



Ernst Buning en Erna Waal: „Verbinding en zingeving zijn de belangrijkste factoren voor geluk.”

FOTO JOSÉ PIETENS

Theater

27 september in De Omslag in Wormer. Aanvang 19 uur, entree € 7,50. Aanmelden bij RSWP-/Dienstencentrum Wormerland, tel. (075) 641 96 68. www.jongvangeest.nu

‘Na 55ste begint nieuwe fase vol mogelijkheden’

Verhalen en liedjes over leven van 55-plussers

Voor de een is het een nieuwe lente, voor de ander de weg naar het einde. Maar welke naam je het ook geeft, één ding is zeker: na je 55ste breekt een heel andere levensfase aan. Daarover gaat ‘Jong van geest’, 27 september te zien in De Omslag in Wormer.

Het is een levensfase die wordt gekenmerkt door afscheid nemen. De 55-plusser gaat met pensioen, zijn kinderen gaan het huis uit, zijn ouders overlijden. „Maar dat schept ook ruimte voor heel veel nieuwe ervaringen”, zeggen Ilpendammer Ernst Buning (66) en Erna Waal (56) uit Purmerend. Zij spelen de voorstelling met gitarist Wout Ros (72) uit Amsterdam en violist/multi-instrumentalist Frank Jeniskens (57) uit het Gelderse Ingen. Aan de hand van persoonlijke

verhalen en liedjes vertellen zij wat hen bezighoudt. Eenzaamheid bijvoorbeeld. Dat komt natuurlijk voor in elke leeftijdsgroep, zegt Erna. „Maar iedereen geeft daar zijn eigen interpretatie aan.”

Haar eenzaamheid is dat er in haar omgeving niemand meer is die ze uit haar jeugd kent. „De mensen met wie ik omga, kennen mij alleen als volwassene. Er is niemand meer die weet hoe ik als kind ben geweest.”

Ernst voelde zich op zijn eenzaamst toen hij thuis voor zijn echtgenote zorgde. „Zij had dementie en we konden niet met elkaar communiceren. Ik vind – en vond – mezelf niet zielig, maar wel eenzaam.” Van 2006 tot het overlijden van zijn vrouw in 2011 was Ernst mantelzorgger. Over dementie en rouw maakte hij eerder de eenakters ‘Lichtknopje’ en ‘Onderweg’. „Inmiddels zit ik in een heel andere fase. Ik heb een nieuwe partner en dat geeft een andere,

nieuwe energie. Ik wilde niet vast blijven zitten aan dementie en verlies.” De gepensioneerd psycholoog kwam met Erna in contact bij een inloopcafé over rouwverwerking in Purmerend. Erna – voorheen zangeres bij Blueberry Nights – was er vanwege haar werk als counselor, Ernst zong er een lied over verlies. Zijn muziek ‘had heel veel impact’, ze raakten aan de praat en uiteindelijk kwam daar een voorstelling van.

Ze willen niet de dominee uithangen, maar met Jong van geest wil het viertal de mogelijkheden van de 55-plus-fase laten zien. „Niet te oppervlakkig, maar ook niet te zwaar.” Met een flexibele geest blijf je jong van geest, meent Ernst. „Je moet openstaan voor andere ontwikkelingen, anders word je stram en star in je denken, doen en bewegen. Natuurlijk ben ik zelf soms stram en star, het bekende is immers ook veilig. Heel belangrijk is verbinding maken

met mensen om je heen. Naast de logische zaken zoals gezondheid, onderdak en inkomen zijn verbinding en zingeving de belangrijkste factoren voor geluk. Wanneer je ‘s morgens opstaat moet je het gevoel hebben dat het allemaal zin heeft. Die twee zaken keren steeds terug in onze voorstelling.”

De optredens zijn een mooi voorbeeld van hoe het in die nieuwe levensfase kan gaan, vindt Ernst. „Tot anderhalf jaar geleden wisten we niet eens van elkaars bestaan. Alleen Frank en ik kenden elkaar. Nu zijn we met zijn vieren en leren we door de voorstelling ook steeds meer nieuwe mensen kennen. Zo zie je maar, op elk willekeurig moment kun je nieuwe contacten leggen. Je moet erin willen investeren, onbevangen durven zijn en vooroordelen over anderen overboord zetten. Je moet er moeite voor doen.”

José Pietens