

Geestelijke begeleiding

Fragment uit: *Tytsje Hibma, Biografie en geestelijke begeleiding, Kerk en Theologie, jrg. 67, nr. 2, april 2016 pg. 173-184*

Geestelijke begeleiding (*spiritual direction* of *spiritual guiding*) is een begeleidingsvorm met oude wortels. In de christelijke traditie gaan die terug tot de woestijnvaders en -moeders, monniken en monialen die sinds de 3e eeuw leefden in de woestijn van o.a. Syrië en Egypte. Informatie over hun leefwijze, hun gedachten en gesprekken is ondermeer bewaard gebleven in de *Collationes* van Johannes Cassianus (ca. 360-435), waarin hij verslag doet van een reis langs en gesprekken met woestijnvaders.¹ Zij trokken zich terug van het openbare leven en van de familie, om in de eenzaamheid van de woestijn zich helemaal te wijden aan het zoeken van God. Het teruggetrokken leven in hun cel – ga, zit in je cel en je cel zal je alles leren² – met de geestelijke oefeningen, handenarbeid en ascese, was gericht op het groeien in 'zuiverheid van hart'. Die zuiverheid was niet een doel op zich, maar gericht op de contemplatie, het schouwen van God. In dat proces verschoof het perspectief van het doen van mensen naar het doen van God. Men ondervond dat het ontvankelijk worden voor de werking van de Eeuwige juist vroeg om een niet-doen van mensen. Tegen de achtergrond van dit woestijnleven ontstonden vormen van geestelijke begeleiding. Jongere monniken zochten oudere monniken op, die meer ervaring hadden op deze weg en vroegen om raad en richtingwijzers: 'Geef mij een woord'. Met name in en vanuit de kloosters is de traditie van geestelijke begeleiding uitgegroeid. Naast de lezing van de bijbel dienden mystieke geschriften – teksten rondom het geheim van de ontmoeting met God en wat die uitwerkt in het leven van mensen – als bronnen en richtingwijzers bij die begeleiding.

Ook in de protestantse traditie zijn sporen van geestelijke begeleiding aan te wijzen, overal waar aandacht is voor het transformatieve proces van mensen in de ontmoeting met God. Maar de laatste decennia is er een duidelijk herlevende en meer bereflecteerde belangstelling voor deze vorm van begeleiding. Daarbij worden ook de oude wortels weer opgezocht, zoals de teksten van de woestijnvaders en -moeders. En hoe ver bepaalde geestelijke oefeningen en ascetische praktijken misschien ook van de hedendaagse beleving afstaan, in de kern blijkt het proces van de geestelijke weg door de eeuwen heen herkenbaar. De hernieuwde aandacht voor geestelijke begeleiding gaat hand in hand met de groeiende belangstelling voor spiritualiteit en geestelijk leven. Ook in het pastoraat vindt een verschuiving plaats. Nadat er lange tijd veel aandacht gevraagd werd voor psychologische aspecten in de begeleiding van mensen, komt er nu weer meer aandacht voor het geestelijke aspect.

Sinds 2003 kunnen predikanten en kerkelijk werkers in de Protestantse Kerk deelnemen aan een 3-jarige opleiding geestelijke begeleiding, een samenwerkingsverband van het Titus Brandsma Instituut in Nijmegen en het postacademiale onderwijs van de Protestantse Kerk en de PThU. In deze opleiding raakte ik vertrouwd met de traditie van geestelijke begeleiding.

Bij de college-ochtenden in Nijmegen was het eerste college gewijd aan mystieke tekstlezing. De docenten lazen teksten met ons van b.v. de woestijnvaders, Augustinus, Teresa van Avila, Dag Hammarskjöld en Ety Hillesum en maakten ons gevoelig voor de geestelijke laag in die teksten. Het maakt b.v. een groot verschil of men de teksten van Augustinus bevraagt op dogmatische bouwstenen of op zijn Godsverlangen en aspecten van de geestelijke weg. Het tweede college betrof bepaalde thema's rondom spiritualiteit en mystiek, b.v. de aspecten van de geestelijke weg, het omvormingsproces, mogelijkheden van onderscheiding, de geestelijke werking van *lectio divina* en liturgie.

In tweedaagse bijeenkomsten op Hydepark kreeg de praktijk de ruimte. Het eerste jaar stond in het perspectief van het ontvangen van geestelijke begeleiding. Hoe geef ik zelf mijn geestelijk leven vorm? Waar ervaar ik iets van de ontmoeting met de Eeuwige en hoe werkt dat door in mijn bestaan? Wat doet het aan mij om geestelijke begeleiding te ontvangen? Wat is mijn verlangen? Thema's waren daarbij o.a. het verkennen van de eigen spirituele praxis, oog en oor krijgen voor de sporen van God in het dagelijkse

¹ De *Collationes* van Johannes Cassianus zijn te vinden op:
http://www.abdijsion.nl/bronteksten/index.php#Johannes_Cassianus.

² Kees Waaijman, *Spiritualiteit - Vormen, grondslagen, methoden*, Kampen 2003⁴, 864.

leven, de relatie tussen geestelijke begeleiding en pastoraat. Werkvormen waren o.a. onderlinge geestelijke begeleiding, het schrijven en bespreken van de eigen spirituele autobiografie, oefeningen in 'luisteren naar de ziel', maar ook Emmaüswandelingen, lectio divina en door de deelnemers aangedragen vormen van spirituele praxis. Het tweede jaar stond in het teken van het zelf geven van geestelijke begeleiding. Thema's daarbij waren o.a. verschillende scholen en modellen van begeleiding, de verhouding tot pastoraat, vormen van onderscheiding en aandacht voor de samenhang van lichaam, ziel en geest. Aan de hand van de inbreng van een verbatim, preek of casus oefenden we ons in het onderscheiden van het mystagogische aspect in ons werk als predikant en kerkelijk werker. Het derde jaar omvatte stage-activiteiten op de eigen werkplek met bijbehorende supervisie en het schrijven van een scriptie als oogst van de opleiding.

Het eigen perspectief van de geestelijke begeleiding is dus het begeleiden van de ander op de geestelijke weg. Die geestelijke weg - zo leerden we aan het Titus Brandsma Instituut - betreft het omvormingsproces van een mens in het spanningsveld van het godmenselijk betrekkinggebeuren.³ Dat proces van omvorming, transformatie, speelt zich af tussen de polen van zelfbetrokkenheid en overgave. Ik kan mijzelf in het middelpunt van het bestaan plaatsen en mijn leven laten cirkelen om mijzelf. Maar wezenlijk leef ik dan juist buiten mij zelf, buiten het wezenlijke van mijn bestaan. De geestelijke weg is de weg van overgave aan iets buiten mij, aan het geheim van mijn bestaan, aan de Eeuwige. Maar juist in die overgave kom ik ook tot mij zelf, tot mijn diepste zijn, tot het leven in God en vanuit God. Zo is de geestelijke weg een groeiproces van zelfgerichtheid naar belangeloosheid, van angst naar innerlijke vrijheid, van bezorgdheid naar een onbekommerd aanwezig zijn. Het beeld dat bij dat proces past is dat van een wenteltrap. Steeds opnieuw kan men daar op dezelfde obstakels stuiten, maar bij iedere rondgang is er ook de mogelijkheid van groei en verdieping. Dit beeld drukt ook iets uit van het besef, dat men bij het voortgaan op de geestelijke weg juist ook altijd beginner blijft.

De Geest is de eigenlijke begeleider op de geestelijke weg, zowel van de begeleide als van de begeleider. Dat tekent de aard van de relatie in de geestelijke begeleiding. De begeleider staat – in haar of zijn ontmoeting met de Ene - ten dienste van de begeleide in haar of zijn ontmoeting met de Ene. Het belangrijkste wat de begeleider te doen heeft is: niet in de weg staan, maar als het ware transparant worden voor de ontmoeting met de Ene. Vanuit die grondhouding van ontvankelijkheid kan de begeleider alles inzetten als reisgenoot voor de begeleide met het oog op zijn of haar geestelijke weg. Dat kunnen verschillende gaven en vaardigheden zijn, zoals luisteren en kijken, empathie en onderscheidingsvermogen, ervaringen en inzichten omtrent de geestelijke weg. En dat kan in verschillende rollen vorm krijgen, als bondgenoot of soulfriend, als geestelijk vader/moeder, als gids of vroedvrouw. .

Verlangen is een kernwoord op de geestelijke weg. Geestelijke begeleiding begint met het verkennen van het verlangen, van de geestelijke vraag van de begeleide. In het verlangen van een mens kan de stem van de Geest doorklinken, de trekkracht van Gods liefde die bezig is mij te vormen en om te vormen. Onderscheiding is een ander kernwoord. Hoe kan ik de werking van God op mijn weg onderscheiden? Hoe leer ik de verschillende en vaak tegenstrijdige stemmen in mijn leven interpreteren? Belangeloze liefde is een derde kernwoord dat ik hier wil noemen. Geestelijke begeleiding zoekt de liefdevolle ruimte van Gods werkzame aanwezigheid. In deze niet-oordelende ruimte mag alles gezien en gehoord worden, een mens in alle zwakheid en kracht. Daar kan de innerlijke stem tot spreken komen, de stem van de Geest die de eigenlijke geestelijk begeleider is. En daar kan een mens toegroeien naar wie hij of zij wezenlijk is in Gods ogen.