

# MAAK VRIENDEN VOOR JE 35 BENT

...Mede door de sociale media (Facebook, Hyves) is het begrip **riendschap** nogal uitgehold. Iemand kan honderden vrienden hebben en toch een doodeenzaam bestaan lijden. **Invester in echte vriendschap en dan vooral voor je 35e. Hoe ouder je wordt, hoe lastiger je nieuwe vrienden maakt.**

In het ND van 15 juli 2011 schreef ik over de waarde van vriendschap. De Bijbel verhaalt van onatscheidelijke vriendschappen, Jezus spreekt over zijn volgelingen als vrienden en de antieke filosofen zien vriendschap als oefenplaats voor morele deugden. Toch gaat menig handboek ethiek eraan voorbij en dus hoor je zelden iets over de praktische moraliteit van vriendschap. Maar niet alleen het huwelijk, de zorg, het onderwijs en de politiek, ook de vriendschap verplicht. Als een vriendschap al een officieel begin heeft, is het zelden zo dat vrienden elkaar trouw beloven. En zo kunnen vriendschappen ook zo- maar weer wegglijden.

Desondanks is het ook in vriendschap van belang om trouw te zijn. Het is een goed dat je iemand hebt bij wie je niet bang hoeft te zijn dat hij geheimen over je doorvertelt. Misschien zijn sommige vriendschappen samengesteld uit louter bewondering, maar in het echte leven zal een vriend zonder moeite een paar nare ontdekkingen van je kunnen oplepen. De uitspraak 'een vriend is iemand die alles van je weet en toch



Vriendschappen komen net als goede wijn pas na jaren op smaak.

van je houdt' heeft ondanks zijn sleetsheid een kern van waarheid. Nu is de ene definitie van vriendschap de andere niet. Mede door de sociale media (Facebook, Hyves) is het begrip nogal uitgehold, iemand kan honderden vrienden hebben en toch een doodeenzaam bestaan lijden. Onlangs blijkt een man met vele internetvrienden zes weken dood achter zijn computer te

terste zijn natuurlijk vriendschappen waarbij mensen elkaar in een wurgende omhelzing houden: als er niet welk of maandelijks een rendez-vous plaatsvindt, geldt dat voor sommigen als het einde van de vriendschap.

## voor het oprapen

Soms lijkt het er in het leven op dat je de vriendschappen voor het oprapen hebt. Je schooltijd, je studententijd, zwangerschapsgymnastiek. Maar uitzonderingen daargelaten is het met die rijkdom vanaf je 35e levensjaar wel gedaan. Zoals bij veel goeds in het leven (carrièrekansen, de huwelijksmarkt) moet je er ook qua vriendschappen vroeg bij zijn. In toenemende mate gaan vriendenkingen lijken op avontures: steeds minder groei, steeds meer erosie. Daarom, zou je zeggen, als je besef dat vriendschappen net als goede wijn pas op smaak komen als ze op jaren zijn gekomen?

Ten eerste gaan vriendschappen domweg aan onoplettendheid en drukte ten onder. 'Uit het oog, uit het hart'. Als je vrienden wilt blijven en elkaar niet regelmatig in de kerk of de sportclub tegenkomt is het zaak om afspraken en activiteiten te blijven plannen. Vriendschappen sneuvelen daarnaast ook door conflicten en onbegrip. Volgens de antieke filosofen kunnen vriendschappen uitgerakend op dit punt veel opleveren. Bijgelegde conflicten kunnen verwijdering doen verkeren in haar

tegendeel. Wie vriendschappen grondig bekijkt, ontdekt dat het fundament van menige goede vriendschap bestaat uit excuses, daden van vergewing, stille zegenbeden en creatieve pogingen om een gestrande communicatie vlot te trekken. Zeg dat maar eens tegen iemand die net met een vriend gebrouilleerd is, maar feit is: er is vriendschap na een conflict.

## duo-euthanasie

Ten slotte beperken anderen, bewust of onbewust, hun sociale contacten meer en meer tot de leden van het eigen gezin. Bij een drukke baan en een druk gezinsleven wordt de pijn hiervan niet altijd gevoeld, maar als die factoren van gemeenschap gaan wegvallen, blijkt soms dat twee oudjes vrijwel niemand anders meer over hebben dan elkaar. Dat mag romantisch lijken – zie recente voorbeelden uit de media van echtparen die besluiten tot duo-euthanasie – maar de werkelijkheid is er vaak een van isolatie en eenzaamheid. Dat laatste, eenzaamheid tijdens de oude dag, is een reden om vriendschappen te onderhouden ook over leeftijdsgrenzen heen. Vriendschappen met een leeftijdsverschil van meer dan 15 jaar lijken op het eerste gezicht niet voor de hand te liggen. Een jarenlange vriendschap met een echtpaar van 47 jaar ouder dan ons heeft me overtuigd: leve de vriendschap, ook tussen de generaties. <

ND 26.08.2011