

## Dorpswandelaar 18

"Doelloos wandelen" is wandelen van A naar niks en dan weer naar A. Je loopt zomaar wat. Dat kunnen kringetjes zijn of willekeurige afslagen waarbij je gewoon je voeten volgt naar links of rechts zonder daar over na te denken terwijl je je gedachten de vrije loop laat. Vandaag was het weer eens zo. Ik had geen route gepland en stapte daarom vrolijk ons straatje uit, de bocht volgend naar rechts en links, richting wegoversteek, een parkje door dat daar ligt, vervolgde mijn weg door een slingerend bospaadje voorbij het kapelletje en kuierde door wat achterommetjes en grasveldjes naar wat "het mooiste wonen aan de Dommel" werd genoemd.

Nog steeds volstrekt doelloos struinde ik door de nieuwbouw, terwijl flarden van een radiogesprek dat ik die ochtend vroeg had beluisterd bij me opkwam. Het ging erover of mensen eeuwig leven of heel lang jong zijn moesten willen?

De radiojournalist sprak erover met een hoogleraar van de UVA, een dame uit Australië, die hier allang woonde en werkte, want ze sprak met slechts een zeer licht accent perfect Nederlands. Volgens haar was 130 jaar worden op dit vroege moment van de dag best een optie die werkelijkheid kon worden op al heel korte termijn. Uiteraard had ze mijn volle aandacht, omdat ik op een zodanig gezegende leeftijd ben aangeland dat een keuze voor levensverlenging voor mij bijna aan de orde is. Of juist een levenseind niet ver weg meer is. Nee, ik ben geen optimist die een ongebreidelde rooskleurige toekomst voor zich ziet en ook niet de pessimist die een treurig einde waarschijnlijk acht. Ik probeer een realist te zijn die van elke gezonde dag geniet en een mindere accepteert in de hoop dat erna weer een betere volgt ... tot .... enzovoort.

Maar die professor die 130 jaar worden al heel reëel achtte, dat triggerde me intens. Vooral omdat ze het niet alleen bij het hoge aantal levensjaren liet, maar ons luisteraars juist liet nadenken over de manier waarop we zo'n hoge leeftijd zouden willen bereiken? Wilde je jong blijven? Hou jong dan? En was dat aanbevelenswaardig of juist niet? Hoe lang zouden we dan moeten blijven werken? Tot 110? Of 120? En dan nog 10 jaar met pensioen? Zou er wel zoveel werk zijn? Of zou je aan een vervolgcariëre moeten gaan denken? Bijvoorbeeld iets moeten gaan doen wat je altijd al had willen gaan doen? De journalist zei dat hij dan wel tuinman zou willen worden in zijn tweede baan en daarna weer willen gaan studeren. Een taalwetenschap, of iets in kunst en cultuur. Een ander zou wellicht iets met zijn handen willen gaan doen. Houtsnijwerk, meubelmaker, of zoiets. Maar dan niet fabriekmatig, maar als hobby voor vrienden en burens, kinderen en kleinkinderen. Een derde zag voor zichzelf wel werk klaarliggen met 3D-printers, ook weer op kleine schaal voor zijn woonbuurt. Prima allemaal zei de professor, dus jullie realiseren je dat je niet na je 65ste op je gat kunt gaan zitten, maar dat dan verwacht wordt dat je voor die tweede en derde baan gaat. En hoe zou je er dan willen uitzien? Als een jonge adonis of mag men aan je zien dat je al ruim over de 100 bent? Stel dat je er jong blijft uitzien, als dertiger? Dan loop je de kans dat je een kleindochter tegenkomt die er net zo oud uitziet als jij, alleen is die echt 30 en ben jij 130! Leuk? Dat is zeer de vraag. Dus ... verschil moet te zien zijn, maar in hoeverre? De botox-industrie zal het er druk mee krijgen.

Een vraagpunt was ook of en hoe je na je 130ste verder moest? Eeuwig leven, nee, dat niet. Overlijden dan. Maar hoe? Ook hierop had mijn professor een duidelijk antwoord.

Het einde van ieders leven moet snel zijn en pijnloos. En ook dat kan. Stel dat de eindleeftijd rond de 130 jaar komt te liggen, dan is overlijden absoluut vlak erna aan de orde. Het lichaam is op en stort in. De medische wetenschap is zover dat ze dit kan regelen.

Toch was alles wat hiervoor werd besproken niet het ultieme doel van de ouderenwetenschap. Alles dat nieuw werd ontwikkeld zou een plaatsje moeten kunnen krijgen in een breed Umfeld voor alle mensen die graag gezond ouder wilden worden en zijn. Hoogte van de leeftijd zou daarin geen belangrijke rol spelen en ook niet hoe men er dan uit zou zien.

Veel belangrijker werd de ontwikkeling van de bestrijding van veel ouderdomsziekten. Daar zou het om moeten gaan. Met kleine ingrepen - mits geconstateerd en nodig - in het menselijk DNA en de genenstructuur. Aanpassingen daaraan zouden alleen al zorgen voor een sterk verhoogde gezonde leeftijd. Maar nog veel belangrijker achtte de professor de drie essenties om gezond te kunnen leven: Kunnen LOPEN, kunnen DENKEN en een ruim SOCIAAL NETWERK hebben. Daar draait alles in feite om. Koppel dat aan eventuele ingrepen in DNA + genen, en je hebt een optelsom die de mens ver over de 100 levensjaren voert. In een uitstekende conditie, en liefst met de nodige rimpels die duiden op wijsheid en ervaring in het leven achter je voor het leven naast je en in wat je nog voor je hebt ...

Ik liep ... en dacht .... en overdacht wie ik allemaal tot mijn sociaal netwerk kon en mocht rekenen en ontdekte gaandeweg dat er al heel wat bekenden rondom mij waren betrokken naar een mogelijk hiernamaals waar eeuwig leven al eeuwig bestond. Zo was ons beloofd. En ik vroeg me af of ik dat daarom hier ook nog eens wilde hebben. Zo'n eindeloos lang leven, er komt geen einde meer aan. Gelukkig was er wel een einde gekomen aan mijn doelloos gestarte loopje. Thuis wachtte mijn eega met de thee.

De... Dorpswandelaar