen en vriendschapsbanden aan te halen, de liefdesrelatie uit te diepen, en onderlinge eerbied, verstandhouding en verdraagzaamheid te bevorderen. Ze wil tevens een houding van dankbaarheid en vergeving aanleren, moed en opti-

misme voorhouden en zelfs het gevoel voor humor cultiveren om gemakkelijk te kunnen relativeren.

De beweging en haar kringen willen helpen in het reine te komen met eigen grenzen, met ziekte en tegenslag, met de menselijke eindigheid en dus ook met de dood. Dat laatste doet ze door haar leden

het besef bij te brengen dat de dood geen taboe is dat buiten het leven en de levenssfeer staat, maar tot het leven zelf behoort. Zo kunnen we sterven, verzadigd van jaren en met het vooruitzicht op de verrijzenis en het eeuwige leven.

Dienstbaarheid

De derde pijler van de beweging is de dienstbaarheid: het gaat om geloofsverdieping én geloofsinzet, om spiritualiteit die leidt naar engagement, om apostolaat van mensen op rijpere leeftijd, om een pastoraal voor en door senioren. Dienstbaarheid heet in Bijbels-christelijke taal 'diaconie'. Dat Griekse woord als algemeen chris-

telijk begrip drukt de samenhang uit van woord en daad. Die samenhang stond centraal in Jezus' prediking van het Godsrijk: hij verkondigde Gods heilsheerschappij over mens en wereld, Gods menslievendheid en wereldbetrokkenheid in woord en daad. Hem navolgen betekent dan ook woord en daad op elkaar betrekken. God

'Gulden Leeftijd wil senioren helpen gelukkig ouder te worden en leert hen onthaast en vertraagd te leven.'

daadwerkelijk belijden houdt in dat wij ons geloof in God als zorgzame Vader van alle mensen radicaal vastkoppelen aan in verzet komen tegen alle onrecht in de wereld en tegen alle discriminatie onder mensen.

Wat kan die derde pijler, de diaconie, betekenen voor senioren? Dat ze reageren tegen een samenleving die wordt beheerst door nutsdenken en rendementsnormen waar alleen productiviteit geldt. Senioren moeten daarom opkomen voor een herijking van onze samenleving en haar waardeschaal. In het bijzonder kunnen zij op een of andere manier dienstbaar zijn aan geloof, christendom en kerk. Ongetwijfeld lijden veel senioren aan geloof en kerk: zij beseffen immers dat het vroeger wellicht beter en zeker anders was. Maar ze zullen soms ook zeggen: wat heeft men ons vroeger allemaal wijsgemaakt.

Senior en vrijwilliger

FOTO: RR



Zich belangeloos inzetten voor een ander is een typisch christelijke waarde. En dat is net wat vrijwilligers doen. Hun aantal in ons land wordt geschat op 1,5 miljoen. Hun belangrijkste actieterrein is de zorgsector. Velen van hen zijn vijftigplussers. Georges De Corte en Marleen Moeremans wijdden een boek aan die senior-vrijwilliger.

KATRIEN VERREYKEN | Het is een interessant fenomeen dat de al wat oudere vrijwilliger zich vaak richt op zijn nog oudere medemens. Jonge senioren zorgen voor oude senioren. Je vindt deze vrijwilliger daarom vooral terug in de zorgsector. De publicatie *Senior en vrijwilliger* geeft aan wat die vrijwilliger kan betekenen voor geriatrische en palliatieve patiënten in ziekenhuizen, en voor bejaarden in rust- en verzorgingstehuizen, serviceflats of thuis. Er wordt specifiek ingezoomd op de zorg voor dementen en depressieven. Vrijwilligers kunnen ouderen helpen herinneringen op te halen, mee op zoek gaan

naar de zin van het leven, en met hen lachen en plezier maken. Daar hebben ze immers de tijd voor die verzorgend personeel vaak niet heeft.

Ook De Corte en Moeremans ontdekken dat het religieuze aan belangstelling wint bij ouderen vandaag. Misschien is het een tegenreactie op de voorbije decennia waar het 'bon ton' was godsdienst af te doen als achterhaald, misschien zit de verklaring in de snelle opgang van de islam. De oorzaak laten de auteurs in het midden. Maar vrijwilligers kunnen ook een rol spelen bij de religieuze zoektocht van ouderen. Vooral op sleutelmomenten in het leven bezoeken ouderen – gelovig en ongelovig – toch nog altijd talrijk de eredienst.

In de publicatie worden vrijwilligers gezien als leerbegeleiders voor senioren, in het kader van het levenslang en levensbreed leren. Vrijwilligers moeten inspelen op specifieke domeinen zoals erfgoed en volkscultuur, opwarming van de aarde, ecotoerisme, de multiculturele samenleving, 'ons verleden', en cultuur in de brede zin van het woord. In het boek worden

voor die domeinen telkens interessante voorstellen gedaan en handige tips gegeven.

De bedoeling is dat de vrijwilliger zelf plezier beleeft aan de nieuwe zaken die hij leert en doorgeeft aan senioren. Communicatie is erg belangrijk, en die verloopt vlotter als de vrijwilliger beschikt over inlevingsvermogen en empathie. Een vrijwilliger schenkt veel aandacht aan mildheid, gezelligheid en samenhang. Vrijwilligers moeten niet doen aan 'volksverheffing' met schoolse trekken. Ze moeten inspelen op wat ze interessant en bruikbaar vinden en wat in de sfeer ligt van het informele leren. Een belangrijk veld ligt in het leren genieten van erfgoed, uitstappen en reizen met senioren.

Dat vraagt voorbereiden, organiseren, informeren, enthousiasmeren, werken met gedrukte hulpmiddelen en met de computer: mailen, surfen en chatten. De vrijwilliger met pensioen heeft volgens de auteurs meer tijd en financiële mogelijkheden om daar gebruik van te maken.



Georges De Corte & Marleen Moeremans, **Senior en vrijwilliger**, Halewijn, Antwerpen, 206 blz., € 20. Bestellen kan via www.tertio.be.

Geven zonder woorden

Ben Van Heesch is advocaat, maar in zijn vrije tijd vrijwilliger in de ouderenpastoraal van het Sint-Elisabethziekenhuis in Antwerpen. Hij getuigt aangrijpend over zijn ervaringen.

BEN VAN HEESCH | Arthur, 86 jaar. Ik ken hem en hij kent mij. Al herhaaldelijk bracht ik hem de communie. Nu zit hij daar zonder zijn linkervoet. Zijn rechtersvoet is zwaar ingezwachteld. Hij zal hem weldra ook verliezen. Hij keert zijn mager en bleek gezicht naar mij die achter hem staat. Geen medelijden alsjeblieft, zijn ogen tintelen vol levensvreugde, ondeugend. Een grapje met de verpleegster, "zij houdt me in leven". En ja, het is een knappe en een lieve. Arthur klaagt niet, hij is zo blij dat ik er ben met de communie. In zijn vorige levens heeft hij heel wat meegemaakt. Al was hij geen braaf manneke, zijn geloof heeft hij bewaard. Het geloof geeft hem kracht en levensmoed. Ja, moed dat heeft hij meer dan ik. Hij straalt het uit. De heerlijkheid van ons geloof.

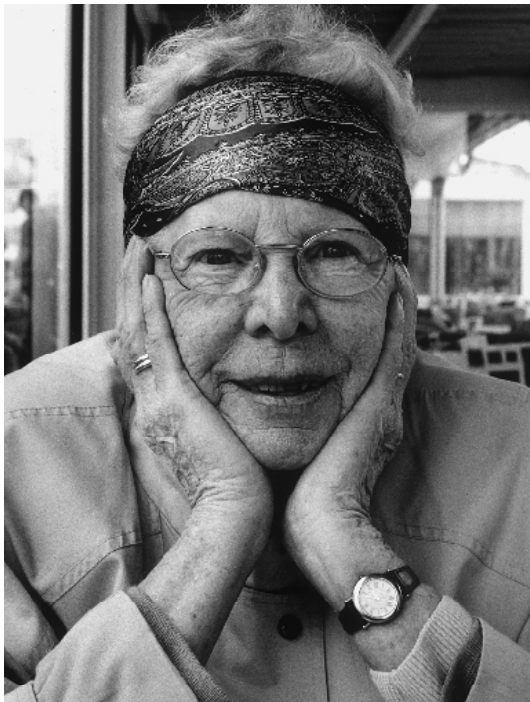


FOTO: MARCEL MINNÉE

En dan die oude lieve dame, op haar zachte, innemende manier ontvangt ze mij. Ook zij straalt van innige, maar wat ingehouden vreugde als ik haar de communie breng. Twee kinderen heeft ze, en veel kleinkinderen. "Zestig jaar ben ik getrouwd, mijnheer, en ik ben altijd naar de mis blijven gaan. Ja, ik weet het, het stukje brood dat u mij geeft, is het lichaam van Onze-Lieve-Heer. Zestig jaar ben ik getrouwd en dat wordt gevierd in de kathedraal met het kathedraalkoor, want mijn kleinkind zingt in dat koor." Het ontroert me diep, dat onverwoestbare geloof.

En dan die twee oude mensen: ze zaten in de gemeenschappelijke ruimte naast elkaar. Ik kende ze niet en men had er mij maar één aangewezen met de naam die ik zocht. Toen ik hem vertelde over het evangelie, hoe de lamme bij Jezus wilde zijn en hij langs een gat in het dak naar beneden werd gelaten, merkte ik dat ook de andere man die naast mijn toehoorder zat, intens meeluisterde. Ook de andere bejaarden in de ruimte bleken mee te luisteren. Wat is er gemakkelijker te zeggen "uw zonden zijn vergeven" of "sta op en wandel" tegen een mens die zijn hele leven verlamd is. En hoe Jezus de farizeeën op hun plaats zette en de lamme genas omdat hij geloofde.

Toen ik mijn toehoorder de communie had gegeven en wilde weggaan, weerhield de tweede mij en zei: "Ik ben de volgende, ik wil ook de communie." Intens leefde hij mee met wat ik had verteld. Weinigen zeiden het letterlijk, maar door de manier waarop ze hun ogen sloten toen ze het brood, Christus' lichaam, aannamen, voelde ik een grote dankbaarheid en genegenheid om wat ze ontvingen.

Hoeveel gaven ze mij terug, zonder woorden.

Geloof voorleven

Gulden Leeftijd is voor gelovige senioren een geschikt forum om met geloofs- en levensvragen in het reine te komen en van alle onnodige frustraties genezen te worden. Het komt er immers op aan positief in het leven te staan en mee te werken aan de toekomst van geloof, christendom en kerk. Wij moeten ons leven vruchtbaar maken door vriendschap, vreugde en vrede te delen met anderen en zorg te dragen voor het welzijn van mensen in nood, zorg ook voor het geloof van onze medemensen. We zijn immers als senioren in onze tijd vaak de actieve dragers geworden van geloof, christendom en kerk. Maar er is ook een keerzijde. Maken we allemaal niet mee hoe moeilijk de geloofscommunicatie soms is tussen oud en jong en tussen de generaties? Het mislukken daarvan stemt veel ouders en grootouders droevig en bezorgt hen ongegronde schuldgevoelens. Het is daarom belangrijk de geloofs-overdracht in de bredere context

van de culturele ontwikkelingen en maatschappelijke veranderingen te plaatsen. Dat houdt in dat we moeten proberen te begrijpen hoe mensen vandaag gelovig worden in een cultuur waarin dat geloof allerminst vanzelfsprekend is. Het komt er minder op aan geloofspraktijken en gelovige waarden over te dragen – laat staan op te leggen –, dan wel te getuigen van wat het betekent christen te zijn. Het geloof niet zozeer opleggen, maar het voorstellen en voorleven. Dat kan alleen als je je dat geloof op een persoonlijke wijze hebt toegeëigend.

Het leven vieren

In de derde fase van hun leven beseffen mensen maar al te goed dat zij de weg van het leven gaan. We willen vandaag, morgen en overmorgen samen het leven vieren: vieren dat we leven, dat we nog in leven zijn en dat we ons zomaar toevertrouwen aan het leven, aan het naakte bestaan. Voor gelovige senioren betekent dat 'leven vieren'


ons op Iemand durven te verlaten die ons vasthoudt en draagt, die de loop en de toekomst van ons leven en van de wereld waarborgt. Al wat we hebben, is het bestaan. En dat hebben we van een Ander. 



FOTO: SYC

Actieve vijftigplussers zoeken spiritualiteit


Naast Universiteit Vrije Tijd van het Davidsfonds (zie blz.1) ondervindt ook seniorenbeweging Okra bij haar leden een hernieuwde interesse voor zingeving, als medicijn tegen verzuring en cynisch individualisme.

PETER VANDE VYVERE | Aureel Chanterie, de nationale pastor van de christelijke seniorenbeweging Okra, voelt zich allesbehalve het vijfde wiel aan de wagen in zijn organisatie. "Van de 1.200 lokale besturen, kun je er ruim 800 werkelijk vitaal noemen. Dat betekent dat ze, naast domeinen als reizen, crea, vorming en sport, ook volop met zingeving bezig zijn." Dat behelst onder meer een kerst- en paasviering en een lentebezinning – initiatieven waarop doorgaans meer mensen aanwezig zijn dan in de zondagsvieringen. "Okra-bijeenkomsten garanderen ontmoeting, actieve inbreng en onderlinge waardering. Mensen ervaren dat blijkbaar als een vruchtbare voedingsbodem voor een zingevingsmoment", verklaart Chanterie de grote bijval van die initiatieven.

'Senioren zijn geïnteresseerd in de fundamente van een christelijk bewogen ethiek.'

Het nationale bestuur maakt mappen en brochures aan om die bijeenkomsten te stofferen. Maar de meeste lokale besturen beschikken over een gemotiveerde k-verantwoordelijke die ervoor zorgt dat zingeving – al dan niet uitdrukkelijk – in de Okra-werking aan bod komt. "Ik ben ervan overtuigd dat we door die aandacht voor de hele mens mee een dam opwerpen tegen de verzuring en tegen het cynische individualisme van een bepaalde populaire cultuur", meent Chanterie.

Naast reële bezinning, ook tijdens bestuurs- en algemene vergaderingen, biedt Okra ook informatieve lezingen aan over zingevingskwesties. "Onze leden zijn vooral hongerig naar inzicht over prangende ethische kwesties", stelt Chanterie vast. "Euthanasie, zelfdoding, nieuwe samenlevingsvormen en echtscheiding – we horen er zoveel verschillende opinies over. Reik ons enkele stevige kapstokken aan om een visie te ontwikkelen, verzuchten vele Okra-leden."

Senioren hebben geen heimwee naar de ethische bevoogding van weleer, maar zijn wel geïnteresseerd in de fundamente van een christelijk bewogen ethiek. "Ook senioren zijn kinderen van hun tijd en willen uiteindelijk hun eigen opinie vormen. Maar ze zijn zeer duidelijk op zoek naar betrouwbare bouwstenen", merkt Chanterie op. "Volgende maand geef ik voor de regio Kortrijk een lezing over euthanasie. Ik weet niet of de affaire-Claus daar iets mee te maken heeft, maar daar komt meer dan vierhonderd man op af. Dat is toch veelzeggend, niet?" 

www.okra.be