

Maakt vrije tijd ons echt vrijer?

Met de vakantie in zicht proberen we te genieten van wat meer vrije tijd. Levert dat diepe vervulling op, of zoeken we echte herbronning beter elders?

Jan COLLA

„Nooit heb ik het drukker dan wanneer ik vrije tijd heb”, sprak de Romeinse staatsman en schrijver Cicero al in de eerste eeuw vóór Christus. Anno 2015 worstelen we nog altijd met het verdelen van onze tijd over werk, gezin, engagementen en hobby's. Mensen lijken meer dan ooit nood te hebben aan echte *kwali-tijd*, maar wat doen we met die vrije tijd? Maakt die ons ook echt vrij? Luc Rademakers, algemeen directeur informatie bij de VRT en algemeen hoofdredacteur VRT-nieuws, schreef er als filosoof een aantal jaar geleden een doctoraat over, *De filosofie van de vrije tijd*. Priester Bart Coenegrachts is docent spiritualiteit. Als druk bezette deken van Bree zoekt hij zelf voortdurend een leefbaar evenwicht tussen werk en vrije tijd.

– Wat betekent vrije tijd voor u?

Luc Rademakers• Vrije tijd op zich bestaat niet. Voor mij is vrije tijd vrijheid in de tijd die je ter beschikking hebt, de tijd dus waarin je niet slaapt. Arbeidstijd wordt nog te vaak ervaren als niet-vrij, alsof het een soort straf zou zijn. Zelf probeer ik arbeidstijd en vrije tijd zo weinig mogelijk te scheiden. Ik ben bijvoorbeeld altijd bereikbaar voor het werk, mijn gsm is 24 uur op 24 ingeschakeld. Net het feit dat ik mijn tijd niet in vakjes verdeel, geeft me vrijheid. Ik ben immers ook 24 uur op 24 bereikbaar voor mijn gezin. Ik probeer op een open manier naar mijn activiteiten te kijken en dan is er weinig verschil in mijn beleving van werk, reizen of vrije tijd.

Bart Coenegrachts• In die visie van vrijheid kan ik me vinden, al heb ik zelf wel nood aan een afgebakende periode. Van zondagavond tot maandagavond ben ik niet in de dekenij. Dan verblijf ik elders, bij vrienden of zo. Dat is voor mij een kostbaar moment. Ik ben dan weg van de zorgen, bekijk alles vanaf een afstand en slaap dan ook beter. Ik kom uit een boerengezin en daar was de zondag als rustdag echt belangrijk. Samen naar de kerk gaan en samen vieren, maakten me nieuw. Zondag was letterlijk recreatie, ik voelde me herschapen. Vrije tijd is daarom voor mij ook sterk verbonden met gemeenschap. Samen zijn met jong en oud geeft volheid en blijheid.

– We leven in een tijd van druk-druk-druk. Is er nog tijd voor vrije tijd?

Luc Rademakers• Dat idee zegt veel over hoe tijd ervaren wordt. Onze voorouders waren landbouwers, ze moesten leven en werken op het ritme van de natuur. Zij hadden het wellicht drukker dan wij, maar zonder het concept 'vrije tijd' waren ze toch vrijer. Wij leggen onszelf die drukte vandaag deels zelf op en dat gevoel kun je mensen moeilijk uit het hoofd praten. Een grote oorzaak van stress in veel gezinnen is net dat we te veel denken in tijds-



Zinvolle vrije tijd gaat niet over meer tijd, maar over meer vrijheid. © Jan Colla

zones. Wanneer is er tijd voor het werk en wanneer voor het gezin? In het digitale tijdperk loopt dat toch al door elkaar. Het ideaal



„Denken in afgebakende tijdzones levert stress op. Echte vrije tijd is vrijheid in alles wat je doet”

Luc Rademakers

is vrijheid vinden in alles wat je doet, wanneer dan ook. Nu leggen we onszelf veel taken op, ook op zondag. We moeten naar het voetbal, want we hebben een abonnement. We moeten gaan shoppen, want de winkels zijn speciaal open. Dat is geen vrijheid meer. **Bart Coenegrachts**• Als pastoor-moderator van zeven parochies ken ik die ervaring van drukte en ik ervaar die soms ook als problematisch. Het klopt echter dat het vooral gaat om hoe je tijd er-

vaart. Is bidden voor mij als priester een plicht of vrije tijd? Ik beleeft bidden als tijd die ik vrijmaak voor God en dan is dat telkens een mooi moment. Een geslaagde vergadering kan ook goede tijd zijn, kan een echte ontmoeting met andere mensen zijn, en dan is dat geen 'werk'. Voor christenen gaat het om de liefde die je legt in elk moment, in jezelf geven aan anderen. Een gezin, waar het inderdaad vaak druk is, bloeit ook pas open in het samenzijn, in het er zijn voor elkaar.

– Is vrije tijd een luxeprobleem, een privilege van wie voldoende inkomen heeft om vrije tijd te creëren?

Luc Rademakers• In alle beroepen, zelfs de meest repetitieve, kan vrijheid zitten. Een vuilnisman lijkt dagelijks hetzelfde te doen, maar dat kun je ook anders bekijken. Elke straat is anders en hij creëert een mooi landschap. Daar valt ook trots en meerwaarde uit te halen.

Bart Coenegrachts• Soms kiezen mensen bewust voor een job met afgelijnde uren, die ze helemaal achter zich laten als het werk erop zit. Voor kaderleden is dat vaak moeilijker. Zij verdienen meer en 'kopen' vrije tijd. Ze moeten dat wel. In dat verband is de discussie over bereikbaarheid interessant. Ik hoorde eens een bedrijfsleider van wie de werknemers in hun vakantie niet bereikbaar mochten zijn. Alles loslaten, maakt hen creatiever, meent hij. Dat is dat christelijke idee van vernieuwing op zondag. Recreatieve tijd bevordert creativiteit.

– Valt er te ontsnappen aan de industrie van de vrije tijd, die niet meer vrij, maar opgelegd is?

Luc Rademakers• Als mensen werken om te sparen voor hun vakantie, omdat ze dan op reis 'moeten', zijn ze niet vrij. Een reis boeken bij een agent, je moeten plooiën naar de reservatiedata, in een bus stappen en het ritme van de chauffeur moeten volgen, on-



„Een geslaagde vergadering kan voor mij ook goede tijd zijn, een ontmoeting die vrij maakt”

Bart Coenegrachts

derweg moeten eten wat er wordt opgediend – dat heeft alles met consumptie en niks met vrije tijd te maken, al kunnen mensen dat uiteraard wel graag doen.

Bart Coenegrachts• Georganiseerd reizen is niet de enige vrije

tijd. Ik ken veel mensen die zich in hun vrije tijd inzetten voor anderen. Waar moeilijker aan te ontsnappen lijkt, is de televisie. Tv-programma's kunnen boeiend zijn, maar een hele avond kijken laat bij mij vaak een grote leegte achter, alsof ik mijn vrije tijd heb weg gezapt. Lezen biedt me meer voldoening.

– „Moderne vrije tijd vraagt om een zingeving op zichzelf”, stelt Luc. Wat kan zinvolle vrije tijd zijn?

Luc Rademakers• Zingeving blijft moeilijk. Mensen zijn daar niet voor opgeleid. We worden van kleins af klaargestoomd voor de arbeidsmarkt, maar niemand leert ons iets over vrije tijd. Veel mensen hebben het geloof afgezworen en de zondag opgegeven, maar we zijn niet opgeleid om verveling op een vrije manier in te vullen. Dat zorgt voor veel waanideeën en verkeerde keuzes. Van God los betekent niet noodzakelijk vrijer. Ik pleit voor een persoonlijke zingeving van de vrije tijd, vrij in te vullen met waarden die voor jezelf belangrijk zijn.

Bart Coenegrachts• Mijn werk is een roeping. Ik doe alles met veel *goesting*, al verlang ik soms naar meer tijd om mensen te bezoeken. Dat zou nog meer vervulling bieden. Werk en vrije tijd kun je nooit helemaal loskoppelen, dat is in de Bijbel niet anders. God rustte op de zevende dag, zo brengt Hij de schepping tot voltooiing. Anderzijds zegt Jezus dat zijn Vader altijd aan het werk is in de wereld om die te voltooien. Dat blijft een paradox.