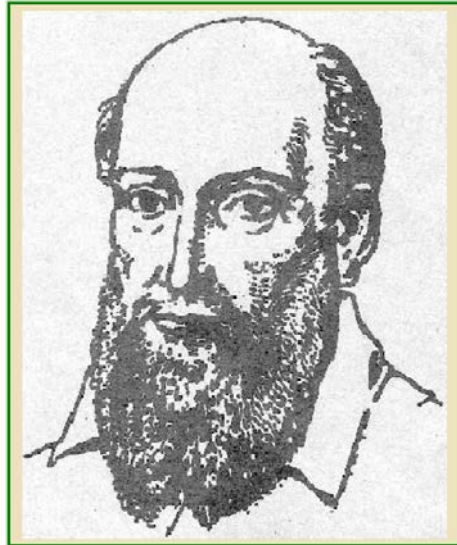


# NOG EEN ANDERE HELPER

Geestelijke begeleiding zoeken. Waarom en hoe ?



In zijn afscheidsrede beloofde Jezus een andere Helper, de Heilige Geest. Deze brochure, geschreven door Kees Slijkerman, gaat over *nog* een andere helper: de geestelijk begeleider, een man of vrouw die persoonlijke begeleiding geeft bij het geestelijk leven.

In deze brochure word je uitgedaagd te onderzoeken of de Heer je niet beter kan leiden en helpen met behulp van een geestelijk begeleider.

## **Uitgave**

In 1984 uitgegeven door de Stichting Klein Sion, in 2009 uitgegeven door de Stichting Katholieke Charismatische Vernieuwing. Op beide uitgaven prijkte bovenstaande afbeelding van de heilige Franciscus van Sales.

“Het is beslist belangrijk dat de figuur van de geestelijke leidsman (c.q. vrouw) weer gaat functioneren in de kerk.”  
*pater Auspicius van Corstanje o.f.m.*

Dit is document 0433 op [www.stucom.nl](http://www.stucom.nl)

# Inhoud

## Hoofdstuk 1 : Wat geestelijke begeleiding is

blz.

Voorwoord .....	3
Inleiding .....	4
Af en toe een gesprek .....	4
Wat is een geestelijk begeleider .....	5
Wat bespreek je zoal met je geestelijk begeleider? .....	5
Twaalf redenen om een geestelijk begeleider op te zoeken .....	7
Geestelijke groei .....	10

## Hoofdstuk 2 : Het zoeken van een geestelijk begeleider

Wie is een geschikte geestelijk begeleider? .....	11
Wie moet je wel en niet kiezen? .....	12
Zo leidsman zo geleide .....	13
Dichtbij of op afstand .....	14
Als echtpaar kiezen .....	14
Beperktheid van een geestelijk begeleider .....	15
Pastorale zorg is meer .....	15
Tijdelijk .....	15
Tijd durven vragen .....	16
Hoe deze brochure ontstond .....	16

## Bijlage

Kwaliteiten van een goede geestelijk begeleider .....	17
Opmerkingen .....	17

### *Meditatie*

Het verdient aanbeveling de aangehaalde en genoemde Bijbelteksten ook biddend te overwegen.

## Voorwoord

In de vernieuwingsbeweging die de Heilige Geest na Vaticanum II bij miljoenen in de Katholieke Kerk heeft losgeslagen zijn er velen die de zorg voor het geestelijk heil van hun broeder of zuster ter harte gaat. Dat is nu wat bedoeld werd met de spiritualiteit van de leek in de Kerk. Geen mensenhand had het los kunnen krijgen.

Onder die velen zijn er sommigen bij wie zich een echt charisma ontwikkelt van pastorale zorg voor anderen. Ze worden meer en meer gevraagd. Vandaar is het echter nog een stap verder naar de gave van geestelijke begeleiding.

Vanuit het vormingswerk Sions Poorten hebben we getracht te voorzien in de behoefte aan enige vorming tot geestelijke begeleiding, met name door ook niet-priesters eens bijeen te brengen en wat richting te geven vanuit de katholieke traditie. Toen deden we de ontdekking dat velen die door de Heilige Geest vernieuwd waren nog nooit kennis gemaakt hadden met het volgen van geestelijke begeleiding. Ze zouden niet eens weten waarom, of hoe daaraan te beginnen.

Vandaar dat Kees Slijkerman vanuit ons samen bezig zijn voor die mensen een brochuurtje heeft samengesteld.

"Een andere helper": dat is de naam die Jezus gaf aan de Heilige Geest.

"Nog een andere helper" duidt aan dat die H. Geest zijn leiding graag laat bevestigen, aanvullen enz. door een van ons, een geestelijke leidsman of leidsvrouw.

Neem er eens kennis van en zie waar Hij u toe beweegt. Volg dat zonder terughoudendheid.

Jozef Horsthuis

# Hoofdstuk 1: Wat geestelijke begeleiding is

## Inleiding

In zijn afscheidsrede beloofde Jezus een andere Helper, de Heilige Geest. (*Johannes 14,25; Johannes 16,13*) Deze brochure gaat over nog een andere helper: de geestelijk begeleider, een man of een vrouw. Kan dé Helper het dan niet alleen af? Natuurlijk kan God het zelf wel af en ook de H. Geest wel. Maar de gewone weg is dat Hij mensen inschakelt. Een van die mensen, waaraan velen steun hebben ervaren bij de groei van hun geestelijk leven, is een geestelijk begeleider<sup>1</sup>.

In deze brochure word je uitgedaagd te onderzoeken of de Heer je niet beter kan leiden met behulp van een geestelijk begeleider.

Als je - Jezus wilt volgen,

- Zijn weg voor je wilt zoeken en
- wilt veranderen naar Zijn beeld,

dan kan een geestelijk begeleider je daarbij tot een geweldige hulp zijn. Geestelijke begeleiding is niet alleenzaligmakend maar het voegt wel iets toe wat je anders zou missen. Het is een herderlijke gave die God ons geeft om toegerust te worden tot dienstbetoon en om te groeien naar geestelijke volwassenheid.

Efesiërs 4:11. "Hij heeft ook gaven gegeven: sommigen maakte Hij apostelen, anderen profeten, anderen evangelisten, weer anderen herders en leraars, om de heiligen toe te rusten voor het werk der bediening, totdat wij allen tezamen komen tot de eenheid in het geloof en de kennis van Gods Zoon, tot de volmaakte Man, tot de gehele omvang van de volheid van de Christus."

## Af en toe een gesprek

Geestelijke begeleiding ontstaat doorgaans als volgt: iemand heeft in een retraite, een vormingscursus, een gebedsgroep, een persoonlijk gesprek of b.v. door deze brochure gehoord over de mogelijkheden en voordelen van een geestelijk begeleider. Hij laat dat eens vallen in een gesprek met een vertrouwenspersoon (b.v. een biechtgesprek): "Ik zoek iemand die mij kan helpen om beter te leren bidden, te onderscheiden wat Jezus van mij wil ... de relatie met de Heer beter te beleven. Toen dacht ik aan u: misschien mag ik eens komen praten."

---

<sup>1</sup> Met de term 'geestelijk begeleider' wordt in deze brochure steeds bedoeld: een man of vrouw die persoonlijke begeleiding geeft bij het geestelijk leven. Men noemt ze ook wel geestelijk leidsman of leidsvrouw.

Zo'n eerste gesprek zal niet te formeel zijn. Het wordt een nadere kennis-making waarbij verlangens en verwachtingen worden genoemd. De begeleider helpt daarbij door wat gerichte vragen te stellen, maar allereerst door deze mens op zijn gemak te stellen. Zo ontstaat er een gesprek. Na dit gesprek kan met wederzijdse instemming besloten worden om regelmatig voor geestelijke begeleiding samen te komen.

Ze maken dan een afspraak en gaan er op een bepaald moment onder vier ogen voor zitten in aanwezigheid van de Heer. De gelovige vertelt dan over zijn geestelijk leven. De geestelijk begeleider helpt daarbij door vragen te stellen. In zo'n gesprek van 1 à 2 uur doet de gelovige zijn voordeel met de wijsheid, ervaringen en opmerkingen van de geestelijk begeleider. Vaak maakt men meteen weer een afspraak voor een volgend gesprek. In de beginfase is het wenselijk dat er niet veel meer dan 5 à 6 weken tussen liggen. Later kan dat uitlopen tot een paar maanden.

De Heer krijgt zo een gelegenheid extra om je te bemoedigen en te leiden.



### **Wat is een geestelijk begeleider ?**

Een geestelijk begeleider is iemand die ervaring heeft in het geestelijk leven en die een persoon met minder ervaring kan helpen in diens geestelijk leven. Er zit iets van een leraar-leerling verhouding in zoals tussen Elia en Elisa en tussen Jezus en de Twaalf. Een verder antwoord op deze vraag vind je door dit hele boekje heen.

### **Wat bespreek je zoal met je geestelijk begeleider ?**

Een gesprek met je geestelijk begeleider is een kleine halteplaats op de geestelijke weg. Meestal zijn er bepaalde gebeurtenissen te vertellen of sta je voor belangrijke beslissingen. Vaak zul je bepaalde vragen hebben: Deed ik het zo goed ? Hoe moet ik dat gaan doen ? Je kunt ook verlangens of onvrede hebben. Soms zijn er verwachtingen waarvan je wel eens wilt weten hoe reëel ze zijn.

Het is aan te raden om wat dingen op papier te zetten: vragen, ideeën, dingen waar men een advies of oordeel over wil horen of die men wil delen.

Anders komt het gemakkelijk voor dat iemand uit 'zenuwachtigheid' of gejaagdheid iets vergeet, dat men nu net belangrijk vond.

Als je je voorbereidt op een komend gesprek van geestelijke begeleiding dan zet je vanzelf de zaken in je leven op een rijtje. Daardoor krijg je al meer inzicht in je eigen situatie.

Als je dan ook jezelf afvraagt wat je met de conclusies en voornemens uit het vorige gesprek gedaan hebt, dan leer je jezelf nog beter kennen.

Door het gesprek heen zoek je samen naar de concrete wil van God.

Wie wil God voor mij zijn ?

Hoe wil God dat ik ben ?

Waar wil Hij naar toe met me ?

Het is natuurlijk helemaal aan jou en je geestelijk begeleider wat er ter sprake komt en hoeveel tijd jullie er voor nemen. Maar om je een indruk te geven waar het over kan gaan volgt hier een lijst met onderwerpen.

Je omgang met de Heer.

Je stille tijd.

Je gebedsleven.

Je omgang met Gods Woord.

Het lezen van geestelijke lectuur.

Het beleven van de sacramenten.

Je deelname aan de erediensten.

Je deelname aan een gebedsgroep, bijbelgroep of andere kleine christengemeenschap.

Het beeld dat je hebt van God en Zijn handelen.

Onthechting.

Vasten.

Boete.

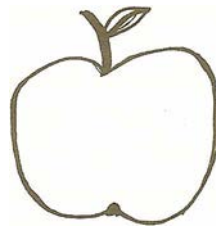
Gaven van de Geest.

Mystieke ervaringen.

Het proces van verandering naar Zijn beeld.

Je groei in - liefde

- blijdschap
- vrede
- geduld
- vriendelijkheid
- goedheid
- trouw
- zachtheid
- zelfbeheersing<sup>2</sup>



---

<sup>2</sup> Galaten 5,22

Je omgang met gevoelens.  
Je zelfaanvaarding.  
Je omgang met mensen.  
Het aangaan en onderhouden van relaties.  
Veranderingen in je leefpatroon, je omgeving.  
Dingen waarmee je het moeilijk hebt.  
Je roeping en taken.  
Beslissingen.

Schrijf eens op een papiertje waar je zelf over zou willen praten met een geestelijk begeleider

## 12 redenen om een geestelijk begeleider op te zoeken

### 1. Om God niet uit het oog te verliezen

We kunnen door omstandigheden Gods liefde, barmhartigheid, genade, goedheid en wil uit het oog verliezen. Je geestelijk begeleider zal dat merken en Hem weer voor ogen stellen.

### 2. Om jezelf goed te zien

Een mens begrijpt zichzelf pas goed als hij zich uitspreekt tegen een ander. Dat alleen al kan voldoende reden zijn voor een gesprek van geestelijke begeleiding. Bovendien kan je geestelijk begeleider bij jou dingen zien, die je zelf niet ziet, b.v. een minderwaardigheidscomplex of een neiging tot hoogmoed of dat je jezelf niet aanvaard hebt zoals je bent, terwijl je toch een schepping van God bent.

### 3. Om overeenkomstig je geweten te leven en om je geweten af te stemmen op Jezus

"De leek, die tegelijk gelovige is en lid van de maatschappij, moet zich in beide orden voortdurend door het ene christelijke geweten te laten leiden"<sup>3</sup> - aldus het 2e Vaticaans Concilie, dat ook zegt: "De mens heeft de door God geschreven wet in zijn hart; daaraan te gehoorzamen, is zijn waardigheid, en volgens deze zal hij zelf worden geoordeeld. Het geweten is de meest verborgen kern en het heiligdom van de mens, waarin hij alleen is met God, wiens stem binnen in hem weerklinkt."<sup>4</sup> en "het gebeurt niet zelden dat het geweten dwaalt vanwege een onoverkomelijke onwetendheid".<sup>5</sup> Een goede geestelijk begeleider kan je hierin helpen.

<sup>3</sup> Decreet over het lekenapostolaat nr. 5.

<sup>4</sup> Pastorale constitutie over de Kerk in de wereld van deze tijd, nr. 16.

<sup>5</sup> Idem

#### **4. Om Gods weg voor jou te zien**

Je hebt besloten Hem te volgen maar niet altijd is duidelijk hoe dat concreet moet. In een gesprek met je geestelijk begeleider geeft God vaak licht over de weg die Hij je wijst.

#### **5. Om de aansprongen van de H. Geest te onderkennen**

Je schrijft soms dingen aan de Heilige Geest toe die niet van Hem komen. Soms dringt de Heilige Geest ergens op aan zonder dat je er gehoor aan geeft.<sup>6</sup> Een geestelijk begeleider die daar ervaring mee heeft kan je helpen bij het toetsen en gehoor geven, zoals Eli bij Samuël in 1 Samuël 3.

#### **6. Om bemoediging te krijgen**

Je kunt jezelf wel moed inspreken door te zeggen: Dat deed ik wel aardig goed. Een veel krachtiger bemoediging kan iemand geven waarvan je weet dat die een goed en evenwichtig oordeel-vermogen heeft. Hij kan je ook met recht bemoedigen door te laten zien wie God voor ons wil zijn ondanks onze fouten.

#### **7. Om zekerheid te krijgen**

Op het getuigenis van twee of drie staat een zaak vast.<sup>7</sup> Je kunt wel zelf het idee hebben dat God dit of dat van je wil. Als je er over spreekt met een bekwaam geestelijk begeleider word je veel zekerder.

#### **8. Om advies te kunnen krijgen**

Soms moet je op korte termijn een moeilijke beslissing nemen. Je wordt b.v. ergens voor gevraagd en je weet niet of je ja of nee moet zeggen. Je weet niet of het past in Gods plan met jou. Moet je het erbij doen of moet je er iets anders voor laten schieten? In zo'n situatie is het goed en weldadig om het aan je geestelijk begeleider voor te leggen en diens advies te horen, voordat je een definitief besluit neemt.

#### **9. Om overzicht te krijgen**

Als je door allerlei werk, relaties, activiteiten en gebeurtenissen in beslag wordt genomen, dan is het moeilijk om het geheel nog te overzien en de hoofdzaken van de bijzaken te onderscheiden. Als je met jezelf in de knoop zit, dan is het moeilijk om je problemen op ware grootte te schatten. Je geestelijk begeleider kan je in die situaties goed helpen omdat die er als buitenstaander fris tegenover staat.

---

<sup>6</sup> Vgl. Handelingen 10,13-20

<sup>7</sup> Vgl. Matteüs 18,16; Deuteronomium 19,15



## 10. Om correctie te krijgen

"Al iemands wegen zijn rein in zijn ogen", staat in Spreuken 16,2. Als dat waar is dan kom je alleen ook nooit van een dwaalweg af. "Ziet gij een man die wijs is in zijn eigen ogen dan is er meer hoop voor een dwaas dan voor hem." Spreuken 26,12. Het is onmogelijk om heel je eigen denken en handelen objectief te beoordelen en te corrigeren. Spreuken 14,12 zegt het zo: "Soms denkt een mens, dat zijn weg recht is, maar tenslotte leidt die toch naar de dood." Daarom: "Een gouden ring en een kostbaar sieraad: dat is een wijze vermaner en een oor dat luistert." Spreuken 25,12.

## 11. Om je roeping wakker te houden

Ieder is wel eens geneigd te verslappen en de roeping tot heiligheid en volmaaktheid te vergeten. Je geestelijk begeleider kan het je weer te binnen brengen.

Vaticanium II zegt: "Alle christenen zijn door de Heer geroepen tot de volmaakte heiligheid, die niets anders is dan de volmaaktheid van de Vader zelf." <sup>8</sup>

Vgl. Leviticus 19,2; Matteüs 5,48. Vaticanium II wijst ook op het woord van de apostel: "God wil dat gij u heiligt." (1 Tessalonicenzen 4,3: Efesiërs 1,4) <sup>9</sup>



## 12. Gods Woord wijst erheen

Naast alle andere bijbelteksten in dit boekje ook hier nog een paar.

"De dwaas houdt zijn eigen weg voor recht, maar de wijze luistert naar raad." Spreuken 12,15.

"Luister naar raad en aanvaard terechtwijzing; dan zult gij tenslotte wijzer worden." Spreuken 19,20.

"Win de raad in van wijze mensen en sla hun goede raad niet in de wind." Tobit 4,18.

Voor al deze handreikingen zal wel eerst nodig zijn dat de geestelijk begeleider je goed heeft leren kennen. Natuurlijk mag ook hij rekenen op het licht van de Heilige Geest, maar we mogen niet alléén daarop rekenen, dat wordt een soort speculeren. Hij moet enige tijd hebben gehad om je te leren kennen. Je kunt b.v. niet bij een eerste gesprek een advies verwachten voor een belangrijke keuze. Daarom is het raadzaam geruime tijd dezelfde begeleider aan te houden, is het van belang voor hem te bidden (en je gesprek biddend voor te bereiden) en eerlijk te pogen hem zo goed mogelijk in te lichten. Sommigen hebben de neiging zichzelf te verontschuldigen

<sup>8</sup> Dogmatische Constitutie over de Kerk, nr. 11.

<sup>9</sup> Dogmatische Constitutie over de Kerk, nr. 39.

vóór zij zichzelf beschuldigen: dat is geen echte verootmoediging, en ootmoed is de basishouding voor iemand die geleid wil worden. Probeer nooit de dingen te kleuren naar je eigen inzicht: laat dat maar aan de ervaren begeleider over.

### **Geestelijke groei**

Bij alle voornoemde redenen en situaties kan een geestelijk begeleider je geestelijke groei bevorderen.

Je bent bewuster bezig en iemand besteedt speciaal aandacht aan jou.

Zoals Jezus geestelijke leiding gaf aan Zijn apostelen, zo kan Hij het ook jou geven door middel van een geestelijk begeleider  
Zonder trainer groeit een sportman niet tot een goede conditie en topprestaties.

Zonder snoeiende wijngaardenier draagt een wijnstok weinig vrucht.

Zonder Eli en Elia waren Samuël en Elisa niet gegroeid tot wie zij werden.

Zonder Jezus waren de apostelen niet geworden tot wie ze werden.

Zonder Paulus was Timoteüs niet geworden wie hij werd.

Zonder geestelijk begeleider kom jij waarschijnlijk niet tot die geestelijke groei en vruchtbaarheid die mogelijk is bij jou.



## Hoofdstuk 2 : Het zoeken van een geestelijk begeleider

### Wie is een geschikte geestelijk begeleider?

Je zult inmiddels begrepen hebben dat niet iedereen geschikt is om jou geestelijke begeleiding te geven.

Priesters worden geacht het wel te kunnen. Ze hebben een priesteropleiding gehad en hebben veel ervaring in zielzorg en geestelijk leven. Ze kennen Gods Woord en de leer van de Kerk. Ze steunen op de eeuwenlange ervaring die de Kerk heeft met geestelijke begeleiding. Ze staan onder een bisschop of overste en hebben zwijgplicht en biechtgeheim.

De ervaring leert ook dat het heel fijn is om een gesprek van geestelijke begeleiding af te sluiten met het sacrament van verzoening. Daarmee wordt het op een bijzondere manier een ontmoeting met Jezus.

Er zijn echter ook religieuzen en 'leken' die goed geestelijke begeleiding kunnen geven. Als je een van hen kiest kan je altijd nog voor bepaalde zaken naar een priester gaan b.v. voor ingrijpende gewetenszaken of het sacrament van verzoening. Op die manier ontlast je de weinige priesters die we hebben van werk dat ook door anderen gedaan kan worden.

Het 2<sup>e</sup> Vaticaans Concilie zegt: "Als opvoeders in het geloof is het de taak van de priesters er zelf of door anderen voor te zorgen, dat iedere gelovige in de Heilige Geest wordt gebracht tot ontplooiing van zijn eigen roeping, tot een oprechte en werkzame liefde en tot de vrijheid waartoe Christus ons heeft bevrijd."<sup>10</sup>

### Wie moet je wel en niet kiezen?

"Kijk uit, zo goed als gij kunt, met wie gij verkeert en ga te rade bij wijze mensen", zegt Jezus Sirach (Sirach 9:14).

En de Nieuwe Katechismus<sup>11</sup> zegt over biechtvaders: "Wij mogen wat onze biechtvaders betreft veeleisend zijn en zoeken tot wij de geschikte man voor ons gevonden hebben."

Hetzelfde geldt voor het zoeken van een geestelijk begeleider. Daarom, en om te voorkomen dat je tenslotte niemand heilig genoeg vindt, kun je de volgende richtlijnen gebruiken om er achter te komen wie speciaal voor jou een geschikte geestelijk begeleider is:

1. Kies iemand in wie je geestelijk vertrouwen hebt.
2. Kies iemand in wie je menselijk vertrouwen hebt.
3. Kies iemand voor wie je respect hebt om de wijze waarop die leeft met God.

---

<sup>10</sup> Decreet over het ambt en het leven van de priesters, nr. 6.

<sup>11</sup> Blz. 541 in "De Nieuwe Katechismus" uit 1966.

4. Schrijf alle mogelijke kandidaten op en streep daarna een voor een weg degenen waar je de meeste bezwaren tegen hebt. Vraag degene die overblijft, ook al is die niet volmaakt.

Een stukje bijbel dat te denken geeft:

"Iedere raadgever roemt zijn eigen raad, maar sommige raadgevers zijn uit op hun eigen belang. Wees op uw hoede voor iemand die raad geeft en ga eerst na waar zijn belang ligt, want hij kan wel eens op zijn eigen voordeel uit zijn. Waarom zou hij zichzelf benadelen?

Houd u steeds aan een vroom man, die één van hart met u is, en die, als gij struikelt, deernis met u heeft.

Geef ook acht op de raad van uw eigen hart, want geen mens verdient zozeer uw vertrouwen." Jezus Sirach 37,7-8+12-14.

Je geestelijk begeleider mag zelf geen belang hebben bij jouw beslissingen omdat hij/zij b.v. je huisbaas,

werkgever,  
schoonmoeder of  
overste is.

Een geestelijke-leiding-relatie mag ook niet vertroebeld worden doordat er andere dingen doorheen spelen zoals gevoelens van verliefdheid of iets van dien aard.

Daarom als regel: man bij man en  
vrouw bij vrouw.

Doorgaans zal het ook gunstig zijn om iemand te kiezen die ervaring heeft met de omstandigheden waarin je zelf zit of komt. Dat voordeel zit in de volgende combinaties:

ongetrouwd bij ongetrouwd  
novice bij religieus  
religieus bij religieus  
priesterstudent bij priester  
priester bij priester  
een jong iemand bij een ouder iemand  
verloofd bij getrouwd  
getrouwd bij getrouwd

Als je een getrouwde geestelijk begeleider kiest dan zal die er soms behoefte aan hebben om de inhoud van een gesprek met de eigen wederhelft te delen. Echtparen zullen nl. doorgaans zoveel mogelijk hun innerlijk met elkaar delen. Dit kan in conflict komen met de zwijgplicht van een geestelijk begeleider Hierover moet je in het eerste gesprek een afspraak maken.

Er zijn minstens drie mogelijkheden:

1. Dat de gehuwde geestelijk begeleider niets uit de begeleidingsgesprekken zal bespreken met zijn wederhelft tenzij de 'geleide' er om vraagt in bepaalde gevallen.
2. Dat de gehuwde geestelijk begeleider niets met zijn wederhelft zal bespreken tenzij in bepaalde gevallen als de 'geleide' er toestemming voor geeft.
3. Dat het echtpaar samen de zwijgplicht op zich neemt, terwijl ze er onderling wel over mogen spreken.

En dan nog een richtlijn:

katholiek bij katholiek  
reformatorisch bij reformatorisch.

Voor een katholiek staat het volgen van Jezus en het onderkennen van Gods wil niet los van het herderlijk gezag dat de Heer door bisschoppen en priesters uitoefent. Het staat niet los van het kerkelijk leergezag en de sacramenten. Daarom zal een katholieke geestelijk begeleider die dat zelf ook zo beleeft je doorgaans het beste in die beleving kunnen helpen.

### **Zo leidsman zo geleide**

Je zult van een geestelijk begeleider waar je veel vertrouwen in hebt (on)bewust dingen overnemen: denkwijze, leefwijze, voorkeuren, geestelijke kleur.

Eenzijds kan je dit gegeven als hulpmiddel gebruiken bij het komen tot een keuze. Je kiest dan iemand waar je je aan op kunt trekken en aan wie je in bepaalde opzichten een voorbeeld kunt nemen.

Anderzijds moet je hiervoor oppassen. Je mag niet een mens gaan volgen i.p.v. de Heer. En je moet b.v. ook niet als gehuwde de leefwijze van een celibatair overnemen. Je moet ook niet als katholiek de reformatorische denkwijze overnemen als je geestelijk begeleider reformatorisch is.

### **Dichtbij of op afstand**

Het kan heel gunstig zijn dat degene die je vraagt jou en je omstandigheden goed kent uit eigen ervaring, b.v. door deelname in dezelfde groep. Het heeft echter ook voordelen om iemand te vragen die helemaal buiten je directe leefwereld staat. Diegene kijkt er onbevooroordeeld en fris tegenaan.

Zo zijn er b.v. heel wat kloosters waar je je een paar dagen terug kunt trekken voor bezinning. In zo'n klooster zou je wellicht ook een geestelijk begeleider kunnen vinden.

## Als echtpaar kiezen

Voor echtelieden geldt: "van mijn geliefde ben ik en van mij is mijn geliefde" (Hooglied 6,3). Daar mag een geestelijk begeleider niet tussen komen. Als je gehuwd bent moet je samen met je wederhelft beslissen of je een geestelijk begeleider zoekt en wie. Jouw plannen in die richting kunnen namelijk best bedreigend overkomen op je wederhelft. Die gevoelens moet je samen doorspreken. Ook je wederhelft moet geestelijk en menselijk vertrouwen hebben in degene die je kiest. Een goede geestelijk begeleider zal er overigens op wijzen dat je als echtpaar de dingen samen moet doorpraten en zal van tijd tot tijd het echtpaar ook samen bezoeken of ontvangen. Soms komen er dan echt belangrijke onderwerpen aan de orde over hun relatie e.d. Soms is het alleen maar een vertrouwenwekkend bezoek. "Vriend en makker wijzen te zijner tijd de weg, maar nog beter is een verstandige vrouw," zegt Jezus Sirach (40,23). En de man moet voor de vrouw zijn zoals Christus is voor de Kerk. Efesiërs 5,21-33.



## Beperktheid van een geestelijk begeleider

Verwacht van je geestelijk begeleider niet té veel, het is de Heer zelf niet. Het is ook niet de vriend of buur die altijd tijd voor je heeft.

Het is niet de levenspartner die je eenzaamheid opvult.

Het vervangt niet je eigen wederhelft "met wie je niet over geestelijke dingen kunt praten."

Het neemt niet de plaats in van een psycholoog, maatschappelijk werker, psychiater, arts en ombudsman, ook al zijn er overlappingen.

Werk aan goeie vriendschappen. Als je gehuwd bent: werk dan aan een goed huwelijk.

Wees een hoeder voor je broeder. Leef in liefde met je broeders en zusters en laat je door hen bemoedigen en vermanen. Maar overweeg ook serieus wat een geestelijk begeleider je nog zou kunnen bieden, iets wat in al die andere relaties niet gebeurt.

## Pastorale zorg is meer

Probleemgerichte pastorale zorg beslaat een groter terrein dan geestelijke begeleiding: iemand heeft dan een praatpaal nodig voor moeilijkheden, iemand zoekt geestelijke of lichamelijke genezing, etc. Er is verschil tussen hetgeen de barmhartige Samaritaan deed en hetgeen iemand als geestelijk begeleider doet, ook al kan het soms door een en dezelfde persoon gedaan worden.

## **Tijdelijk**

Hecht je niet te zeer aan de persoon die jou geestelijke begeleiding geeft. Je mag er niet afhankelijk van worden, integendeel, een geestelijk begeleider moet je naar meer zelfstandigheid brengen. Blijf het zien als een tijdelijk instrument van de Heer die in alles je eigenlijke Leidsman blijft. Hij wil wellicht na een aantal jaren een ander instrument voor jou gebruiken. Je geestelijk begeleider is er geheel belangeloos voor jou. Je bent dan ook volkomen vrij om er ieder moment mee te stoppen.

## **Tijd durven vragen**

Je moet enige moed opbrengen om iemand als geestelijk begeleider te vragen, zeker als je denkt dat het een druk bezet persoon is. Vraag het dan toch zodat diegene de kans krijgt om zelf te beoordelen of er tijd voor is. Jezus Sirach 6,36 zegt zelfs dat je er de deur plat moet lopen: "Als gij een verstandig mens vindt, ga hem dan al vroeg in de morgen bezoeken en laat uw voet de drempels van zijn deuren uitslijten."

## Hoe deze brochure ontstond

Vanaf oktober 1981 tot heden zijn er in het kader van het Sions Poorten vormingswerk bijeenkomsten geweest waarin door priesters, religieuzen en leken gesproken werd over geestelijke begeleiding. Dat heeft ook de gestalte gekregen van een korte vormingscursus voor mensen die wel eens gevraagd worden als geestelijk begeleider. Een vrucht van dit alles is deze brochure.

Zeist, maart 1984  
Kees Slijkerman

'Laat velen met u in vrede leven,  
maar laat slechts één op de duizend  
uw raadsman zijn.' (Sirach 6,6)



## Bijlage

### Kwaliteiten van een goede geestelijk begeleider

Sr. M.Kelly geeft in het artikel 'The need for spiritual direction' in The Catholic Evangelist, 1e jaargang, 1983, de volgende criteria waar een goed geestelijk begeleider aan zou moeten voldoen (vrij vertaald uit het Engels):

- openheid naar de Geest,
- een eerlijk aanvoelen van iemands menselijke beperkingen,
- respect voor personen,
- empathie, (= zich invoelen)
- goed kunnen luisteren,
- kunnen reflecteren op ervaringen,
- een goed intuïtief verstand gecombineerd met een gezond oordeelvermogen.
- iemand die er diep van doordrongen is, zoals Johannes de Doper, dat hij louter een instrument is van de Goddelijke Leidsman, getuigend van Zijn Licht en Zijn groei in het leven van anderen. Johannes de Doper 'was niet het Licht, maar hij moest getuigen van het Licht' (Johannes 1,8). En hij zei over Jezus: 'Hij moet groter worden, maar ik kleiner.' (Johannes 3,30).

### Opmerkingen

- Er wordt een aantal keren verwezen naar Jezus Sirach. Dit is een deuterocanoniek boek dat in veel protestantse bijbels niet voorkomt. Andere namen voor dit bijbelboek: Ecclesiasticus, Wijsheid van Sirach of Wijsheid van Jezus Sirach.
- De bijbelcitaten zijn uit de Willibrord-vertaling 1975.
- De concilie-citaten zijn uit 'Constituties en decreten van het 2e Vaticaans oecumenisch concilie', uitg. Katholiek archief / De Horstink, Amersfoort.

- Je hebt je bekeerd tot Jezus Christus en je wilt je laten veranderen door Hem.  
... Wie helpt jou daarbij?
- Je hebt de Heilige Geest ontvangen en wilt je laten leiden door Hem.<sup>1</sup>  
... Wie helpt jou te onderscheiden wat van Hem komt ?
- Je zoekt Gods Koninkrijk.<sup>2</sup>  
... Wie helpt jou zoeken ?
- Je hebt gehoord:  
"Bekering betekent: anders gaan denken."  
"Stemt uw gedrag niet af op deze wereld.  
Wordt andere mensen, met een nieuwe visie."<sup>3</sup>  
... Wie weet daar al meer van dan jij ?
- "Weest volmaakt, zoals uw Vader in de hemel volmaakt is"<sup>4</sup> zegt Jezus.  
... "Ja Heer,  
maar laat iemand mij daarbij helpen met aanwijzingen."

1. Romeinen 8,14

2. Matteüs 6,33

3. Romeinen 12,2

4. Matteüs 5,48

*Afbeelding op de voorkant: Franciscus van Sales, een bekende geestelijke leidsman en bisschop uit de 16e eeuw.*

Dit is document 0433 op [www.stucom.nl](http://www.stucom.nl)