

Leeftijdloos Ageless living

Daily Lift, 11.23.2010

Maryl Walters

Er wordt heel wat afgepraat over ouder worden – hoe de verschijnselen ervan te vermijden door te sporten, dieet te houden en wat dies meer zij. Ik heb zelf op dat gebied een lange reis achter de rug, en de weg leek soms onbegaanbaar. Maar dat betekent alleen maar dat ik grote avonturen heb beleefd. Ik ben er vrijwel zeker van dat u daarover kunt meepraten. Ik denk liever dat ik wijzer aan het worden ben, en niet ouder.

Een heel wijze vrouw, Mary Baker Eddy, schreef: “Geboorte- en sterfteregisters zijn even zovele samenzweringen tegen het volkomen man- en vrouw-zijn. Als de mens niet de dwaling beging alles wat goed en schoon is af te meten en te beperken, zou hij een hogere leeftijd dan zeventig jaar genieten en toch nog krachtig, fris en vol belofte blijven” (*Wetenschap en Gezondheid*, blz. 246:19). Eddy was hier zelf een prachtig voorbeeld van. Zij kreeg te maken met armoede, dakloosheid en ziekte in haar 40'er en 50'er jaren, om vervolgens meer te bereiken in haar 70'er en 80'er jaren dan waartoe de meeste mensen in staat zouden zijn, zelfs als ze meer dan één leven zouden hebben.

Hoe doen we dit? Hoe kunnen we, net als een boom, constant nieuwe groei ervaren? Hoe worden we nieuw in plaats van oud? Ik heb ondervonden dat het helpt om je bezig te houden met nieuwe ideeën en niet verstrikt te raken in gefixeerde opvattingen en verstarde meningen – zoiets als bevroren waterpijpen. Je draait de kraan open en er gebeurt niets. Er is warmte voor nodig om het water weer te laten stromen. Laten we vandaag ons denken verwarmen met liefde voor onze naaste, openstaan voor frisse ideeën – en nieuw worden!