

# De Geestelijke Begeleiding

Binnen de vormingsmiddelen die het Werk aanbiedt, is geestelijke begeleiding altijd beschikbaar—zowel door priesters als door leken.

Uiteraard is iedereen vrij om hier al dan niet gebruik van te maken en draagt men zelf de verantwoordelijkheid om, via dit middel, meer of minder genade van God te ontvangen.

8-6-2025

**Het voorbeeld van Jezus Christus**

Nikodemus, een vooraanstaande Jood, lid van de Sanhedrin en Farizeeër, was getuige van Jezus' gevangenneming, zijn onrechtvaardige veroordeling, de ogenschijnlijke mislukking van zijn missie en de verwerping van de Messias door het Joodse volk. Hij zag hoe bijna alle apostelen hem in de steek lieten. Toch vond hij de moed om samen met zijn vriend Jozef van Arimathea naar Pilatus te gaan en om het dode lichaam van de gekruisigde Christus te vragen. Hij hielp mee om Jezus van het kruis af te halen en legde hem met haast in een graf dat zijn vriend beschikbaar stelde.

Dit verhaal van vriendschap, bewondering en erkenning begon mogelijk enkele maanden eerder, toen Nikodemus, geïntrigeerd door de woorden en daden van Christus, besloot hem in het geheim op te zoeken. Uit angst voor de Joden koos

hij ervoor om Jezus 's avonds te ontmoeten, om hem rechtstreeks te vragen naar zijn leer, zijn identiteit en het Koninkrijk van God dat hij verkondigde.

Jezus predikte vaak tot menigten—deze onderrichten zijn opgetekend in de Evangelies—maar hij nam ook de tijd om zich tot individuele personen te richten. Hij gaf persoonlijke aandacht aan ieder die hij ontmoette: de familie van Maria, Martha en Lazarus in Betanië, de zieken en hun dierbaren die om genezing vroegen, zondaars die berouw toonden, de Twaalf die hem volgden—vooral Petrus—en zelfs Pilatus en de Goede Dief. Hij behandelde ieder naar zijn eigen noden, stelde vragen of gaf antwoorden, waarschuwde voor fouten of gaf raad voor de toekomst.

Vele heiligen en pausen hebben aanbevolen om geestelijke begeleiding te zoeken bij iemand met

zowel menselijke als geestelijke ervaring. Het is een natuurlijke uiting van onze sociale natuur om ons toe te vertrouwen aan iemand die we vertrouwen, zodat we onze blik kunnen scherpen en meer inzicht krijgen in de diepere vragen van ons leven.

### **Wat is geestelijke begeleiding?**

Geestelijke begeleiding is echter niet bedoeld om een sociaal gemis op te vullen of een leegte in de menselijke samenleving te dichten. Het doel ervan is wezenlijk bovennatuurlijk: het regelmatig en persoonlijke overleg biedt advies, leiding, correctie, aanmoediging en een verruiming van perspectieven, zodat we de weg naar God en de heiligheid bewandelen.

Door geestelijke begeleiding streven we ernaar God dieper te leren kennen, een intiemere relatie met Hem op te bouwen en het verlangen

te laten groeien om de ontdekkingen van onze persoonlijke geloofsweg te delen met onze naasten, vrienden en familie.

Bovendien helpt deze begeleiding ons om met een zekere afstand naar ons eigen leven te kijken. Ze bevrijdt ons van een al te subjectieve blik en leidt tot de zelfkennis die nodig is om onze weg naar God helder te onderscheiden.

Om dit te kunnen, moeten we niet alleen degene in wie we ons vertrouwen stellen kennen en waarderen, maar ook bereid zijn om ons diepste innerlijk open te leggen. Dit omvat onze aanleg, verlangens, worstelingen, manier van denken en zijn, innerlijke reacties, houding tegenover familie, vrienden en anderen, onze gevoelens en hun gevolgen, de invloed van stemmingen en verbeeldingskracht,

evenals onze persoonlijke en professionele ambities.

Maar bovenal moeten we de intimiteit van onze relatie met God blootleggen: hoe onze gebedstijden verlopen, hoe we ons tot God richten tijdens de mis en de communie, wat het sacrament van boetedoening voor ons betekent, ons berouw over zonden en de ervaring van Gods barmhartigheid. Hoe ontmoeten we God in ons werk en in de alledaagse gebeurtenissen?

Daarnaast is het waardevol om te delen hoe we onszelf zien als kinderen van God en leden van de Kerk, hoe we streven naar verbondenheid met anderen en welke ervaring we hebben met het helpen van de meest behoeftigen. We kunnen bespreken welke middelen we inzetten om vriendschap en vertrouwen te verdiepen, zowel met bestaande als nieuwe vrienden.

Kortom, we openen ons hart en delen onze zorgen, vreugden en verdriet—alles wat ons innerlijk beweegt.

Volgens paus Franciscus is het allereerst van belang om onszelf open te stellen, zonder angst om onze meest kwetsbare kanten te delen—die aspecten waarin we ons het zwakst of meest gevoelig voelen om in beoordeeld te worden.

“Onderschat niet de kracht van het jezelf bekendmaken, het laten zien van wie je bent aan iemand die je begeleidt op je levensweg”.<sup>[1]</sup> In deze vertrouwelijke gesprekken krijgen we de kans om onze fouten en zwakheden in een nieuw licht te zien.

De heilige Jozefmaria spoorde ons aan om een betrouwbare gids te zoeken, iemand “aan wie we vrijmoedig al onze verlangens naar heiligheid kunnen toevertrouwen, evenals de dagelijkse zorgen die ons

innerlijk leven raken, onze mislukkingen en overwinningen. Gun jezelf niets zonder het te delen, leg je ziel volledig open—zonder angst en zonder schaamte”.[2]

De persoon die ons begeleidt, helpt ons om momenten van ontmoediging te overwinnen en om pessimistische of negatieve opvattingen—over onszelf of anderen—te vermijden. Hij of zij maakt ons bewust van de waarden en kwaliteiten die we bezitten, de kracht van ons vertrouwen, ons oprechte verlangen om onszelf te verbeteren en onze diepgewortelde openheid voor God. Vaak ontdekken we in deze gesprekken, “soms met verwondering, nieuwe perspectieven en tekenen van goedheid die altijd al in ons aanwezig waren”.[3]

Binnen de vormingsmiddelen die het Werk aanbiedt, is geestelijke begeleiding altijd beschikbaar—

zowel door priesters als door leken. Uiteraard is iedereen vrij om hier al dan niet gebruik van te maken en draagt men zelf de verantwoordelijkheid om, via dit middel, meer of minder genade van God te ontvangen.

## **Geestelijke begeleiding en vrijheid**

De heilige Jozefmaria benadrukte dat onze Heer « wil dat we vrij en uniek zijn. Maar God wil ook dat we verantwoordelijke en consequente katholieke burgers zijn en dat ons verstand en ons hart niet uit de pas lopen en ieder zijn eigen weg volgt. Hij wil dat verstand en hart juist in harmonie en standvastig zouden zijn zodat we altijd doen wat we naar eer en geweten zien dat wij moeten doen. We mogen ons niet laten meeslepen door voorbijgaande trends of modes, enkel vanwege een gebrek aan persoonlijkheid of een gebrek aan trouw aan ons geweten.»

[4] Dit samenspel van waarheid, goedheid en vrijheid is precies wat God van ons vraagt.

In dit proces van innerlijke begeleiding wordt onze vrijheid niet beperkt, maar juist aangemoedigd en versterkt. Door onszelf beter te begrijpen—met de blik van God—leren we waarom we op bepaalde manieren handelen en raken we bevrijd van het eindeloos piekeren over de situatie van het moment. Geestelijke begeleiding helpt ons om onbelangrijke vragen in perspectief te plaatsen, verruimt onze horizon en moedigt ons aan om verder te kijken dan onszelf. Het herinnert ons eraan dat de kern van het christelijke leven ligt in het leren beminnen: God liefhebben, anderen liefhebben en onszelf laten beminnen door God en de mensen om ons heen.

Natuurlijk worden degenen die om begeleiding vragen gedreven

door“het verlangen om vooruit te gaan in de navolging van Christus”(…) Daarom nemen ze initiatief en handelen ze met verantwoordelijkheid.[5] De begeleider dicteert, oordeelt of beveelt niet. Zijn of haar rol is veeleer om te adviseren, perspectieven te verbreden en mensen te helpen nieuwe inzichten te ontdekken. Daarnaast deelt de begeleider de ervaring van een diep en intiem leven met God, afgestemd op ieders capaciteiten en behoeften op dat moment. Hij of zij moedigt aan om steeds meer in innerlijke samenhang en eenheid te leven—een eenheid die voortkomt uit het leren kijken met Gods ogen—en om met een groter verlangen helemaal voor God te leven. Daarbij hoort ook het vrijmoedig inzetten van talenten, met bovennatuurlijke ambitie en een gezonde geest van avontuur.

Degene die begeleiding ontvangt, overweegt in gebed de gegeven adviezen en zoekt naar de beste manier om ze in praktijk te brengen: « De Heer stort zijn genade overvloedig uit over degenen die nederig en met bovennatuurlijke visie de raadgevingen van de geestelijke leiding ontvangen en in deze hulp de stem van de Heilige Geest onderscheiden.»[6]

De begeleider respecteert altijd het mysterie van iemands innerlijk leven, dat onlosmakelijk verbonden is met het mysterie van God, die in elke ziel aan het werk is. Zijn taak is niet om te dicteren, maar om het initiatief te stimuleren van degenen die zijn raad vragen, en hen te begeleiden zodat zij zélf het licht zoeken en ontdekken dat God hun schenkt, evenals de plannen die Hij met hen wil delen. Zoals de heilige Jozefmaria zei, gaat het erom“de ziel te helpen om te willen”: om God te

willen zoeken, zijn wil te willen ontdekken en zijn vrijheid ten volle te benutten om de ingevingen, neigingen en suggesties van de Heilige Geest te volgen.

Daarvoor is het ook essentieel dat degene die begeleiding ontvangt, leert luisteren naar Gods stem, die spreekt door de woorden van zijn of haar geestelijk begeleider. “De begeleider (...) vervangt de Heer niet, neemt geen beslissingen in de plaats van de ander, maar loopt naast hem of haar, helpt om te begrijpen wat er in het hart gebeurt en moedigt aan (...).”[7]

Geestelijke begeleiding is uiteindelijk altijd een samenspel: het werk van de begeleider en de beslissingen van de begeleide persoon zijn beiden gericht op God, de ware hoofdrolspeler.

---

[1] Paus Franciscus, Audiëntie: 4 januari 2024

[2] Heilige Jozefmaria, Vrienden van God, nr 15.

[3] Paus Franciscus, Audiëntie: 4 januari 2024

[4] Heilige Jozefmaria, Brief 6 V 1945, nr 35.

[5] J. Echevarria, Pastorale brief over de nieuwe evangelisatie, 2 oktober 2011, nr 17.

[6] Ibid.

[7] Paus Franciscus, Audiëntie: 4 januari 2024

.....