

Strijd, nabijheid, missie (15): "Het is de Heer": Geestelijke beleiding (I)

We hebben allemaal mensen nodig die ons met hun hartelijke gesprekken en aanmoedigingen helpen om door het leven te gaan, in dienst van 'de altijd weer nieuwe werking van de Heilige Geest' in onze ziel. 15de artikel in de serie 'Strijd, nabijheid en missie'.

22-2-2026

“Toen het reeds morgen begon te worden, stond Jezus aan het strand, maar de leerlingen wisten niet dat het Jezus was.” (Joh. 21,4). In de vroege ochtend, aan het meer van Galilea, verschijnt de Verrezen Heer op mysterieuze wijze aan zijn leerlingen. Misschien is Hij half verborgen in de nevel die opstijgt uit het water. Zijn stem, zacht maar tegelijk doordringend, klinkt: “Vrienden, hebben jullie soms wat vis?” Zij antwoordden ontkennend. Nog herkenden zij Hem niet, maar er was iets in die stem dat hen aandachtig deed luisteren, dat hen bewoog zijn woord ter harte te nemen: “Werpt het net uit rechts van de boot, daar zult ge iets vangen.” Gehoorzaam wierpen ze de netten uit. En onmiddellijk, na een nacht van vergeefse inspanning, vingen zij een overvloed aan vis. Terwijl de anderen nog verbaasd staren naar de zwaarbeladen netten, hief Johannes zijn blik op. Hij zag méér dan vissen;

hij herkende de stem, de aanwezigheid van Hem die tot hen sprak. En hij zei tot Petrus: “Het is de Heer!” (vgl. Joh. 21,4-8).

Waarom juist Johannes? Waarom is hij in staat de aanwezigheid van Jezus te onderscheiden, na die nacht van vermoeiend werk? Zijn reactie voert ons terug naar het begin van zijn evangelie, naar zijn eerste ontmoeting met Jezus. “Zie, het Lam Gods,” had Johannes de Doper toen gezegd, toen Jezus langs Johannes en Andreas liep (Joh. 1,36). Voor de anderen was hij gewoon een pelgrim, maar de Voorloper – dat wil zeggen, “degene die voorop loopt”, degene die de dingen ziet aankomen en ze aankondigt – herkende in Jezus de Messias.

Johannes de Doper had Johannes en Andreas geestelijk gevormd: hij had hen de waarde van het vasten en de noodzaak van bekering bijgebracht;

hij had hen leren bidden (vgl. Mt. 9,14; Lc. 3,1-17; 11,1). Maar het belangrijkste dat hij hen leerde, was Jezus aan te wijzen en hen uitnodigen tot een persoonlijke ontmoeting met Hem (vgl. Joh. 1,35-39). Daarmee bereikte de Doper het hoogtepunt van zijn zending: zijn leerlingen naar Jezus leiden. Vanaf dat moment trad hij nederig terug. Nu was het aan Jezus om het middelpunt van het leven van zijn leerlingen te worden (vgl. Joh. 3,27-30). Door de eeuwen heen is dit voorbeeld van Johannes de Doper een model geweest voor allen die anderen helpen Christus te ontdekken en Zijn aanwezigheid in hun leven te onderscheiden, in het besef dat zij geen “eigenaars, maar beheerders” zijn.^[1] Want “de zending behoort Jezus toe. Hij is verrezen, Hij leeft en gaat ons voor. Niemand van ons is geroepen Hem te vervangen.”^[2] Wij zijn daarentegen geroepen om de ontmoeting van

ieder met Hem te vergemakkelijken en vanuit de nabijheid die vertrouwen en genegenheid schenkt, te getuigen: “Het is de Heer!”.

Geestelijke begeleiding

“Tijdens onze levensreis zijn er periodes van voorspoed – innerlijk of uiterlijk – die zelfs lang kunnen duren, maar alleen in de hemel is de vrede definitief, de sereniteit volledig”.^[3] Ons rusteloze hart heeft iemand nodig die het leidt, zowel door kalme wateren als door stormen, totdat het kan rusten in God.^[4] We hebben metgezellen nodig die ons met hun vertrouwelijke gesprekken, hun troost en hun aanmoedigingen helpen vastberadener te varen en ons verlichten wanneer we door duisternis omgeven worden of we de weg kwijt zijn. Deze mensen worden traditioneel ‘geestelijke begeleiders’ genoemd: mensen die ons helpen vol

te houden op de weg die we hebben gekozen door Christus te volgen.

Een geestelijk begeleider loopt met mensen mee: hij neemt niet de plaats in van Gods handelen in hun ziel, laat staan dat hij hun geweten vervangt, maar hij helpt hen onderscheid te maken tussen de ingevingen van de Heilige Geest en de suggesties van de duivel of van hun eigen broze menselijkheid. Om die reden is het in de laatste decennia in de Kerk gebruikelijk geworden de term ‘geestelijk begeleider’ te gebruiken. In dit verband zei paus Franciscus: “Hij of zij die begeleidt, treedt niet in de plaats van de Heer, verricht niet het werk in plaats van de begeleide persoon, maar loopt naast hem of haar, en moedigt hen aan te duiden wat er leeft in hun hart — de plaats bij uitstek waar de Heer spreekt. De geestelijk begeleider (...) is degene die tegen je zegt: ‘Goed, maar kijk

hier eens, kijk hier eens' – zij vestigen je aandacht op zaken die je misschien ontgaan; zij helpen je de tekenen van de tijd beter te verstaan, de stem van de Heer, de stem van de verleider, de stem van de moeilijkheden die je niet kunt overwinnen...”.[5]

De eerste mensen die met het Werk in contact kwamen, voelden zich geliefd en begeleid door de heilige Jozefmaria. Ze zagen in hem geen soort spirituele goeroe die voor elke situatie een advies had, maar een vriend of vader die luisterde, zich om hun zaken bekommerde en het bloed van Christus in hen zag stromen.[6] Wanneer mensen op deze manier begeleid worden, waarderen ze niet alleen de hulp die ze ontvangen, maar genieten ze zelfs van de gesprekken van geestelijke begeleiding. Ze groeien in volwassenheid en apostolisch enthousiasme, voelen zich gesterkt in

hun relatie met God; en als ze een bepaalde roeping zijn begonnen, vermijden ze een verkeerd gevoel van onafhankelijkheid dat hen zou isoleren van degenen die hun weg en hun missie delen.

In het recente leven van de Kerk is het besef gegroeid dat niet alleen priesters, maar ook leken de taak van geestelijke begeleiding kunnen vervullen. Zo is het vanaf het begin in het Werk ook geweest. In dit artikel zullen we enkele aspecten van deze taak behandelen, waarbij we altijd in gedachten houden dat wij allen geroepen zijn anderen te leiden naar “het licht en de warmte van Christus”,^[7] ook wanneer we niet formeel optreden als begeleiders of geestelijk leiders. In een tweede artikel zullen we laten zien hoe vriendschap “op natuurlijke wijze leidt tot persoonlijk vertrouwen, vol tact en respect voor de vrijheid”;^[8] en hoe veel van wat hier beschreven

wordt, eveneens geldt voor die meer informele maar niet minder noodzakelijke begeleiding.

Het werk van de Heilige Geest ondersteunen

Het belangrijkste doel van begeleiding of geestelijke begeleiding is mensen te helpen Christus te vinden en te herkennen wat van Hem komt, zodat Gods liefde in hun leven en om hen heen tot bloei kan komen. Dit vraagt om een sfeer waarin iemand een persoonlijke relatie met God kan ontwikkelen, leert luisteren in het gebed en leert onderscheiden wat Gods wil is in elk moment van zijn leven. De geestelijk begeleider kan een beslissende rol spelen bij het scheppen van zo'n klimaat. Dat vereist echter dat men de uniekheid van elke persoon erkent en openstaat voor de mysterieuze wegen van Gods handelen in de ziel. "Er kunnen geen kant-en-klare formules, methoden of

strengere regels worden aangeboden om zielen dichter bij Christus te brengen. De ontmoeting van God met elke mens is onuitsprekelijk en onherhaalbaar, en wij moeten met de Heer samenwerken om – in elk afzonderlijk geval – het juiste woord en de juiste manier te vinden, door volgzzaam te zijn en niet te proberen het altijd originele handelen van de Heilige Geest te belemmeren”.[9]

De begeleide persoon moet op zijn beurt zorgvuldig nadenken over de suggesties die hij ontvangt en er in het gebed, vanuit het geloof, over mediteren. Zoals de Vader uitlegt: “Het besef dat God door andere mensen of door min of meer gewone gebeurtenissen tot ons kan spreken, de overtuiging dat we Hem daar kunnen horen, wekt in ons een volgzame houding op ten opzichte van zijn plannen, die ook verborgen

liggen in de woorden van degenen die ons op onze tocht door het leven vergezellen.”[10] Deze houding kan rijke vruchten dragen in ons leven, mits we beseffen dat God bijna nooit letterlijk spreekt door de woorden van de geestelijk begeleider. Die woorden zijn veeleer een uitnodiging om ons luisteren in een bepaalde richting te richten, om te ontdekken of we daar de inspiraties van de Heilige Geest vernemen – iets wat alleen wijzelf kunnen doen. Het zijn woorden die ons willen helpen het Woord te vinden.

Echte geestelijke begeleiding berust op een diep respect voor het werk van de Heilige Geest in elke ziel. De geestelijk begeleider is geen leider, maar een dienaar die de Heilige Geest helpt de begeleide persoon te leiden en te verlichten. Zoals de heilige Jozefmaria zei: “Het begeleiden van zielen is een kunst waarin Jezus Christus het voorbeeld

is en de Heilige Geest, door middel van de genade, de vormgever”.[11] Daarom is de geestelijk begeleider meer tuinman dan architect: hij legt geen vormen op, drukt zijn ideeën niet op aan mensen, maar helpt de bodem van de ziel te bewerken, zodat het leven van God daarin kan ontkiemen en tot bloei komen.

Echt luisteren

We hebben het allemaal wel eens ervaren: wanneer iemand met aandacht en welwillendheid naar ons luistert, ontstaat er een ruimte waarin we ons vrij voelen om gedachten en emoties te delen, zonder angst voor afwijzing of veroordeling. Wie zich werkelijk gehoord weet, wordt zich bewuster van zichzelf en leert ook gemakkelijker naar God te luisteren, zodat hij Zijn stem beter kan onderscheiden. Daarom luisterde de heilige Jozefmaria met geduld naar

de jongeren die hem opzochten: hij moedigde hen aan hun hart vrijuit te openen en gaf pas daarna zijn raad, waarbij hij hun leven vanuit een ruimer perspectief hielp zien.

Luisteren gaat veel verder dan alleen maar aandachtig horen; het vraagt aandacht voor de achterliggende gevoelens, ideeën en ervaringen die iemand uitdrukt, en om hem of haar te helpen juist die diepere lagen zelf te verkennen. Daarvoor is een houding van oprechte belangstelling voor de ander nodig. We luisteren niet naar anderen om onze eigen agenda op te leggen of om iemand in bepaalde apostolische projecten te betrekken; we luisteren om te helpen ontdekken wat de Heilige Geest, in zijn oneindige liefde voor iedere ziel, wil doen om hun vreugde compleet te maken (vgl. Joh. 16,24). Zo zijn wij, zoals Benedictus XVI graag herhaalde, dienaren van hun vreugde (vgl. 2 Kor. 1,24).

Om echt te luisteren en mensen het gevoel te geven dat ze gehoord worden, kan het nuttig zijn kort in eigen woorden te herhalen wat zij zeggen. Zo stel je je open voor de innerlijke wereld die de ander onthult, zonder je eigen standpunten op hem of haar te projecteren. Naast het stimuleren en bevestigen van die openheid, helpt dit ook om zeker te zijn dat we goed hebben begrepen wat er wordt gezegd en vergemakkelijkt het voor de ander om verder te gaan met wat hij of zij wil delen. Dit schept rust en moedigt mensen aan verantwoordelijkheid te nemen voor hun leven, zelf oplossingen te vinden, hun eigen weg te volgen en nieuwe projecten te ontdekken. Onderbreken of iemand voor zijn in zijn woorden daarentegen kan ontmoedigend werken en belemmert juist dat hij of zij de vleugels uitslaat.

Geduldig luisteren is een daad van liefde die getuigt van oprechte belangstelling voor de ander.

Daarom mag een geestelijk begeleider nooit verveling of haast laten blijken. In de praktijk wordt vaak aangeraden gesprekken van geestelijke begeleiding kort te houden. Toch is het noodzakelijk rekening te houden met de concrete omstandigheden, want luisteren vraagt tijd: respecteer het tempo van de ander, ook zijn of haar stiltes. Soms, of gedurende bepaalde periodes, kan iemand zelfs behoefte hebben aan lange gesprekken. Open vragen kunnen daarbij helpen, maar mogen de natuurlijke stroom van het gesprek niet onderbreken en niet louter dienen om ongemakkelijke stiltes op te vullen. Stiltes kunnen juist de ruimte bieden om dieper na te denken en de juiste woorden te vinden. Want in de stilte “spreken vreugde, zorgen en lijden, die juist

daarin een bijzonder intense uitingsvorm vinden”.[12]

Een houding van oprecht luisteren bouwt, meer dan wat ook, bruggen van vertrouwen. Dit vertrouwen is een fundamentele voorwaarde in elke geestelijke begeleiding, al kan het nooit worden afgedwongen. Vertrouwen wordt vanaf het begin op de proef gesteld en groeit bij elke ontmoeting. Om werkelijk te kunnen bloeien, moet de ander zich gerespecteerd en gewaardeerd weten, en de zekerheid hebben dat hij zijn diepste spirituele ervaringen kan delen. Dat gebeurt wanneer hij in de begeleider een toevlucht vindt, een steun om de stem van God te onderscheiden.

Zo'n toevlucht vonden de apostelen bij Maria, vooral na de Hemelvaart van de Heer. Zij is “een lerares in onderscheidingsvermogen: ze spreekt weinig, luistert veel en

bewaart alles in haar hart (vgl. Lc. 2,19). De drie houdingen van de Maagd: weinig spreken, veel luisteren en alles in het hart bewaren. En de enkele keren dat ze spreekt, laat dat een diepe indruk achter”.[13]

[1] Paus Leo XIV, *Homilie*, 31-05-2025

[2] *Ibid.*

[3] Heilige Jozefmaria, *Brief 2*, nr. 9.

[4] Vgl. Heilige Augustinus, *Belijdenissen*, I, 1.1.

[5] Paus Franciscus, *Audiëntie*, 4-1-2023.

[6] "Mijn kinderen, weten jullie waarom ik zoveel van jullie hou?" Er viel een stilte en de Vader voegde eraan toe: "omdat ik het Bloed van

Christus in jullie zie stromen". (A. Vázquez de Prada, *El Fundador del Opus Dei*, vol. III, Rialp, Madrid 2003, p. 405).

[7] Heilige Jozefmaria, *Brief 1*, nr. 22.

[8] F. Ocáriz, *Pastorale Brief*, 1-09-2019.

[9] Heilige Jozefmaria, *Brief 11*, nr. 42.

[10] F. Ocáriz, *Pastorale Brief*, 10-02-2024, nr. 6.

[11] Heilige Jozefmaria, *Brief 26*, nr. 37.

[12] Paus Benedictus XVI, *Boodschap voor de 46e Wereldcommunicatiedag*, 20-05-2012.

[13] Paus Franciscus, *Audiëntie*, 4-01-2023.

Dancho Azagra

pdf | Document automatisch
aangemaakt door [https://opusdei.org/nl/
article/strijd-nabijheid-missie-15-het-is-
de-heer-geestelijke-beleiding-i/](https://opusdei.org/nl/article/strijd-nabijheid-missie-15-het-is-de-heer-geestelijke-beleiding-i/)
(20-3-2026)