

Oudejaarsavond, nieuwjaarsdag - mag het tien dagen later nog even? Terug naar dat moment waarop heel de wereld ervaart hoe de tijd voortijlt van oost naar west en overal de jaren wisselen? Worden we op dat moment ook niet herinnerd aan de voortgang van ons eigen leven? Ik bewaar aan de oudejaarsavonden uit mijn jeugd bijzondere herinneringen.



Het was de tijd die Gerard Cox in 1973 bezong:

1948 Toen was geluk heel gewoon!
 Buiten huilt de wind om 't huis
 Maar binnen stond de kolenkit paraat
 En de stoep waarop geknikkerd werd
 Was het belangrijkste stukje straat

Op oudejaarsavond was er in mijn jeugd vooral de kerkdienst die bij mij zeker gevoelens van 'voorbij, voorbij' teweeg brachten. De aandacht was gericht op de vergankelijkheid van ons leven. Terwijl in de omgeving van de kerk het vuurwerk steeds luidruchtiger werd, brak in de volle kerk zelf uiteindelijk onvermijdelijk het moment aan waarop de dominee de namen en leeftijd voorlas van hen die in het voorbije jaar waren gestorven. Natuurlijk werd dan de naam van mijn vader niet meer genoemd - ik was zes jaar toen hij in 1950 overleed - maar voor mij stond hij elk jaar opnieuw wél in dat lijstje. Ik vermoedde dat dit ook bij mijn moeder het geval zou zijn en dus keek ik schuin naar haar: hoe onderging zij het horen van die namen? Na de kerkdienst waren er de pinda's, olieballen en het glaasje fris. Nog geen televisie, laat staan de nu gebruikelijke oudejaarscabaretier.

Hoe anders was en is het begin van het *nieuwe jaar*, de tijd van goede wensen én prijzenswaardige voornemens. Natuurlijk, ook wij hebben menigeen een gelukkig 2024 toegewenst. Maar welke wereld van verwachtingen en verlangens - om woorden uit mijn oudejaarsgedicht te citeren - "verbergt zich achter de woorden?" Onze levens verschillen zoveel dat het begrip 'gelukkig' voor ieder van ons een persoonlijke, zelden uitgesproken invulling krijgt. Hoe wordt dat geluk ingevuld als er tegelijk de vrees is voor een onzekere toekomst? Zijn er dan nog goede woorden om dat geluk te benoemen?



Er is nog zoveel niet gezegd
 Er is nog zoveel doodgezwegen
 Door jullie en door mij
 In nachten dat wij wakker lagen
 Op onvoltooid verloren dagen
 Door jullie en door mij
 Zoveel nog niet uitgesproken
 Zoveel waarheid nog ontdoken
 En het heeft zo voor de hand gelegen
 Bij jullie en bij mij
 ...

Natuurlijk is het niet waar wat Gerard Cox zong. In de jaren van mijn jeugd was geluk niet heel gewoon. Ik dichte ooit dat "ik leerde lachen in een tijd die zwanger was van zorg voor morgen". Toch was er bij mij vooral dat gevoel van warmte, van geborgenheid, van sámen leven; ik heb me nooit alleen gevoeld. Dachten en leefden we toen misschien wél meer 'inclusief'? Het is een begrip dat in 1966 gemunt werd door Feitse Boerwinkel*: Wie inclusief denkt, plaatst zichzelf niet in het middelpunt van de wereld, maar probeert altijd de *relatie met anderen* centraal te stellen. Ik citeer nu Boerwinkel zelf: "Inclusief denken gaat er principieel van uit dat mijn heil (geluk, leven, welvaart) niet verkregen kan worden ten koste van of zonder de ander, maar dat het alleen verkregen kan worden als ik tegelijk het heil van de ander beoog en bevorder."

Een kwart eeuw na Boerwinkels pleidooi schreef ik als bestuursvoorzitter van de hogeschool Windesheim een essay over de cultuur van de Hogeschool met de titel *Inclusief*. Op de laatste dag voor de kerstvakantie kreeg elke medewerker dat boekje uitgereikt. Ik pleitte daarin voor de vernieuwing van de heersende cultuur waarin velen vooral gericht waren op het eigenbelang van de eigen sector, de eigen positie. Na de kerstvakantie zei één van de sectordirecteuren tegen mij dat hij na het lezen van mijn boekje een heel slechte kerstvakantie had... Maar velen wilden mee op weg gaan naar een inclusieve cultuur waarin niet het eigen belang maar het met elkaar delen de drijfveer is.

En nu, ruim dertig jaar later? Ik heb zelf het vervreemdende gevoel dat het levensideaal van Boerwinkel aan het begin van het jaar 2024 verder weg is dan ooit. Is onze samenleving veel

individualistischer geworden? Laten we het afweten als de ander ons nodig heeft maar dat ten koste kan gaan van onze eigen (vermeende) vrijheid? Er is alle aanleiding die vraag te stellen!

Het jaar 2024 was zes dagen oud, de oliebollen waren op, de goede voornemens waren misschien al weer vergeten, toen zowel de Volkskrant als de actualiteitenrubriek Nieuwsuur een indringend onderwerp behandelden. Wat is er aan de hand? Onderzoekers en hulpverleners zien de mentale problemen van vooral tienermeisjes en vrouwen tot 30 jaar de laatste jaren groeien. Lang werd de coronacrisis als schuldige gezien, maar inmiddels weten we dat deze zorgelijke ontwikkeling al veel eerder werd ingezet. Slaapproblemen, eenzaamheid, stress, somberte, steeds vaker uitmondend in vormen van zelfverwonding nemen gestaag toe. Het aantal opnames op de spoedhulp van ziekenhuizen vanwege zelf toegebracht letsel of poging tot suïcide steeg in negen jaar tijd met 50%. Onder tienermeisjes is zelfdoding uitgegroeid tot de meest voorkomende doodsoorzaak. Wat is er aan de hand met de tienermeisjes en jonge vrouwen?

'Een gelukkig nieuwjaar!' én vrees voor de toekomst? Uit een heel groot scholierenonderzoek in 2022 blijkt dat 47% van de ondervraagde meisjes op de middelbare school zei veel te piekeren, snel angstig te zijn en zich vaak ongelukkig te voelen. 'Meisjes en jonge vrouwen bespreken onderling vaak hun zorgen, problemen en negatieve emoties zoals angst, woede of somberheid. Dat kan voor emotionele verbondenheid zorgen maar lost de mentale problemen niet op.' Opmerkelijk is dat deze problematiek zich bij jongens en jonge mannen heel veel minder voordoet en er bij hen ook niet of nauwelijks sprake is van een stijging. Deskundigen én geëquipeerde meisjes en vrouwen zélf geven veel mogelijke verklaringen maar drie vallen in het bijzonder op.

- Veel jongeren ervaren de grote problemen van deze tijd. De krapte op de woningmarkt, de opwarming van de aarde, de oorlogen in Oekraïne en in het Midden-Oosten. Wat betekenen die voor hun toekomst?
- In hun sociale omgeving en vooral op sociale media, overal spiegelen jongeren zich aan anderen en de impliciete boodschap is: je moet gaaf zijn en het overal fantastisch doen. Lukt dat niet, dan is er maar één schuldige: jij.' Meisjes en jonge vrouwen blijken daarvoor veel gevoeliger dan jongens en jonge mannen. Het probleem is dat het schermje van de smartphone wel die negatieve signalen uitzendt, maar niet luistert. Het is opmerkelijk dat vooral veel meisjes en jonge vrouwen zélf hun gedrag op sociale media als problematisch ervaren maar daar ook geen verandering in kunnen aanbrengen.
- Het opvoedingsgedrag van de (jonge) ouders lijkt anders: bij velen is alles gericht op een goed en aangenaam leven van hun kinderen. Die leren daardoor niet omgaan met druk, tegenslagen en verdriet in het leven en hun ouders willen of kunnen niet meer luisteren. Zijn er toch problemen dan zijn daar de hulpverleners en de overheid voor.
- Ik belicht nog een factor die ons zelf raakt. Waar jongeren vrezen voor hun toekomst zitten veel senioren hun tijd uit, vooral bezig met zichzelf. Er lijkt nog maar één doel te zijn: zélf kunnen genieten van het leven, in de eigen vrijheid vooral niet gehinderd worden door de zorgen en behoefte aan aandacht van anderen, zeker niet van de jeugd. Die senioren zijn niet meer in staat te luisteren naar de problemen van hun kinderen en kleinkinderen. Dat is heel verdrietig en ernstig want ik zie om ons heen en ervaar zelf ook hoe betekenisvol het kan zijn als ouderen luisteren en hun gevoelens en inzichten delen met jongeren. Het is een prachtige ervaring om te merken dat het leeftijdsverschil vooral een pòsitieve functie heeft.



Ik ervaar een samenleving waarin inclusief denken, nieuwsgierigheid in en beschikbaar willen zijn voor de ander, tolerantie, respect, mededogen vandaag de dag bij ouderen weliswaar niet verdwenen zijn, maar zeker niet de boventoon voeren. Doen wij ouderen het wel zo goed voor jongeren die weten dat hun toekomst anders zal zijn dan ons huidige leven?

Daarom: leve de jongeren! Laten wij ouderen niet primair voor onszelf leven, maar ons richten op hún toekomst, genieten van het voorrecht om met hén te delen!

* Feitse Boerwinkel, *Inclusief denken. Een andere tijd vraagt een ander denken*, 1966
Muziek

* 1948 [Toen was geluk heel gewoon](#) - oorspronkelijk Gerard Cox, hier Koot en Bie

* Paul van Vliet, [Er is nog zoveel niet gezegd](#), 1990. Zie voor alle teksten van Paul van Vliet [hier](#)

* J.S. Bach schreef cantate 190 voor nieuwjaarsdag 1724. [Hier geweldig zingende jongeren en ouderen samen in het openingskoor](#). Wat een feestje om ze te zien zingen en spelen!