

# Geestelijke begeleiding

In zijn apostolische exhortatie Evangelii Gaudium herinnert paus Franciscus ons aan het belang van geestelijke begeleiding of geestelijke leiding voor het christelijke leven.

27-3-2025

Paus Franciscus herinnert ons in Evangelii Gaudium (nr. 171) aan het belang van geestelijke begeleiding in het christelijke leven: “Meer dan ooit hebben wij behoefte aan mannen en

vrouwen die, uitgaande van hun ervaring op het gebied van begeleiding, de werkwijze kennen, waarbij voorzichtigheid, begripsvermogen, de kunst van het wachten, gehoorzaamheid aan de Geest naar voren komen, om allen tezamen de schapen, die zich aan ons toevertrouwen, te beschermen tegen de wolven die de kudde trachten te verstrooien.”

Het is de Heilige Geest die heiligt: “het model is Jezus Christus; de vormer, de Heilige Geest door middel van genade”[1]

. Iedereen die persoonlijke geestelijke begeleiding biedt, is een “instrument” van God, die de groei schenkt (vgl. 1 Kor 3,7-9). Daarom moeten we zowel de genade van God als de geestelijke leidsman de ruimte geven om hun werk te doen: “Als we de genade van God en de geestelijke leidsman niet op ons laten inwerken,

zal het profiel niet naar voren komen, het beeld van Jezus Christus, dat de heilige mens aanneemt”[2]. Deze genade is een deelname aan het leven van Christus, die ons in de Eucharistie verenigt: “*cor unum et anima una* (Hnd 4,32), één van hart en één van ziel zijn en ons tot dat ene gezin, tot Kerk maakt”[3].

## **1. De broederlijke begeleiding van Gods kinderen in Christus**

Het is volkomen logisch om geestelijke begeleiding te zoeken wanneer je groeit in je spirituele leven en merkt dat de Heer je oproept tot een vuriger geloof. Theologisch gezien kunnen we zeggen: *vereenzelvig je met Christus, wees een andere Jezus voor je naaste*. Dit is de ware reden waarom elke christen met recht de hulp van geestelijke begeleiding kan verlangen — om in een voortdurende staat van zoeken naar God te leven en in ons

het diepe verlangen te laten groeien om Hem te behagen. Er is een innerlijke drang die om méér vraagt —niet in de zin van efficiëntie, van méér doen, maar in het zich laten vormen door de Ander, door God zelf[4].

De Kerk zien als een familie is een essentiële sleutel tot geestelijke begeleiding. In een sfeer van christelijke broederschap, waar liefdevolle mensen het spreekwoordelijke hart van een vader en moeder hebben, helpen we elkaar om Christus te zoeken, te ontmoeten en lief te hebben.[5]

De Katechismus van de Katholieke Kerk benadrukt: “De Heilige Geest geeft aan bepaalde gelovigen de gaven van wijsheid, geloof en onderscheiding met het oog op het gemeenschappelijke goed dat het gebed is (geestelijke begeleiding). De mannen en vrouwen die daarmee

begiftigd worden, zijn waarachtige dienaars van de levende

Overlevering van het gebed [6].”

Deze gaven worden niet alleen aangetroffen bij priesters, maar ook bij religieuzen en leken. Sterker nog, het begeleiden van anderen op hun geestelijke weg is een manier waarop leken hun algemeen priesterschap uitoefenen: “aan de eredienst van de Kerk kunnen deelnemen en de mensen helpen op hun weg naar God, door het getuigenis van woord en voorbeeld, door gebed en boete.”[7]

Geestelijke begeleiding is een realiteit die zijn fundament vindt in het doopsel. Het is een natuurlijk gevolg van het gedoopt-zijn en vormt een concreet apostolaat. Wat Jozefmaria schreef over het apostolaat van vriendschap en vertrouwen, is—zij het met de nodige nuances en aanpassingen—ook van toepassing op de geestelijke

begeleiding. Voor een leek betekent dit apostolaat het getuigen van een christelijk leven dat op een natuurlijke wijze geleefd wordt, midden in de alledaagse omstandigheden. Zoals hij treffend verwoordde: “En als anderen zien dat wij in alles op hen lijken, dan zullen ze ons bij gelegenheid vragen: Waardoor komt het dat je zo blij bent? Waar haal je de kracht vandaan om je egoïsme en je gemakzucht te overwinnen? Wie leert je begrip op te brengen, belangeloos met anderen mee te leven, je te geven, dienstbaar te zijn? Dat is het moment om het goddelijk geheim van het christelijk leven bekend te maken, om met hen over God te spreken, over Christus, over de heilige Geest, over Maria. Dat is het moment om door middel van onze armzalige woorden de dwaasheid van de liefde van God, die door de genade in ons hart is uitgestort, aan hen over te

brengen.”[8] Dit alles veronderstelt uiteraard dat degene die zich toelegt op geestelijke begeleiding beschikt over geestelijke rijpheid, voorzichtigheid, discretie en vriendelijkheid. Daarnaast is een degelijke vorming onmisbaar. Geestelijke leiding kan immers niet gebaseerd zijn op persoonlijke ervaringen en meningen, maar moet geworteld zijn in het geloof van de Kerk.

## **2. Naar de heiligheid**

“Om naar de Heer toe te gaan, hebben we altijd een gids nodig, een dialoog. We kunnen het niet alleen met onze eigen overdenkingen”[9]. De taak van een geestelijke begeleider is dan ook om de werking van de Heilige Geest in de ziel te ondersteunen en vrede te brengen, met het oog op zelfgave en apostolische vruchtbaarheid[10]. Deze begeleiding plaatst ons in het

hart van het Evangelie, waarin:  
“Alles, ieder punt dat aangeraakt wordt, gedetailleerd wordt opgenomen, opdat je het op de concrete omstandigheden van je leven toepast.”[11] Geestelijke begeleiding helpt ons te ontdekken wat het Evangelie persoonlijk tot ons zegt en hoe we daarop kunnen antwoorden met een oprechte gave van onszelf. “Het is altijd relevant, voor iedereen [...] de uitnodiging om de raad te vragen van een goede geestelijke vader, die in staat is om elke persoon te begeleiden in de diepe kennis van zichzelf, en om hem te leiden naar de vereniging met de Heer, zodat zijn bestaan meer en meer overeenstemt met het Evangelie.”[12] Wanneer geestelijke begeleiding goed ontvangen wordt, helpt het ons om ons leven te spiegelen aan Christus en zijn boodschap van liefde (vgl. Joh 13,34). Door de Schrift en de werking van de

Heilige Geest leren we Gods hand te zien in ons eigen bestaan.

Jozefmaria verwoordde de taak van een geestelijk begeleider als volgt: “Het openen van horizonten, helpen bij de vorming van criteria, wijzen op hindernissen, geschikte manieren aangeven om ze te overwinnen, vervormingen of afwijkingen corrigeren en altijd moed geven. Dit alles zonder ooit het bovennatuurlijke gezichtspunt uit het oog te verliezen, in een optimistische bevestiging, aangezien elke christen kan zeggen dat hij alle dingen kan met Gods hulp” (vgl. Fil 4,13)[13]. De groei in geloof, hoop en naastenliefde helpt ons om een diepe, persoonlijke en voortdurende relatie met God op te bouwen. Dit gebeurt vaak door een vast leefplan waarin gebed—zowel mondeling als mentaal—een centrale plaats inneemt, samen met regelmatige biecht, deelname aan de Eucharistie

(het ware middelpunt van het christelijke leven) en een vertrouwde omgang met de Heilige Schrift. Deze elementen helpen ons om de zin van het leven te verdiepen, Gods liefde te kennen, meer zelfkennis te verkrijgen, en het verlangen te laten groeien om alle zielen te dienen.

In de geestelijke begeleiding benadrukt de heilige Jozefmaria drie onmisbare elementen voor ware geestelijke vooruitgang: zuiverheid, geloof en roeping[14]. Deze trilogie sluit aan bij wat de Handelingen van de Apostelen vertellen over het leven en volharding van de eerste christenen: “Zij bleven trouw aan het onderricht van de apostelen, aan de gemeenschap, aan het breken van het brood en aan het gebed” (vgl. Hnd 2,42)[15]. Geloof verwijst naar de apostolische leer[16]. Zuiverheid is verbonden met het Eucharistisch Brood, en frequente Communie helpt ons onze blik zuiver te houden en de

schat van kuisheid te beschermen. Gebed, ons antwoord op het Woord van God dat roept, is onmisbaar om trouw te blijven aan onze eigen roeping[17].

“Het geloof en de christelijke roeping zijn van invloed op heel ons leven, en niet alleen op een gedeelte daarvan.”[18]

Het strekt zich uit tot alle aspecten van het bestaan: gezinsleven, werk, rust, sociale relaties, politiek en meer. Hoewel geestelijke begeleiding zich niet rechtstreeks met deze terreinen bezighoudt, speelt ze wel een essentiële rol door richting en licht te geven. Zonder zich te mengen in persoonlijke beslissingen, helpt ze iedere gelovige om met vrijheid en verantwoordelijkheid, met een stevig geloof en in overeenstemming met de katholieke moraal, weloverwogen keuzes te maken. Zo wordt het leven steeds meer verlicht door Gods

aanwezigheid. Vanuit dit perspectief is het doel van geestelijke begeleiding het bevorderen van eenheid van leven[19]: het leren zoeken en vinden van God in alles, en het leven in het besef van de zending die de christelijke roeping met zich meebrengt. Daarnaast draagt geestelijke begeleiding bij aan de groei van elke christen als zoon of dochter van God de Vader, in Christus, door de Heilige Geest. Ze helpt ons om met vreugde het gelaat en de liefde van Christus te ontdekken en dieper te begrijpen wat het betekent Hem te volgen.

### **3. Vrijheid en verantwoordelijkheid**

De broeder die een ander geestelijk begeleidt, geeft belangeloos en oprecht advies, met respect voor de persoonlijkheid van degene die hij ondersteunt. Hij verdringt nooit diens vrijheid en dus ook niet diens

verantwoordelijkheid. Zoals de heilige Thomas van Aquino schrijft: “De kinderen van God worden door de Heilige Geest vrijelijk bewogen, uit liefde, niet slaafs uit angst.” (Summa contra gentiles, IV, 22). Deze gedachte wordt treffend samengevat door de heilige Jozefmaria: “Alleen in het liefhebben bereikt men de vrijheid ten volle: de vrijheid om het voorwerp van onze liefde nooit, tot in de eeuwigheid, te willen loslaten.”[20]

De mens blijft echter een mysterie: “In elke ziel is er een delicate diepzinnigheid die alleen God kan doordringen.”[21] Daarom is het aan ieder van ons om de inspiraties te volgen die wij ontvangen van de Heilige Geest, de herder van onze ziel[22].

De taak van de geestelijk begeleider “heb ik altijd opgevat als de taak om iedere persoon te confronteren met

de eisen die het leven aan hem stelt, en hem te helpen ontdekken wat God concreet van hem vraagt. Dit heb ik altijd willen doen zonder de onafhankelijkheid en de persoonlijke verantwoordelijkheid die kenmerkend zijn voor een christelijk geweten aan te tasten. Deze instelling is gebaseerd op respect voor de transcendentie van de geopenbaarde waarheid en op de liefde voor de vrijheid van het menselijk schepsel. Ik zou eraan kunnen toevoegen dat ze ook is gebaseerd op de zekerheid dat de geschiedenis niet bij voorbaat vastligt, maar open is voor velerlei mogelijkheden die God niet heeft willen inperken.”[23]

De heilige Jozefmaria benadrukt bovendien: “Om de christelijke volmaaktheid in hun beroepsleven te bereiken, moeten de leden van het Werk geleerd hebben met hun eigen vrijheid om te gaan. Ze moeten zich dus duidelijk van Gods aanwezigheid

bewust zijn, ze moeten oprecht vroom zijn en de nodige leerstellige vorming hebben.”[24]

Geestelijke begeleiding is er dus niet om te sturen of te beheersen, maar om het intellect te verlichten en de vrijheid te versterken. Soms vereist dit moed om de waarheid over te brengen. “Echte fijngevoeligheid en ware naastenliefde vereisen dat we tot de kern van de zaak komen, zelfs als dat moeite kost.”[25] Dit gebeurt echter altijd met respect en een fijngevoeligheid die rekening houdt met ieders persoonlijke ritme.

Degene die zich laat begeleiden, moet een open houding hebben.

“Nederigheid is de goede weg in de ascetische strijd.”[26]

Een van de belangrijkste uitingen hiervan is oprechtheid, die soms een “meedogenloze oprechtheid”[27] moet zijn—een eerlijke, ongefilterde weergave van wat er in de ziel leeft.

Zonder omwegen, zonder eufemismen. Geestelijke begeleiding is een persoonlijk gesprek[28], gebaseerd op vertrouwen. “Niemand wordt in een keurslijf gedwongen (...) maar elke ziel wordt gelaten zoals ze is, met alle bijzonderheden die bij die persoon horen.”[29] Daarom moet degene die zich laat begeleiden “de genade van God en de geestelijke leidsman op zich laten inwerken”, want anders “zal het profiel niet naar voren komen, het beeld van Jezus Christus, dat de heilige vormt.”[30] Dit proces vraagt om regelmaat in de gesprekken.

In deze sfeer van broederlijk vertrouwen is het logisch om volgbaar te zijn aan het ontvangen advies, omdat men erkent dat het licht van de Heilige Geest erin doorschemert. Het begrip gehoorzaamheid in geestelijke begeleiding moet echter juist begrepen worden (vgl. S.Th. II-II, q.

104). Het gaat er niet om dat men advies opvolgt omdat het moet, of vanwege de ervaring van de begeleider. Nee, men volgt het omdat het besef er is dat God door de ontvangen woorden licht en raad schenkt. Vaak is geestelijke begeleiding geen kwestie van gedetailleerde instructies, maar van richting en bemoediging: een uitnodiging om na te denken, de Heer in gebed te zoeken en zo zelf tot een goed overwogen beslissing te komen.

Vrijheid in christelijke zin betekent het kiezen voor het goede en gaat altijd hand in hand met verantwoordelijkheid. “Iedereen is zoals hij is, en ieder moet behandeld worden zoals God hem heeft gemaakt en hem bezielt. *Omnibus omnia factus sum, ut omnes facerem salvos* (1 Kor 9,22). We moeten ons volledig aan alle mensen geven. Er is geen wondermiddel. We moeten

vorming geven, elke ziel de tijd geven die ze nodig heeft, met het geduld van een middeleeuwse monnik die perkament, blad voor blad, illustreert. Mensen volwassener maken, hun geweten vormen, zodat iedereen zijn persoonlijke vrijheid voelt en de verantwoordelijkheid die daarmee gepaard gaat.”[31]

Op deze manier biedt geestelijke begeleiding, binnen een context van vriendschap en nabijheid tot God, richting, optimisme en hoop. Ze verruimt horizons en helpt de ziel om tot grote dingen in staat te zijn.

## **Bibliografie:**

Artikels van Collationes.org : over de kunst om zielen te begeleiden (website in het Spaans)

ESPA, Fulgencio, Cuenta conmigo, Palabra, Madrid 2017.

FERNÁNDEZ-CARVAJAL, F. Para llegar a puerto. El sentido de la ayuda espiritual, Palaba, Madrid, 2010.

DERVILLE, Guillaume. Voz: «Dirección espiritual». Diccionario de San Josemaría Escrivá de Balaguer, Burgos, Monte Carmelo - Instituto Histórico Josemaría Escrivá, 2013, pp. 339-345.

[1] Brief van 8 augustus 1956, nr. 37: AGP, serie A.3, 94-1-2.

[2] De Weg, nr. 56.

[3] Gesprekken, nr. 123.

[4] Cfr. Fulgencio Espa, Cuenta conmigo, 33, Palabra, Madrid 2017.

[5] Cfr. De Weg, nr. 382.

[6] Katechismus va de Katholieke Kerk, n. 2690; cf. nn. 1435, 2695.

[7] Christus komt langs, 120.

[8] Ibidem, 148.

[9] Benedictus XVI, Algemene Audiëntie, 16-IX-2009.

[10] cfr. De Weg, nr. 62.

[11] De Smidse, nr. 754.

[12] Benedictus XVI, Algemene Audiëntie, 16-IX-2009.

[13] Brief van 8 augustus 1956, nr. 37: AGP, serie A.3, 94-1-2

[14] cfr. De Voor, nr. 84; Vrienden van God, 187.

[15] Ac 2,42.

[16] cfr. Gesprekken, 73.

[17] cfr De Smidse, nrs. 297 en 789.

[18] Christus komt langs, 46.

[19] cfr. Christus komt langs, 10; Gaudium et Spes, nr. 43.

[20] Vrienden van God, 38.

[21] Brief van 8 augustus 1956, nr. 37: AGP, serie A.3, 94-1-2.

[22] cfr. Christus komt langs, 174.

[23] Christus komt langs, 99.

[24] Gesprekken, 53.

[25] Andrés Vazquez de Prada, De Stichter van het Opus Dei, deel II, p. 320. (in Franse versie)

[26] De Voor, nr. 259.

[27] De Smidse, nr. 127.

[28] cfr. De Weg, nr. 64.

[29] Vrienden van God, 249.

[30] De Weg, n. 56.

[31] Brief van 8 augustus 1956, nr. 37: AGP, serie A.3, 94-1-2

pdf | Document automatisch  
aangemaakt door [https://  
dev.opusdei.org/nl-nl/article/geestelijke-  
begeleiding/](https://dev.opusdei.org/nl-nl/article/geestelijke-begeleiding/) (5-8-2025)