



Drs. Gideon van Dam, werkbegeleider predikanten en kerkelijk werkers van de Dienstenorganisatie van de PKN en schrijver van het boek 'Dichterbij het Onuitsprekelijke' heeft op vrijdag 5 juni 2009 op het symposium van de Vereniging Kerkelijk Werkers (VKW) gesproken over 'ZORG VOOR JE ZIEL'. Hieronder hiervan een weergaven.

13.30 – 14.00 uur zingen en lectio divina
Zingen: I'm trav'ling a day, een wandellied.
Waarschijnlijk uit de keltisch-christelijke traditie.

Lectio divina.

Een oude vorm van lezen van teksten in verschillende godsdienstige tradities. Het is lezen met je hart en je verstand.

Eerst stil worden. Je innerlijk concentreren. Aandacht voor je verlangen dat er al lezend iets aan je gebeurt. Je open gaat voor wat voor jou van belang is. Dan één of tweemaal rustig hardop lezen. (lectio) Dat doe ik ook als ik alleen thuis op mijn studeerkamer zit. Vervolgens luisteren naar wat dat in je aanraakt. (meditatio) Dat kan ergernis, verbazing, verwondering, verlangen zijn. Luister daarnaar. Geef er aandacht aan. Vervolgens kan daaruit iets van een gebed ontstaan. Dat concentreert als het ware wat in je aangeraakt is. (oratio). Ten slotte laat je het in alle rust in je landen. Aarden. (contemplatio). Op papier staan die fasen. Je kunt er in stilte ook wat bij invullen. We gaan dat overigens niet uitwisselen. Het is voor ieder persoonlijk. We lezen overigens de lezing voor komende zondag uit het Eerste Testament.

Na de lezing is het een tijd stil. Neem de ruimte voor de meditatie en ga daarna over naar het gebed: laat woorden boven komen als een kort gebed. Bij voorkeur in een korte zin. Tenslotte laat je dat in stilte bezinken. Ik geef aan wanneer we het afsluiten.

Exodus 3

1 Mozes was gewoon de schapen en geiten van zijn schoonvader Jetro, de Midjanitische priester, te weiden. Eens dreef hij de kudde tot voorbij het steppeland, en zo kwam hij bij de Horeb, de berg van God. 2 Daar verscheen de engel van de HEER aan hem in een vuur dat uit een doornstruik opvlamde. Mozes zag dat de struik in brand stond en toch niet door het vuur werd verteerd. 3 Hoe kan het dat die struik niet verbrandt? dacht hij. Ik ga dat wonderlijke verschijnsel eens van dichtbij bekijken. 4 Maar toen de HEER zag dat Mozes dat ging doen, riep hij hem vanuit de struik: 'Mozes! Mozes!' 'Ik luister,' antwoordde Mozes. 5 'Kom niet dichterbij,' waarschuwde de HEER, 'en trek je sandalen uit, want de grond waarop je staat, is heilig. 6 Ik ben de God van je vader, de God van Abraham, de God van Isaak en de God van Jakob.' Mozes bedekte zijn gezicht, want hij durfde niet naar God te kijken.

14.00-14.30 uur eerste inleiding

Zorg voor de ziel.

Hoe blijf je als pastor in contact met je Bron?

In deze inleiding zet ik drie stappen, want ik hoop drie dingen te bereiken met jullie:

1. De vooronderstelling voor deze middag is dat in contact blijven met je Bron bij jullie en mijn professionaliteit hoort. Ik hoop dat we het na afloop van deze middag allemaal met elkaar eens zijn: aandacht geven aan je spiritualiteit, zorg voor je eigen ziel is vanzelfsprekend voor een kerkelijk werker, het hoort bij je beroep, je hebt ook beroepsplezier daarin. En ook: de wereld kan niet zonder.
2. Als tweede hoop ik dat we uitgedaagd worden te reflecteren op dat wat we als thema gekozen hebben: 'zorg voor de ziel'. Pastoraat wordt ook wel zielzorg genoemd. Maar wat is zorg voor de ziel? Wat is de ziel?
3. En ik hoop dat jullie doorgaan met je daarin verder ontwikkelen. Dus plezier beleven aan vragen als: Hoe doe je dat dan, zorg geven aan je ziel? Daarom oefenen we ook met elkaar deze middag op verschillende manieren.

Na mijn lezing brengen we in kaart hoe jullie dat tot nu toe doen: zorg geven aan je ziel. Aandacht besteden aan je spiritualiteit.

En we doen een oefening in met een ander aandacht geven aan je ziel.

Dan komen we bij het begeleiden van anderen in het geven aan zorg voor de ziel.

1. Zorg voor de ziel, aandacht geven aan jullie spiritualiteit hoort bij een verantwoorde beroepsuitoefening.

De noodzaak voor zorg voor de ziel klinkt ook in de beroepscode of gedragsregels voor onze beroepsgroepen. Gezien het ochtendprogramma zeer actueel dus.

In de Gedragsregels staat o.a.: *De predikant of kerkelijk werker - besteedt voortdurende zorg aan persoonlijke spiritualiteit*

De VGVZ drukte dat al eerder uit in de zogenaamde Beroepsstandaard: van een geestelijk verzorger wordt verwacht dat hij of zij beschikt over een authentieke en open geloofsovertuiging en met het oog daarop een eigen spiritualiteit ontwikkelt en onderhoudt en die adequaat voor de patiënt in kan zetten.

Dit wordt weer anders verwoord door collega Rein Brouwer in zijn proefschrift met als titel: *Pastor tussen macht en onmacht. Een studie naar de professionalisering van het hervormde predikantschap*. Hij stelt vast dat 'spiritualiteit als kader voor de professionaliteit van het pastorale beroep een onmisbaar gegeven is'.

En daar ben ik het van harte mee eens.

Dat is jullie en mijn belang vandaag. We besteden aandacht aan de zorg voor de ziel met het oog op onze beroepsuitoefening, op de niet vrijblijvende opdracht om te bouwen aan eigen spiritualiteit.

Spiritualiteit heeft te maken met de weg die je als **gelovige** gaat. Je kunt anderen niet voorgaan op een weg die jezelf niet gaat.

Wat doe je als pastor als je geen ervaring hebt met verlangen naar een grazige weide en het zoeken en gaan van de weg daarnaar toe.

Maar een spade dieper: deze wereld is onaf zonder spiritueel leven. Maar daar kom ik in de volgende denkstap in mijn verhaal op terug.

Genoeg reden dus om een middag te weiden aan zorg voor de ziel van zielzorgers.

2. Wat is zorg voor de ziel? En wat is dat trouwens, de ziel? Of: wat is spiritualiteit?
Ik begin met een eigen dagboekfragment.

Dinsdag, 26 mei 2009

Liefdevolle, hoe zorg ik voor mijn ziel? Wanneer en hoe beleef ik dat? Zorg voor mijn ziel is wat anders dan tot rust komen, ruimte nemen voor ontspanning, ruimte nemen voor mijzelf. Dat kan zeker ook geen kwaad. Maar het is wat anders.

Mijn ziel is niet iets wat van mij is. Ziel heeft te maken met aandacht voor Jou, voor liefde die mij overstijgt, voor losraken van wat me bezet houdt. Dit schrijven is daar een voorbeeld van. Ik zit nu in de trein. En al schrijvend ga ik open. Om met André Zegveld te spreken: voor wat ik mis en waar ik naar verlang. Ik word me bewust dat ik deel van een groter geheel ben. Dat ik niet af ben als ik bij mezelf blijf.

Tot zover dit dagboekfragment. Wat is dat dus, de ziel? Niet het meest concrete begrip. Het gaat in ieder geval niet om het opladen van de accu, hoe belangrijk dat ook is. Misschien gebeurt dat opladen van de accu wel als vanzelf als je zorg geeft aan je ziel.

Eerst vertel ik een verhaaltje van Toon Tellegen, uit *Misschien wisten ze alles* en dan maak ik een paar opmerkingen om dat begrip 'ziel' wat te omcirkelen:

Toon Tellegen

Op een ochtend klopte de mier al vroeg op de deur van de eekhoorn.

'Gezellig', zie de eekhoorn.

'Maar daar kom ik niet voor', zei de mier.

'Maar je hebt toch wel zin in wat stroop?'

'Nou ja, een klein beetje dan.'

Met zijn mond vol stroop vertelde de mier waarvoor hij gekomen was.

'We moeten elkaar een tijdje niet zien,' zei hij.

'Waarom niet?' vroeg de eekhoorn verbaasd. Hij vond het juist heel gezellig als de mier zomaar langs kwam. Hij had zijn mond vol pap en keek de mier met grote ogen aan.

'Om er achter te komen of we elkaar zullen missen,' zei de mier.

'Missen?'

'Missen. Je weet toch wel wat dat is?'

'Nee', zei de eekhoorn.

'Missen is iets wat je voelt als het er niet is.'

'Wat voel je dan?'

'Ja, daar gaat het nou om.'

'Dan zullen we elkaar dus missen,' zei de eekhoorn verdrietig.

'Nee', zei de mier, 'want we kunnen elkaar ook vergeten.'

'Vergeten! Jou?' riep de eekhoorn.

'Nou', zei de mier 'schreeuw maar niet zo hard.'

De eekhoorn legde zijn hoofd in zijn handen.

'Ik zal jou nooit vergeten,' zei hij zacht.

'Nou ja,' zei de mier 'dat moeten we nog maar afwachten. Dag!'

En heel plotseling stapte hij de deur uit en liet zich langs de stam van de beuk naar beneden zakken.

De eekhoorn begon hem onmiddellijk te missen.

'Mier,' riep hij, 'ik mis je!'. Zijn stem kaatste heen en weer tussen de bomen.

'Dat kan nu nog niet!' zei de mier 'Ik ben nog niet eens weg!'

'Maar het is toch zo!' riep de eekhoorn.

'Wacht nou toch even,' klonk de stem van de mier nog uit de verte.

De eekhoorn zuchtte en besloot te wachten. Maar hij miste de mier steeds heviger.

Soms dacht hij even aan beukennotenmoes, of aan de verjaardag van de tor, die avond, maar dan miste hij de mier weer.

's Middags hield hij het niet langer uit en ging hij naar buiten. Maar hij had nog geen drie stappen gedaan of hij kwam de mier tegen, moe, bezweet, maar tevreden.

'Het klopt', zei de mier. 'Ik mis jou ook. En ik ben je niet vergeten.'

'Zie je wel', zei de eekhoorn.

'Ja', zei de mier. En met hun armen om elkaars schouders liepen ze naar de rivier om naar het glinsteren van de golven te gaan kijken.

De ziel heeft te maken met missen en verlangen. Ik stel voor dat we dat vast houden. Missen en verlangen.

Ik ben niet alleen een lichaam met hersenfuncties.

Ik heb een vermoeden, een verlangen dat iets me onvoorwaardelijk overstijgt, bepaalt bij waar het werkelijk om gaat in dit leven. Ik heb ervaringen met gemis. Iets dat me ontbreekt.

Ik ben verbonden, ook als ik daar geen belang bij heb.

Iemand schreef een boekje *Circles of Trust*. Een vorm van groepsontmoetingen in de lijn van de Quakers waarin ruimte geboden wordt aan aandacht aan je ziel geven. In alle gewone dingen van het leven. Je staat voor een keuze, maar komt er niet uit; je bespeurt een latent gevoel van onbehagen, terwijl alles goed lijkt te gaan enz. De weg in een circle of trust is dan dat iemand zijn verhaal vertelt over iets waar hij of zij mee zit. De groep luistert. Is eerst stil. En men mag daarna vragen stellen die de ander uitnodigen verder te kijken naar het eigen verhaal. De bedoeling is dat de ziel tot spreken kan komen. En in dat boek wordt de ziel met een schroomvallig dier vergeleken. Bijvoorbeeld een reebok. Als je die opschrikt, springt hij weer terug tussen de bomen en struiken.

De ziel heeft zich ook zo weer terug getrokken in de struiken.

Zorg voor de ziel vraagt dus om ruimte van stilte, mogelijkheid tot verwondering.

Dat geldt bijvoorbeeld ook voor teksten lezen die er om vragen dat ze je ziel raken.

Zoals we dat even geleden met de *lectio divina* deden.

Nog een paar woorden over spiritualiteit.

Ik ben met anderen van mening dat spiritualiteit, zorg voor de ziel dus, alles van het leven betreft. Er is geen spiritueel leven naast het gewone leven. In spiritueel leven gaat het om de vruchten daarvan.

Het uiteindelijke criterium is altijd de vraag of de wereld er beter van wordt, meer gaat beantwoorden aan de bedoeling van de Eeuwige, Gods koningschap, Gods droom voor deze wereld. Vrede en recht voor iedereen.

Voor mij is spiritualiteit de aanduiding voor het gegeven dat geloven te zien is als een antwoord op het dubbele liefdesgebedⁱ.

Liefde is de aanduiding van een relatie die een mens ten goede verandert, een vernieuwde kijk op de werkelijkheid schenkt en vraagt om ruimte en tijd.

Ik onderschrijf van harte wat ik Kees Waaijman hoorde zeggen in een lezing over christelijke spiritualiteit.

Hij noemde vijf aspecten van alle christelijke spiritualiteit. Daarbij had hij zich vooral laten inspireren door Johannes van het Kruis, een Spaanse mysticus die leefde van 1542-1591.

1. Alles draait om de liefde. Dat is het begin en einde van alle spiritualiteit. Liefde van en tot de Liefdevolle, tot jezelf en je naaste. Dus de A(a)nder.
2. Liefde wordt volmaakt in een proces van loslaten van beelden van de a(A)nder of jezelf. Noem het ontbeelding. Dat is een levenslange weg. Het is als een koe die een grasveld kaal graast.
3. Als ik innerlijk leeg ben aan beelden ontstaat er werkelijk ruimte voor de vlam van verlangen, de vlam van missen, de vlam van de Geest.
4. Christelijke mystici zijn kuis in hun woorden en beelden. Nederig. Gegrond. Ze blazen niet hoog van de toren. Het gaat immers om missen en verlangen.
5. De vruchten van christelijke spiritualiteit tekenen zich als vruchten van liefde af in de duurzaamheid van de schepping, in vrede en recht in politieke verhoudingen, in compassie in menselijke relaties en wordt ervaren in innerlijke rust, stilte, getroost zijn.

Wat ik verder over spiritualiteit zeg, is in feite een uitwerking van deze vijf kernaspecten.

Kick Bras definieert in een artikel in *Werken met spiritualiteit* dat begrip 'spiritualiteit' vanuit het perspectief van een veranderende kracht. Hij schrijft 'Spiritualiteit is een praxis waarin een relatie met God / het goddelijke wordt onderhouden die je verandert.' Met andere woorden: Geloven is te zien als het gaan van een bepaalde weg die het leven concreet beïnvloedt. Al vaker is er op gewezen dat christenen 'mensen van die weg'ⁱⁱ genoemd werden. 'Die' weg zou je een spirituele weg kunnen noemen.

In Nederland, maar op meer plaatsen in de wereld, is het standaardwerk over spiritualiteit het prachtige boek van Kees Waaijman, *Spiritualiteit. Vormen, grondslagen, methoden*. Waaijman duidt spiritualiteit kernachtig als 'een omvormingsproces in God'.

Voor mij zijn voor het beschrijven van die werkelijkheid die we met spiritualiteit of omvormingsproces in God aanduiden drie aspecten te noemen. Ik kwam ze tegen bij Zuidberg, *De god van de pastor. Onderzoek naar de spiritualiteit van pastores*. En hij baseert zich op de omschrijving van spiritualiteit in J.B.M. Wissink en Th. Zweerman (red.), *Ruimte van de Geest. Over ascese, spiritualiteit en geestelijk leiderschap. (vragen naar ervaringen met protestantse spiritualiteit)*

1. Spiritualiteit drukt zich uit in bepaald gedrag. Daarmee wordt je betrokkenheid op wat je overstijgt zichtbaar en hoorbaar. Dat is de buitenkant. Dat is met name de kant van de ascese.
2. In de tweede plaats geeft spiritualiteit richting aan je leven. Het is te zien als een soort kompas en zo heeft het invloed op je manier van de werkelijkheid waarnemen. Dat is de binnenkant. Dat kun je ook de mystieke kant noemen.

Niet jij, jouw zorgen, idealen enz. staan in het centrum, maar God, de Onuitsprekelijke. Denk weer aan gemis en verlangen.

3. En in de derde plaats verschijnt spiritualiteit als bezieling, levensélan, gedrevenheid die het bestaan 'onder stroom zet'. Spiritualiteit is te ervaren als een dynamiserende kracht.

In mijn woorden: *ik ga uit van spiritualiteit als een manier van leven die geworteld is in een christelijke levensoriëntatie en die beoefend wordt in een praktijk die ontvankelijk maakt voor die oriëntatie en weerbaar maakt voor die manier van leven.*

Al eerder stelde ik dat zorg besteden aan je spiritualiteit bij je professionaliteit hoort en ook dat deze samenleving niet kan zonder vormen van authentiek en uitnodigend geloven. Dat geldt voor de talloze persoonlijke ontmoetingen en voor de grotere verbanden van onze samenleving.

Eind vorige jaar was ik bij een bijeenkomst op de VU waar aartsbisschop Tutu sprak. Dat was in het kader van de instelling van vier leerstoelen waaraan zijn naam verbonden is en die te maken hebben met jeugd, sport en verzoening. Desmond Tutu leeft vanuit een spiritualiteit van verbondenheid, ubuntu is het Zoeloewoord daarvoor. Het ging over werken aan meer kansen voor kansarme kinderen over de hele wereld en in het bijzonder Zuid Afrika. De kern van wat hij zei en uitstraalde was: *We are family*. In Gods Schepping zijn we allemaal met elkaar verbonden. Zou jij je zuster in Afrika, als zij om zuiver water vraagt, dat weigeren? '*We are family*' zegt deze man, de voormalige initiatiefnemer en voorzitter van de Waarheidscommissie in Zuid-Afrika. Daarbij kunnen we iets verstaan van de pijn die dat voor alle betrokkenen betekend heeft. '*Geen toekomst zonder vergeving*' was toen zijn motto. Familie kies je niet uit, maar krijg je, en die opdracht valt niet altijd mee.

In Desmond Tutu ontmoeten we een model van een spiritueel leven dat uitstraalt naar de samenleving.

Iedere kerkelijke gemeente staat voor die uitdaging. Een andere Zuid-Afrikaan, Nelus Niemandt zegt in zijn boek *Nuwe drome vir nuwe werklikhede* dat de kerk in de wereld gezonden is om een verschil te maken. Een kerkelijke gemeente mag in deze samenleving vorm geven aan een heilige ruimte waarin we open kunnen gaan voor Gods weg met deze wereld. Dat is ondenkbaar zonder spiritueel leven dat oriëntatie geeft en inspireert. Voor mensen die daar leiding aan geven, zoals kerkelijk werkers geldt hetzelfde.

3. Hoe doe je dat? Een eigen spiritualiteit ontwikkelen en onderhouden en die beschikbaar stellen voor de mensen die op jouw weg als kerkelijk werker komen. Ieder gaat natuurlijk daarin een eigen weg. Er is niet een model dat voor ieder kan gelden. We zijn een veelkleurige kerk en spiritualiteit is een deel van ieders persoonlijk leven.

Wel kan er iets over gezegd worden vanuit de ervaringsgeschiedenis van spiritualiteit in onze kerken.

- Het kan geen kwaad de eigen spirituele praxis in kaart te brengen. Straks zal ik jullie daar mogelijke richtvragen voor geven die ik in mijn boek over geestelijke begeleiding beschrijf. We vullen die dan in als korte oefening. Ik heb gemerkt dat het een wonderlijke ervaring is om dat met collega's te delen en ruimte te nemen om daar verhalen bij te horen. Ik heb het ook enkele keren met kerkenraden gedaan. Daar bleek bij veel ambtsdragers behoefte aan te zijn.

Uiteraard waren er ook steeds mensen die eerst de kat uit de boom wilden kijken. Maar de meesten vonden het uiteindelijk verrijkend.

- Ik ben van mening dat het bij het kerkelijk werker zijn hoort om zelf in gesprek met een ander aandacht te geven aan onze spirituele weg. Aan Gods weg met ons. Je kunt dat geestelijke begeleiding noemen. In de Anglicaanse kerk is dat eeuwen lang vanzelfsprekend. Veel therapeutische scholen achten het ondenkbaar dat wie als therapeut werkt zelf geen therapie ontvangt. Bij predikanten en kerkelijk werkers in onze kerk lijkt dat wel normaal te zijn. Ook daar gaan we een vorm van uitproberen. Een vorm van onderlinge geestelijke begeleiding.
- Omgaan met de Bijbel en bidden als professionele handeling is niet zonder risico. Bijbel lezen en gebed zijn in de christelijke traditie centrale vormen van toe-eigening. Maar voor jullie en mij zijn het ook taken binnen onze beroepsuitoefening. We bidden op verzoek en voor publiek en lezen de bijbel om er een preek over te kunnen houden, of een goede gedachte mee te geven. Dit productgerichte bijbel lezen en bidden met publiek is uiteraard niet zonder risico voor de weg van geestelijke oefeningen. Het vraagt een extra discipline om zuiver als acte van liefde de bijbel te lezen en te bidden. De lectio divina is daarvoor een beproefde vorm. Daarom zijn we daarmee vanmiddag begonnen. Ik pleit ervoor het proces van voorbereiding van een kerkdienst altijd te beginnen met lectio divina en dat de week door te blijven doen. De praktijk van lectio divina kan ook ons pastoraal handelen kleuren. Dat is een manier van ontvankelijk luisteren dat me richting geeft in het luisteren in een pastorale ontmoeting. Zo kun je vóór een pastorale ontmoeting steeds bewust een kort concentratiemoment zoeken. Even werkelijk stil worden.
- Ruimte nemen voor ontvankelijkheid. Het is nodig in je agenda tijd te nemen voor oefenen in ontvankelijkheid. Dat is een vorm van ascese. Niet de dag beginnen met naar de e-mail te kijken, maar met stilte, luisteren, proeven, ontvangen. De één doet dat door in de studeerkamer een stille plek te creëren, bijvoorbeeld met een gebedskruk en daar de werkdag beginnen. Een ander kiest voor een wandeling, waarin zij of hij niet denkt aan alles wat gedaan moet worden, maar let op alle zintuigen. Voelen hoe je loopt, regendruppels op je wang voelen of de zon, luisteren naar een vogel, letten op de kleur van de bomen enz. Weer aan ander doet aan het begin van de dag bewust iets met aandacht. De afwas na het ontbijt, een kind naar school brengen. Dat dus alleen doen en niet in gedachten aan het werk denken of wat anders dat gedaan moet worden. Zo kun je ook een dag eindigen met stilte. Luisteren naar wat je ziel te zeggen heeft over deze dag.
- Samen met de kerkenraad, met collega's ruimte nemen voor het delen van je spiritualiteit is van betekenis voor onze manier van kerk-zijn in deze wereld. Dat kan bijvoorbeeld invloed hebben op hoe we omgaan met het gegeven dat bijna overal in het Westen de kerken kleiner worden. Ik denk aan een ontmoeting met een kloosterzuster. Zij was gastenzuster en ik had met haar te maken vanwege trainingen die ik in het klooster gaf. Ze vertelde dat zij de 70 was gepasseerd en dat er nog maar één zuster onder de 70 was. Ze moesten zich daarom beperken in het ruimte bieden aan trainingen. Ik vroeg haar of dat haar geen verdriet deed. In deze tijd zijn zoveel mensen blij met de ruimte die kloosters bieden voor bezinning, komen bij je bron enz. Denk aan de uitzendingen van Kruispunt met Leo Fijen in kloosters. Maar tegelijk zijn er steeds minder vrouwen en mannen die intreden en dus vorm geven aan deze heilige ruimtes. Ze keek me vrij aan en zei: 'Nee. Dat doet me geen verdriet. Ik geniet van dit leven.'

En ik zal dat verschrikkelijk missen als ik naar een verzorgingshuis zou moeten. Maar wij leven van de spiritualiteit van de verrijzenis. Voor mij betekent dat dat ik leef met het vertrouwen dat een zaadkorrel in de aarde moet vallen en sterven om veel vrucht te dragen. Ik weet niet wat ik aan vruchten tegenhoud, als ik me vastklamp aan deze vorm van geloofsgemeenschap.' Dat draag ik nog altijd met me mee als ik denk aan de teruggang van onze kerken in deze samenleving. Ik mag met overtuiging genieten van en werken in deze kerk. Maar ik hoef me aan deze vorm van kerk-zijn niet vast te klampen.

Daarom is het van belang in kerkenraadsvergaderingen vergadertijd te benutten voor het delen van spiritualiteit. In het Ouderlingenblad heb ik daar de afgelopen jaren aandacht aan besteed en ik hoop dat te verwerken in een werkboekje voor kerkenraden.

- Dit alles tekent zich af – als het goed is – in de ruimte die je jezelf gunt voor vrije tijd, genieten, ontspannen, kortom, het leven ontvangen als geschenk van de Onuitsprekelijke. Want ook in je besteding van vrije tijd kan je groeien in spiritualiteit. Ik denk bijvoorbeeld aan muziek en lezen van romans. Denk bijvoorbeeld aan Claudel: die kunnen je bewustzijn van de ziel verdiepen, kleur geven.

Alles wat ik nu gezegd heb is niet een vorm van je spiritualiteit organiseren. Ik spreek liever Peterson na die het benoemt als cultiveren. Een vorm van masseren en oefenen.

Tijd nu voor een oefening:

De vraag is: Hoe geven jullie aandacht aan je ziel? Zie de vragen. Ik vraag jullie nu alleen de eerste vraag voor jezelf in te vullen in een korte stilte.

Vervolgens gaan jullie in kleine groepen. Lees eerst voor wat je opgeschreven hebt. Wissel vervolgens uit wat je bij elkaar is opgevallen. Wees benieuwd naar elkaars verhalen en ga daarover in gesprek. Om 15.15 uur drinken we wat en om 15.30 uur zijn we weer plenair.

14.30 uur beschrijven van eigen spiritualiteit en bespreken in kleine groepen.

15.30 – 15.45 uur verwerking in pleno

Beschrijving van Emmauswandeling: ieder krijgt papier.

Verhaal van Palmer

Als opstap naar de Emmauswandeling wil ik een verhaaltje vertellen. Het is ongeveer 2500 jaar oud. En ik leen dat verhaaltje uit een andere traditie dan die waarin wij staan. De taoïstische traditie. Van de leermeester Zhuangzi (één van de drie meesters van het taoïsme, befaamd om zijn gedichten en verhalen. Tao betekent: de weg. Het gaat in het taoïsme om het ondeelbare, onbeschrijflijke principe waar alles uit voortvloeit. Vergelijk ook Yin en Yang.)

Na dat verhaaltje van Zhuangzi lees ik een bijbeltekst en daarna kan ieder van jullie in de Emmauswandeling luisteren naar wat de verhaaltje opriep over aandacht geven aan de ziel. Dat hoeft later niet uitgewisseld te worden. Het is alleen voor jezelf en de ander met wie je wandelt. Je mag het ontvangen als een model voor onderlinge geestelijke begeleiding die je zelf kunt toepassen.

De houtsnijwerker (woodcarver).

Khing, de meester houtsnijwerker, maakte een onderstel voor een klok. Van kostbaar hout. Toen het klaar was, waren allen die het zagen verbaasd en ontzet. Ze zeiden dat het het werk van de geesten moest zijn.

De Prins van Lu zei tegen de meester houtsnijwerker: wat is je geheim?

Khing antwoordde: Ik ben alleen een handarbeider. Ik heb geen geheim. Het is alleen dit: Toen ik begon te denken aan het werk dat u me opdroeg, gaf ik aandacht aan mijn geest; liet die zich niet bezig houden met kleinigheden. Daar ging het niet om. Ik vastte om mijn hart tot rust te brengen. Na drie dagen vasten was ik winst en succes vergeten.

Na vijf dagen was ik lof en kritiek vergeten.

Na zeven dagen was ik mijn lichaam vergeten met al z'n ledematen.

Tegen die tijd waren alle gedachten aan u, Hoogheid, en aan de hofhouding vervaagd, verdwenen.

Alles wat me weg zou trekken van het werk was opgelost.

Ik was verzameld in de enkele gedachte aan het onderstel voor de klok.

Toen ging ik naar het bos. Om de bomen te zien in hun eigen natuurlijke staat. Toen de juiste boom voor mijn ogen verscheen, verscheen ook het onderstel van de klok daarin. Helder, voorbij alle twijfel. Alles wat ik moest doen was mijn hand zijn werk laten doen. En beginnen.

Als ik deze bijzondere boom niet had ontmoet, dan zou er helemaal geen onderstel voor een klok zijn geweest.

Wat gebeurde er? Mijn verzamelde gedachte ontmoette de verborgen mogelijkheid in het bos. Uit deze ontmoeting ontstond het werk dat u toeschrijft aan de geesten.

Lezen: Mattheus 6 vers 31-33: Zoek eerst mijn koningschap

31 Vraag je dus niet bezorgd af: "Wat zullen we eten?" of: "Wat zullen we drinken?" of: "Waarmee zullen we ons kleden?" – 32 dat zijn allemaal dingen die de heidenen najagen. Jullie hemelse Vader weet wel dat jullie dat alles nodig hebben. 33 Zoek liever eerst het koninkrijk van God en zijn gerechtigheid, dan zullen al die andere dingen je erbij gegeven worden.

Om 16.30 uur komen we weer hier.

15.45 uur Emmauswandeling

16.30 uur Zie de tekst na deze lezing: een artikel in Ouderlingenblad uit 2003 over geestelijke begeleiding (toen hoorden de kerkelijk werkers formeel nog niet tot de verantwoordelijkheid van de werkbegeleiding, daarom wordt er alleen over predikanten gesproken).

1. Wat is geestelijke begeleiding?

Vanuit mijn ervaringen en wat ik bij anderen ontdekt heb:

Ik heb het kennelijk nodig dat iemand me uitnodigt of uitdaagt aandacht te geven aan de weg van de Onzienlijke met mij; aan de manier waarop ik daaraan vorm geef in mijn leven; aan de vraag hoe God sporen trekt in deze wereld. Ik heb het kennelijk nodig dat iemand een tijd mijn metgezel of mijn gids is op die weg.

Wat maakt een ontmoeting dan tot geestelijke begeleiding? Je vraag had je wel, maar wat maakt dat je achteraf kunt zeggen dat dit geestelijke begeleiding voor jou was?

Ik noem enkele gezichtspunten. Ik dank ze aan de beschreven werkingsgeschiedenis van de geestelijke begeleiding en mijn persoonlijke ervaring.

- 1) Iemand vraagt een ander als geestelijk begeleider (expliciet of impliciet). Je kunt je zelf niet opwerpen als geestelijk begeleider. De woestijnvaders en moeders deden dat ook niet. Ze trokken zich soms daarvoor terug. Het is zo begeleiding die je niet werd aangeboden, maar je bent een weg gegaan om die begeleiding te vinden. In het pastoraat neem je vaak zelf initiatief als kerkelijk werker. Spannend is hoe in een ontmoeting de ander je als het ware vraagt om geestelijke begeleiding.
- 2) Er is de nodige geestelijke begeleiding die niet als zodanig benoemd wordt. Zelf heb ik ontmoetingen in mijn leven achteraf herkend als een vorm van geestelijke begeleiding.
Dat contact bracht me dichterbij waar het onvoorwaardelijk om gaat, het deed me me toevertrouwen aan wat ik niet zelf kon organiseren, maar wat ik herken als van Godswege.
- 3) Deze begeleiding is niet denkbaar zonder ervaring van de begeleider met de weg als gelovige. Ik ervaar degene die mij begeleidt als betrouwbaar vanwege diens manier van gelovige zijn. Een gids heeft ervaring met de weg en de omgeving. Al is die voor ieder anders. Daarom is het ook nodig dat er bij de begeleider ervaring is met het daarop begeleid te zijn.
- 4) Voor mij geldt dat deze vorm van begeleiding gedragen wordt door mijn meditatief omgaan met de Bijbel. Ik verlang er naar dat aan degene die mij begeleidt te proeven. Lectio divina is voor mij een schatkamer en het staat ook model voor geestelijke begeleiding.
- 5) Ik vind het wezenlijk dat degene die mij begeleidt zich toevertrouwt aan de leiding van de enige werkelijke Begeleider en dat is de Geest van de Ene. Ik ervaar de noodzaak van stilte, van gastvrije ruimte maken voor het onvermoede. Wie begeleidt mag luisteren met een bepaalde oriëntatie: wat ervaar ik als spoor van de Onzienlijke? Ik hoop op onbekommerd aanwezig zijn van de ander. De ander hoeft immers niet alles te begrijpen, te controleren enz.
- 6) In feite betekent dit alles dat degene die begeleiding ontving achteraf zich realiseert dat hij of zij in de ontmoeting dichterbij het ene nodige is gekomen. Dat betekent dat dat wat de begeleider deed of zei geen uitdrukkelijke aandacht hoeft te krijgen. De Onzienlijke is aan het werk. Dat is het enige wat telt. De ontmoeting was in feite een betreden van een heilige ruimte.
- 7) In een ontmoeting kan degene die begeleid is geleerd hebben op een nieuwe manier aandacht te geven aan wat een mens liever verborgen houdt, of waar hij of zij van af wil. Vanaf het begin hoorde het bij de geestelijke begeleiding om tegen de begeleider alles te zeggen wat zich in je leven afspeelde. Ook datgene waar je je voor schaamt, of datgene wat pijn deed als je er woorden voor vindt. Dat is als het ware een oefening in het gaan staan in een ruimte van liefde van God. Juist door alles te zeggen oefen je je in het je geliefd weten. Alles mag er dan immers zijn. Wat je voor God en dus voor jezelf verborgen houdt, kom je tekort aan levenskwaliteit. Wat je verborgen houdt, maakt je onvrij. Beter is de vraag te stellen wat je daarin onvoorwaardelijk aangaat, wat wellicht Gods weg met jou daarin is.
- 8) Je kunt op een nieuwe manier contact gekregen hebben met je innerlijke ruimte, je ziel. Veel van het leven kan je in beslag nemen. Zoveel prikkels zijn er. En zomaar werken we vooral op eigen kracht. Dat put uiteindelijk uit en kan tot burnout leiden.

Hoge idealen die je jezelf stelt, de druk van verwachtingen van anderen voelen, je best doen om jezelf en anderen niet tegen te vallen. Dat alles mat af. Het is goed als je dan ervaren hebt dat je weer bij je spirituele bronnen kunt komen. Dat helpt me om te onderscheiden waarop het aankomt.

- 9) Ik kan een ontmoeting ervaren hebben als een plaats waar mijn wonden omgevormd werden. Niemand komt het leven ongeschonden door. De één krijgt overigens wel meer te incasseren dan een ander. Onze tijd lijkt ons te zeggen dat we koste wat kost onze kwetsuren moeten verwerken. En gelukkig worden mensen geholpen te genezen van pijn uit het verleden. Maar alle wonden kunnen niet weggewerkt worden. De christelijke traditie nodigt uit ons te verhouden tot de pijn van het leven.

We kunnen ervaren dat we niet alleen staan met onze pijn. Levenspijn isoleert. Veel mensen hebben onvermoede kracht ervaren in het verhaal van het lijden van Christus en in de verbondenheid met andere mensen die ook lijden. In geestelijke begeleiding kan op die basis gezocht worden naar wat tegelijk het kostbare kan zijn van wonden. Juist als ik contact heb met mijn gebrokenheid, mijn kwetsbaarheid kan ik menselijker, barmhartiger en milder zijn.

Mijn definitie van geestelijke begeleiding: Een contact waarin iemand een ander als gids aanvaardt op (een deel van) zijn of haar geestelijke weg.

Huisbezoek als vorm van geestelijke begeleiding?

de betekenis van huisbezoek

In de meeste plaatselijke kerken is zoiets als een sociaal netwerk. Hulpverleners zijn daar wel eens jaloers op of verwijzen daarnaar. Ik denk aan ouderlingen en diakenen, predikanten en bezoekers en mensen die elkaar vanuit kerkelijke verbanden kennen. Allemaal voeren ze gesprekken met andere gemeenteleden. De georganiseerde vorm daarvan noemen we huisbezoek. Huisbezoek vindt meestal plaats op initiatief van degene die bezoekt. Soms vragen gemeenteleden zelf uitdrukkelijk om een gesprek met de dominee of een ouderling.

In de kerk zijn we gewend die gesprekken 'pastoraat' te noemen. In de naam van God zien mensen naar elkaar om. Het is een weldaad als er goed naar je geluisterd wordt. Daarom is pastoraat een geschenk aan elkaar.

geestelijke begeleiding en huisbezoek

De laatste jaren duikt ook in de protestantse kerken de term 'geestelijke begeleiding' op. Predikanten lezen boeken over geestelijke begeleiding en laten zich daarin scholen. Wat is dat, geestelijke begeleiding? En wat zou het betekenen als huisbezoek een vorm van geestelijke begeleiding wordt?

wat is geestelijke begeleiding?

Geestelijke leiding of begeleiding is een vorm van contact tussen gelovigen met een lange geschiedenis. De dragende gedachte is dat mensen een geestelijke weg gaan. Leven is meer dan een toevallige aaneenschakeling van gebeurtenissen tussen geboorte en dood. Het kan gezien worden als een weg waarop een mens dichter bij of verder weg van zijn of haar bestemming kan komen. In geloofstaal gezegd kan een mens zijn of haar leven zien als een groeiproces naar God toe.

In dat licht heeft een mens onderscheidingsvermogen nodig om te ontdekken wat hem of haar dichter bij God brengt of juist van de werkelijkheid van Gods liefde vervreemdt. Dat leren is even spannend als leren liefhebben. Een levensweg is eerder een tocht door onbekend gebied dan een vertrouwd ommetje. Op die weg gebeuren niet verwachte dingen en staat een mens soms voor ingrijpende keuzen. Je krijgt van de dokter een moeilijk te verwerken bericht te horen, of iemand doet een ingrijpend beroep op je, of... Dan heb je behoefte aan iets dat richting biedt. Ieders weg kent richtingwijzers, betrouwbare gidsen, oasen, maar ook struikelblokken, valkuilen en onbetrouwbare gidsen. Geestelijke begeleiding vindt plaats in *een contact waarin iemand een ander als gids aanvaardt op (een deel van) de geestelijke weg*. Iemand vraagt en aanvaardt een ander als gids op de eigen geestelijke weg en vertrouwt zich dus (tijdelijk) toe aan diens wegwijzende gezag.

Dat kan zowel plaats vinden in een contact tussen twee mensen als in een groep. Ook kunnen schriftelijke bronnen de functie van een geestelijke gids vervullen en zo ervaren worden als geestelijke leiding. Denk bijvoorbeeld aan Augustinus' Belijdenissen, of boeken van Bonhoeffer en Grün.

Algemeen wordt aanvaard dat de ontstaansgeschiedenis van de geestelijke leiding in de christelijke traditie begint bij de woestijnvaders (tussen de derde en de zesde eeuw). Christenen trokken de woestijn in vanuit verschillende motieven. In die tijd stond ascese (vasten, soberheid, driftbeheersing, onthouding) in hoog aanzien. Filosofen van die tijd waren van mening dat een mens door ascese wijs werd. Bovendien zocht men naar een authentiek leven als gelovige binnen een cultuur waarin het christendom een machtsfactor geworden was. De eerste bekende woestijnvader was Antonius (ongeveer 251-356) die dankzij de levensbeschrijving door bisschop Athanasius van Alexandrië een populaire heilige werd. Deze Antonius inspireerde weer vele anderen tot deze weg. In de woestijn overleven als mens en als gelovige was voor de meeste mensen niet mogelijk zonder een betrouwbare gids. Zo ontstond op een vanzelfsprekende manier geestelijke leiding. Beginners zochten steun bij ervaren reisgenoten. Men vroeg dan ook concrete raad. 'Spreek een woord tot mij'. Men verlangde een richtinggevend woord om niet te verdwalen op deze weg.

wat heb ik als protestant in deze tijd met geestelijke begeleiding?

Ook als protestant weet ik mij verbonden met deze traditie. Achteraf gezien waren en zijn er vormen van geestelijke leiding te onderkennen. Bijvoorbeeld de opvoedende waarde van een gezin, het geestelijk toezicht vanuit de kerkenraad in de vorm van het traditionele huisbezoek en de richtinggevende mogelijkheden van catechese en prediking. Toch ontbreekt in de regel in die vormen het wezenlijke element van geestelijke begeleiding, namelijk de vraag van degene die geestelijke leiding zoekt ('spreek een woord tot mij').

Het is niet vreemd dat de laatste tijd mensen opnieuw een vorm van geestelijke leiding zoeken. Deze tijd vraagt om eigen antwoorden. Kerken bieden minder een breed geaccepteerd kader voor zulke antwoorden. Maar mensen zijn niet minder op zoek naar hun roeping. Wie ben ik ten diepste? Op welke manier kan ik vorm geven aan mijn religieuze verlangen? Hoe kan ik bidden? Wie is God? Hoe verbind ik mij met die werkelijkheid die ik stamelend 'God' noem? Wat betekent dat voor mijn leven? Of voor mijn sterven?

Zulke vragen kunnen een mens brengen tot het zoeken naar geestelijke begeleiding. Het kan zijn dat iemand geestelijke begeleiding ontvangt in een eenmalige ontmoeting. Bijvoorbeeld als het om een levenskeuze gaat.

Meestal wordt in geestelijke begeleiding een langere weg gegaan. Soms in een afgesproken reeks van gesprekken, soms onregelmatig, als er behoefte aan is.

wat gebeurt er in geestelijke begeleiding?

In een gesprek met een geestelijk begeleid(st)er is de oriëntatie altijd 'hoe kom ik dichterbij God?'. Dat betekent dat alles aan de orde kan komen wat te maken heeft met het gaan van de levensweg. Werk, relaties, vrije tijd, crises, dromen, teleurstellingen, gebedsleven, omgaan met de Bijbel enz. Degene die geestelijke leiding zoekt verlangt in de ontmoeting iets te ontvangen wat hem of haar verder brengt op de geestelijke weg. Daarbij geeft de begeleide de ander de autoriteit van een gids op dit deel van de levensweg als gelovige. En dat kan betekenen dat je niet de gemakkelijkste weg gaat. Van degene die geestelijke leiding zoekt wordt ook wat verwacht.

Dat hij of zij bereid is dat avontuur aan te gaan van de ontmoeting met zichzelf, met God (wat je onvoorwaardelijk aangaat) en met deze gesprekspartner. Men moet zich innerlijk voorbereiden op iedere ontmoeting en in gesprek willen gaan met wat de begeleid(st)er aanreikt. Er wordt bereidheid gevraagd zo nodig een lange weg te gaan en gedisciplineerd te willen zoeken en systematisch met zichzelf bezig te zijn. Van de begeleid(st)er wordt ervaring verwacht met de weg waarop hij of zij als gids wordt gevraagd. En ervaring met discipline in het gaan van die weg met God (en dus met vallen en opstaan daarbij). De gids zal vertrouwd zijn met reflecteren op de eigen levensweg als weg naar God toe en zal zelf daarin begeleid zijn. En de gids zal vanuit geestelijke vrijheid onbekommerd zijn. Dat wil zeggen de gids zal iets durven aanreiken, ook als dat confronterend is, zonder al te beducht te zijn. Wie geestelijke begeleiding geeft moet ook beschikken over het vermogen liefdevol te luisteren en te onderscheiden. Bovendien zal een geestelijk begeleid(st)er vanuit een geloofsgemeenschap 'gezonden' zijn. Gids zijn vraagt onderscheidingsvermogen en dat moet altijd weer getoetst worden in gesprek met een concrete geloofsgemeenschap. Geestelijk gezag is niet zonder risico's. Dat kan een mens niet alleen dragen.

huisbezoek als geestelijke begeleiding?

Wat kan het in de praktijk betekenen als huisbezoek gezien wordt als geestelijke begeleiding?

Geestelijke begeleiding is ondenkbaar zonder respectvol luisteren. Maar het kan niet blijven bij luisteren. Huisbezoek als geestelijke begeleiding zal ook niet een soort van geloofsgesprek zijn. Het gaat immers niet om praten over God, maar om het samen zoeken naar Gods weg. Wie zichzelf ziet als mogelijk geestelijk begeleider, hoeft niet ineens iemand anders te worden. Op een huisbezoek blijven dan dezelfde dingen van het gewone leven aan de orde komen. Ook nu kan gemopperd worden over 'de preken van tegenwoordig'. Ook nu kan men zorgen uitspreken over wat er in de grote wereld gebeurt of in het eigen leven. Ook nu kan het gaan over kinderen die zo anders leven dan jij zou willen of de eigen verminderde betrokkenheid bij de kerk. Maar in dat alles let de geestelijk begeleider op 'sporen van God.' Wat kan dit alles te zeggen hebben over Gods weg met deze mens? En in alle onbevangingheid kan die vraag gesteld worden. Wat betekent dit voor jouw relatie met God of liever gezegd voor Gods weg met jou? In zo'n gesprek kunnen afspraken gemaakt worden over hoe iemand weer praktisch vorm geeft aan het eigen geloven. Maar geestelijke begeleiding veronderstelt wel dat de ander je daarvoor gevraagd heeft. Ik zit ergens mee, wil jij met me meedenken?

Ik heb een vraag naar God, wil jij even mijn gids zijn? 'Geef mij een woord', zeiden die christenen in de eerste eeuwen aan iemand die ze zagen als mogelijke gids op hun levensweg. 'Zeg me iets dat me nieuw perspectief geeft', kan nu iemand vragen. In de kerk hebben we het huisbezoek meestal zo georganiseerd dat die vraag niet voor de hand ligt. We komen belangstelling tonen vanuit de kerk. En dat blijft goed en waardevol. Maar misschien kan het ons weer lukken dat mensen beginnen te vermoeden dat er zoiets als geestelijke begeleiding te vinden is. Dat vraagt om kerkenraadsbeleid ten aanzien van het huisbezoek. De kerkenraad kan zich verdiepen in de mogelijkheden van geestelijke begeleiding. De predikant kan zich daarin laten scholen. Zeker kan opnieuw nagedacht worden over wat met huisbezoek beoogd wordt.

Gideon van Dam is predikant voor de werkbegeleiding van predikanten in de SoW-kerken en aan het Titus Brandsma Instituut opgeleid tot geestelijk begeleider. Deze maand verschijnt van zijn hand een boek over geestelijke begeleiding (Dichter bij het Onuitsprekelijke. Over geestelijke begeleiding voor en door pastores).

ⁱ Deuteronomium 6 vers 5, Leviticus 19 vers 18; Mattheüs 22 vers 37-39, Marcus 12 vers 30v, Lucas 10 vers 27.

Opvallend is dat Jezus volgens Mattheüs de drieslag hart, ziel en kracht weergeeft met hart, ziel en *verstand* en dat Hij volgens Marcus en Lucas verstand toevoegt aan de drieslag.

ⁱⁱ Handelingen 9 vers 2. Zie ook 19 vers 9 en 23; 24 vers 14 en 22. Het lijkt in deze teksten een soort geuzennaam te zijn.