

The image shows a close-up, low-angle view of a stone building's corner. The wall is made of rough-hewn, multi-colored stones. A large, rectangular sundial is mounted on the wall, featuring Roman numerals from I to XII. A gnomon, a rod with a decorative finial, is attached to the sundial and extends diagonally across the sky. The sky is a clear, vibrant blue, and a thin crescent moon is visible in the lower right quadrant. The overall composition is clean and modern, with the ancient stone and sundial contrasting with the contemporary text and sky.

Marinus van den Berg

Na-werk-tijd

Toegewijd leven

Marinus van den Berg ging in 2016 op 68-jarige leeftijd met pensioen. Wat betekent het om ineens de tijd aan jezelf te hebben, en je collega's te missen? Hoe vind je een nieuwe, zinvolle dagbesteding? *Na-werk-tijd* vormt de neerslag van zijn eerste jaar zonder betaalde arbeid.

'Ga je nu leuke dingen doen?' vroegen veel mensen hem. 'Ga je soms op pelgrimstocht naar Santiago de Compostela?' Maar in plaats van zo'n populaire pelgrimage koos Van den Berg voor het lopen van het ernstig stemmende Westerborkpad. Het verslag van deze wandeltochten vult het bijzondere middendeel van dit boek. Tijd, ontmoetingen, aandacht, dromen en verhalen zijn daarnaast belangrijke thema's.

Een wijs, persoonlijk en tegelijkertijd universeel boek voor mensen die stoppen met betaald werk.



Marinus van den Berg

Na-werk-tijd

Toegewijd leven

Inhoud

Ter inleiding 8

DEEL I – De sleutel inleveren 11

Solitude 13 | Droom 15 | Aanbellen 16 | Verdergaan met het goede 18 | Time-out (zelfgesprek) 20 | Amuseer je je? 21 | Tijdmeditatie 22 | Misverstanden over loslaten en afronden 23 | De volle maat 24 | Vroeg op 26 | Van snelweg naar binnenweg 27 | Droom 28 | Hoe verloopt je tijd? (meditatie) 29 | Zondag, maandag, Urlaub en vakantie 31 | De tijd is niet van mij 33 | Zondag – verhalendag 34 | Van moeten naar mogen 36 | Laudatio op het wandelen 37 | Alleen en samen zijn 38 | Pensioentijd 39 | Een licht als je verbijsterd bent 40 | Genieten 42

DEEL II – Het Westerborkpad: naar plaatsen om bij stil te staan 45

Inleiding 46 | 5 mei, Nijkerk – Putten 47 | 5 mei 49 | 7 mei Harderwijk – Nunspeet 50 | 8 mei, Nunspeet – 't Harde 52 | 14 mei, Muiderberg – Naarden-Bussum 54 | 15 mei Naarden-Bussum – Hilversum 56 | 22 mei, Na-werk-tijd 58 | 25 mei, Wezep – Hattem 59 | 27 mei, 't Harde – Wezep 61 | Terugreisdag 63 | 30 mei, Hoop moet een kans krijgen 64 | 1 juni 66 | 2 juni, Nunspeet – Vierhouten 67 | Tot ziens 69 | 4 juni, Hilversum – Hilversum Sportpark 70 | 6 juni, Amsterdam (Hollandsche Schouwburg) – Diemen 72 | 8 juni, Amersfoort – Schothorst 74 |

12 juni, Zwolle – Lichtmis 76 | 16 juni, Meppel – Koekange 78 | 20 juni, Mooie zinnen 80 | 22 juni, Koekange – Hoogeveen 82 | 24 juni, Hoogeveen – Tiendeveen 84 | 26 juni, Wandelen buiten de binnenstad van Rotterdam 86 | 26 juni, Na-werk-stilte 88 | 28 juni, Beilen – Hooghalen – Westerbork 89 | 30 juni, Dromen 91

DEEL III – Wat mij toevalt 93

Tussenbalans 94 | Vakantietijd – reflectietijd 95 | Mijmerstok 96 | Wandelen en dan ontbijten 98 | Levenszin 99 | Buiten zijn om weer thuis te komen 100 | Een nieuwe positie na je pensioen 101 | Elke dag een pelgrimage 102 | Stilte vol belofte 104 | Geen pad zonder vallen 105 | Elke dag leefdag 107 | In het moeras, maar toch veilig thuis 108 | Onbereikbaar 110 | Tussentijd 111 | Fluitend 112 | Boxen als bidden 113 | Een nieuw ritme 115 | Werk 116 | Tijd 118 | Ouder ogend hoofd 120 | Coulissentijd 120 | Wat hebt u gedaan, vandaag? 121 | À Dieu 123 | Een dag van pijn en vreugde 124 | Stil geworden 126 | Alles goed? 127 | Vertrouwd en nieuw 129 | De rijkdom van lopen en wandelen 130 | Mijmeren over geluk 132 | Angst en tijdnood 133 | In grimmige tijden 134 | Adventstijd 136 | 102 spreekbeurten 137 | Kerstdag 138 | Tijd 139

Slotwoord 140

Bronnen 143

Toegewijd

Het gaat om toegewijd zijn
toegewijd
waar je leeft

toegewijd
aan hen met wie je leeft

toegewijd
aan wie en wat om zorg vraagt

toegewijd
aan deze dag en aan wie
op mijn pad komt.

Ter inleiding

8

Na veertig jaar met verlaat pensioen

Na mijn 65e heb ik nog drie jaar mogen en kunnen doorwerken, maar langzaam groeide het besluit om na veertig jaar met mijn werk als geestelijk verzorger te stoppen. In december 2015 nam ik afscheid van de betaalde arbeid. Ik ben dankbaar voor het mooie afscheidssymposium ‘Lijden verlichten’ in de Rotterdamse Arminiuskerk, bij de presentatie van het gelijknamige boek. Had ik daaraan iets kunnen bijdragen: ‘Het geknakte riet niet breken en de kwijnende vlaspit niet doven,’ met andere woorden: aandacht geven aan de kwetsbare, lijdende mens? Dit beeld (uit het bijbelboek Jesaja) verwijst ook naar de dag waarop ik tot priester ben gewijd, 27 maart 1977, nu ruim veertig jaar geleden.

Ik ging dus niet met vervroegd maar met *verlaat pensioen*. Ondanks het mooie symposium deed het afscheid pijn, en rezen er vragen. Hoe zou het zijn? Wat zou ik wel en niet missen? Het eerste jaar leek me een periode om dat allemaal te proeven. Zou het een beproeving worden?

Voornemens voor het eerste jaar

Eerst besteedde ik samen met mijn huisarts aandacht aan mijn lichamelijke conditie. Gezondheid is een geschenk dat ook om zorg vraagt.

Verder moest ik op zoek naar een nieuw levensritme en een nieuwe dagvul-

ling. In het begin was het alsof ik voor elke dag een bestemming moest vinden. Omdat ik alleen woon is er niemand die met een eigen agenda invloed heeft op mijn tijdsindeling en -besteding. Nu schrijf ik graag, en daarom nam ik me voor elke dag mijn dagboek bij te houden. Om zes uur 's avonds schreef ik meestal een column over de voorbije dag. Het werd een vast punt, mijn vaste schrijftijd.

‘Wat doe je zoal?’

Natuurlijk wist ik niet wat voor jaar het zou worden, evenmin als wie er op mijn pad zou komen. Ook in 2016 ontmoette ik mensen in pijnlijk gemis en verdriet. Al was ik dan gestopt met mijn betaalde werk, mijn ambt had ik niet neergelegd. Er kwamen mensen en gebeurtenissen op mijn pad, die tijd en aandacht vroegen en die wilde ik van harte geven.

‘Wat doe je zoal?’ vroegen veel mensen me. Steeds vaker antwoordde ik: *‘Ik wandel en doe wat op mijn pad komt.’* Maar ook: *‘Niets moet meer, nog wel druk soms, maar zonder druk.’* Mijn beleving van de tijd veranderde. En in de drukke novembermaand vol spreekbeurten hoorde ik mezelf zeggen: *‘Eindelijk tijd om druk te zijn.’* Dat leek wel de omgekeerde wereld.

Verhalen over na-werk-tijd

Wat trof me in 2016? Wat zette me in beweging? Waarom ging ik het Westerborkpad lopen? Hoe ging ik om met de nieuwe vragen bij het levenseinde? Antwoorden vond ik een jaar later in mijn dagboek* en dagcolumns. Zo ontstond

* Dagboekfragmenten zijn hierna afgedrukt in een slanke, schreefloze letter.

dit boek, als terugblik op het eerste jaar in een nieuwe levensfase. In grote lijn volgen de hoofdstukjes de chronologie.

De boektitel *Na-werk-tijd* kun je op veel manieren lezen. Niet alleen als ‘na werktijd’, maar ook als: ‘na je werk is er tijd’, en: ‘ook na je pensionering werkt je werktijd na’. Al die betekenissen speelden in 2016 een rol in mijn leven.

Met pensioen gaan doet ieder op eigen wijze. Dit boek is dan ook geen richtlijn, maar een verhaal van een mens die ervan houdt verhalen te lezen en te vertellen. Zo kom ik elke dag weer op verhaal. Ook heb ik ervaren dat je jezelf en de ander niet echt kent, zonder de verhalen achter een woord, een mening, gedrag, boosheid, teleurstelling of gemis te peilen.

Bij het werken aan dit boek werden de uitgever en ik verrast door thema’s die steeds in allerlei vorm terugkeerden: dromen en reflecties daarop, wandelen, stilte, tijd, geluk en aandacht. Ik hoop dat die ervaringen zo universeel zijn dat veel lezers er iets aan hebben.