

DRIE MANIEREN VAN KIEZEN

Nicolas Standaert S.J.

1. Inleiding

1.1. In ons leven hebben we met veel keuzes te maken. Soms lijkt ons leven een grote supermarkt, waarin we voortdurend moeten kiezen. Sommigen worden zelfs *“moe van het moeten kiezen”*, zoals de titel van een boek luidt. Hoe kunnen we gezonde en goede keuzes doen?

1.2. Voor Ignatius was kiezen ook een belangrijk onderwerp, zo belangrijk dat hij in de *Geestelijke Oefeningen* een apart hoofdstuk wijdt aan de onderscheiding om tot een goede beslissing te komen. Zijn inzichten zullen de referentie zijn voor wat volgt. Voorafgaand kan men erop wijzen dat Ignatius ervan uitgaat dat de persoon die vruchten wil plukken van zijn suggesties, vertrouwd is met een aantal ervaringen en inzichten die samengaan met zelfkennis en innerlijk leven: een ervaring van God in de schepping en in de vergeving, een praktijk van gebed of meditatie, een innerlijke vrijheid, inzicht in de dynamiek van goed en kwaad. Zo een innerlijk leven is dus een goed vertrekpunt.

1.3. Ignatius ontdekte een aantal kenmerken van het doen van keuzes op zijn ziekbed in Loyola. Het is pas vele jaren later, na heel wat innerlijke strijd, dat hij de handleiding neerschrijft. Zijn richtlijnen kunnen glashelder overkomen, maar hij heeft het zelf vaak zeer moeilijk gehad met keuzes. Dat geldt ook voor ons: deze (gedeeltelijke) hertaling van zijn handleiding kan misschien helder zijn, maar keuzes blijven vaak moeilijk.

2. Enkele opmerkingen vooraf

2.1. Kiezen gaat over concrete dingen

- Voor Ignatius gaat kiezen steeds over iets concreets. Als je je afvraagt wat je vanmiddag zal doen, stel je een belangrijke vraag, maar ben je niet aan het kiezen. Je doet wel een keuze wanneer je je afvraagt of je vanmiddag je moeder zal bezoeken, of eerder je schooltaak zal maken of gewoon wat wil genieten. Hierbij kan men opmerken dat het allemaal om goede dingen gaat. De dynamiek van goed en kwaad heeft ons immers geleerd dat er eigenlijk geen keuze is tussen goed en kwaad, je dient altijd te kiezen voor het goede.

- Als je je afvraagt: “Wat ga ik met mijn leven doen?”, stel je eveneens een belangrijke vraag, maar ben je niet aan het kiezen. Je bent wel aan het kiezen als je je afvraagt of je met die man of die vrouw wil trouwen, die job wil aanvaarden (“in de bakkerij van mijn moeder werken of een doctoraat maken”) of naar het buitenland zal verhuizen om een nieuw leven te beginnen.

2.2. Doel en middel

- De vraag “Wat ga ik met mijn leven doen?” is een belangrijke vraag, want ze heeft eigenlijk met het “doel” van je leven te maken. Ignatius legt de nadruk op het onderscheid tussen “doel” en “middel”.

- Volgens Ignatius is het uiteindelijke doel van het leven van elke christen “God in alle dingen te dienen en te beminnen” (*en todo amar y servir*). Hertaald zou je kunnen zeggen dat je alles tot grotere vreugde van God en de mens wil doen. Keuzes zal Ignatius dus altijd in dit breder perspectief plaatsen.

- Het onderscheid tussen doel en middel is ook belangrijk omdat hierin een van de belangrijkste fouten schuilt die je bij het doen van een keuze kunt maken, namelijk de “inversie van doel en middel”. Vaak maakt men de fout eerst te focussen op het middel en daarna pas te kijken of het middel binnen het doel past, terwijl men eerst naar het doel dient te kijken en vervolgens nagaat of het middel daarvoor geschikt is. We spelen dus eerst op de loterij, om veel geld te winnen, en vervolgens ook iets aan de armen te geven. We zouden veeleer moeten nagaan hoe we het beste God dienen en beminnen in de armen en vervolgens nagaan of de loterij daartoe het meest geschikte middel is.

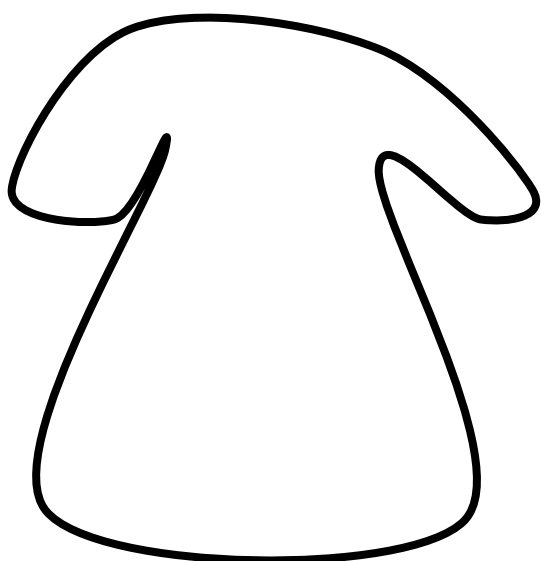
2.3. Veranderlijke en onveranderlijke keuzes

- Ignatius maakt niet het onderscheid tussen “belangrijke” en “onbelangrijke” keuzes. Eigenlijk kun je moeilijk in absolute termen bepalen wat een belangrijke of onbelangrijke keuze is, omdat wat voor jou belangrijk is, voor mij misschien onbelangrijk is. Dat geldt zeker voor “symbolische” keuzes: bv. een klein geschenk voor een geliefde dat geladen is met een betekenis die voor buitenstaanders vaak verborgen is; voor de schenker en ontvanger is dat geschenk zeer belangrijk, voor de buitenstaander onbelangrijk.

- Ignatius maakt wel het onderscheid tussen veranderlijke en onveranderlijke keuzes. Men kan hiervoor een spectrum aanleggen. Een taart kopen is meer veranderlijk dan het kopen van een kledingstuk. Het kopen van een kledingstuk is meer veranderlijk dan de meer onveranderlijke keuze van het kopen van een auto. Een huis kopen is nog meer onveranderlijk. En wanneer je een levenspartner kiest, doe je eigenlijk een onveranderlijke keuze, omdat je ervan uitgaat en hoopt dat die keuze voor altijd is (ook al kan het anders aflopen). Bijgevolg is het belangrijk om vooral bij een meer onveranderlijke keuze, het proces van onderscheiding en keuze maken bewust te doorlopen, terwijl dat minder van toepassing zal zijn op talrijke veranderlijke keuzes in ons dagelijks leven.

3. Drie manieren van kiezen

3.1. De ingeving of het kleed



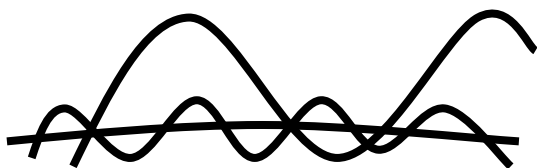
- Een voorbeeld: Veronderstel dat je door een winkelstraat stapt op weg naar een bepaalde bestemming (je bent niet echt aan het winkelen) en je ziet in een uitstalraam een prachtig kleed of jurk hangen, helemaal naar je smaak. Je stapt de winkel binnen en probeert het, en het kleed past helemaal. Het lijkt wel “helemaal voor jou gemaakt”. Bovendien is de prijs redelijk, dus niet aarzelen maar kopen! Je komt thuis en je ingeving wordt bevestigd: je man vindt dat je er stralend uit ziet en je dochters vinden je gewoon schitterend! In dit kleed ben je helemaal jezelf, en je voelt je (h)erkend als jezelf.

- Dit soort keuzes komt ook (eerder uitzonderlijk) voor bij meer onveranderlijke keuzes: het vinden van “de job van je leven en je bent weg”, zoals de reclamespot zegt. Bij sommige koppels was het “liefde op het eerste gezicht”, en ze wisten dat die ander hun levenspartner zou worden. Ignatius haalt de voorbeelden van Paulus en Mattheüs aan, wanneer ze Christus achterna gaan. Zelfs al is deze vorm uitzonderlijk, toch is het belangrijk attent te zijn voor een dergelijke ingeving, ook bij meer veranderlijke keuzes, omdat ze een fundamentele dimensie van het kiezen weergeeft: in feite heb je hier nauwelijks een keuze gemaakt, het lijkt wel of er voor jou gekozen is en dat de keuze voor jou gemaakt is. Het is je gegeven (echte “genade”). Er is geen twijfel mogelijk en alles gebeurt in het nu-moment van een allesdoordringende geestelijke ervaring.

- Net zoals in het voorbeeld van het kleed, wordt deze keuze bevestigd door de reactie van anderen, en je ervaart zelf ook dat het/je goed zit. Op deze positieve bevestiging moet je voortbouwen. Je mag dus ook niet (te veel) twijfelen aan je spontane ingeving en daardoor de keuze later ondergraven, bv. door systematisch na te gaan of de jurk elders toch niet goedkoper zou zijn of beter een andere kleur had gehad. Je mag je ook niet in vertwijfeling laten brengen (er zal altijd wel een puberzoon zijn die vindt dat zijn moeder er misselijk uit ziet). De systematische vertwijfeling is in dit geval meer een teken van de kwade geest dan van de goede geest, die je keuze op een sterke manier bevestigde.

- Het beeld van deze keuze is het kleed: je wordt als het ware “bekleed met de nieuwe mens, die steeds vernieuwd wordt naar het beeld van zijn Schepper” (Kol 3,10). Het is een ervaring waarbij je “ontvangt wie je bent en wordt wie je ontvangt” (St. Augustinus). Jezelf zijn/worden valt hierin voor Ignatius samen met christen zijn/worden.

3.2. Onderscheiding van geesten of de zee



- Voorbeeld: Een studente die haar bachelor gehaald heeft, wil voor haar master een andere studie aanvatten. Ze is enthousiast over dat nieuwe programma; het lijkt haar boeiend en uitdagend en ze straalt ook haar enthousiasme uit. Toch heeft ze ook twijfels: ze doet ook haar huidige studierichting graag en vreest dat ze een aantal vakken zal missen. Bovendien, als ze dan 's avonds thuiskomt bij haar vriend, die de oude studierichting verderzet, zal ze misschien ongelukkig zijn omdat ze met hem niet over hetzelfde kan praten.

- De gemoedstoestanden ("boeiend, enthousiast, vrezen, ongelukkig") van dit meisje bij haar keuze hebben te maken met wat Ignatius " vertroosting" en "troosteloosheid" noemt. Hij had deze "bewegingen" zelf ontdekt op zijn ziekbed in Loyola. vertroosting heeft te maken met de gemoedstoestanden van vreugde, rust, vrede, dynamiek; troosteloosheid met bedroefdheid, rusteloosheid, onvrede, depressie. Deze twee bewegingen vallen niet noodzakelijk samen met "goed" en "kwaad". De dynamiek van goed en kwaad leert ons immers dat het "duiveltje" in ons zeer verleidelijk kan zijn en in eerste instantie de verleiding als iets zeer aangenaams zal voorstellen. Omgekeerd kan men ook ongelukkig zijn bij de afwezigheid van zijn partner, wat op zich een goed teken kan zijn.

- Vandaar dat je bij het maken van een keuze van dit type moet overgaan tot "onderscheiding van geesten". Het doel hiervan is te komen tot een geestelijke vertroosting waarbij je je tot het goede en tot God aangetrokken voelt. Voor Ignatius is innerlijke vertroosting uiteindelijk elke vermeerdering van hoop, geloof en liefde, die innerlijke blijdschap geeft en rust en vrede in God.

- Er zijn concrete manieren om tot onderscheiding van geesten te komen (die hier slechts summier aangegeven kunnen worden). In de eerste plaats dien je je eigen innerlijke bewegingen te observeren en eventueel in een schriftje op te schrijven: wanneer voel je je blij of ongelukkig, rustig of depressief? Hiervoor moet je wel wat tijd en ruimte maken: de smartphone opzij leggen om je in jezelf in stilte te kunnen terugtrekken. Je kan voor deze oefening de methode van de verbeelding gebruiken: in het geval van de studente zou ze zich een week lang kunnen inbeelden dat ze van studierichting verandert en elke dag kijken hoe ze zich voelt; de volgende week beeldt ze zich in dat ze niet van studierichting verandert en onderzoekt ze hoe ze dan reageert: komen hier bepaalde patronen op de voorgrond? Je kan ook het gewicht van de argumenten voor of tegen nagaan. Wees bijvoorbeeld waakzaam voor de "afkeer van verlies", die bij elke onderscheiding meespeelt: meestal schatten we ons verlies om iets achter te laten hoger in dan de winst om iets nieuws te beginnen. Vervolgens ga je na of je de oorsprong van deze bewegingen kan achterhalen: de goede of de kwade geest? Ook het gebed en de overweging van het evangelie kan hierbij een hulp zijn. In vele gevallen zal je er met iemand anders over praten omdat deze conversaties je kunnen helpen om tot je diepere zelf te komen. Het is best een persoon die goed kan luisteren en die je inzicht geeft in je proces en gedachten, eerder dan iemand die je goede raad wil geven of omgekeerd enkel zegt dat "je zelf moet beslissen wat je goed vindt".

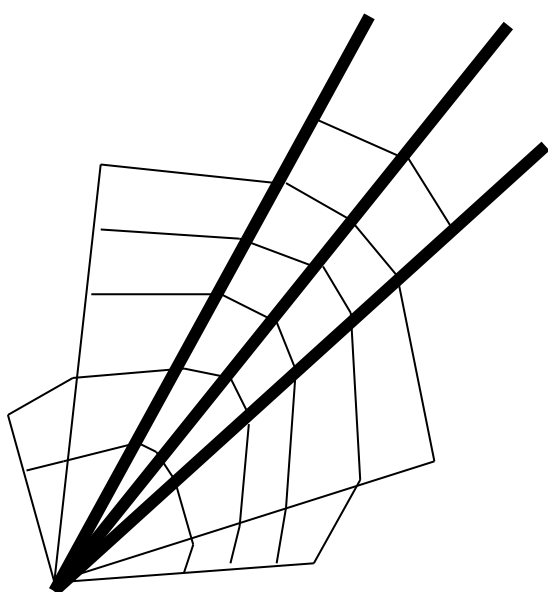
- Het uiteindelijke doel van deze onderscheiding is te ontdekken welke keuze je dichterbij je uiteindelijke roeping brengt. Hiervoor kan men het beeld van de zee gebruiken. Men kan een mens vergelijken met een zee: diep in de zee zijn er zachte, langzame, rustige, vredige stromingen die de zee in een bepaalde richting sturen. Deze onderstroom verwijst naar onze diepere gemoedstoestanden en achtergrondgevoelens, onze e-motieve krachten die een grondbeweging of grondmelodie aangeven. Aan de oppervlakte zijn er echter verschillende situaties mogelijk: het kan er rustig zijn, ook kabbelend en onrustig, er kunnen emotionele stromingen in verschillende

richtingen zijn en zelfs storm. Achtergrondgevoelens hebben een zekere permanentie of continuïteit, omdat ze kunnen aanhouden na de verdwijning van de oorzaak. Wat we voelen als we van blijdschap een gat in de lucht springen bij het vernemen van goed nieuws, is geen achtergrondgevoel. Het is een gevoel aan de oppervlakte, niet een dieptestroom. Het behoort tot het eigene van gemoedstoestanden in de dieptestroom dat ze langer aanhouden dan de situaties die ze teweeg hebben gebracht.

- Het doel van de onderscheiding van geesten is te ontdekken of je keuze beantwoordt aan de dieptestroom en vervolgens of de reacties aan de oppervlakte gelijkgestemd kunnen zijn/worden met die dieptestroom. Je eerste reactie op een uitnodiging kan enthousiast zijn, maar bij nader toezien schenkt de invitatie je geen rust. Omgekeerd kun je misschien eerst ontstemd reageren, maar daarna toch rust vinden. Ignatius benadrukt dat de ware vertroosting van God komt. Om het onderscheid te maken tussen ware vertroosting en schijnroost suggereert hij dat we naar de dynamiek kijken. Bij schijnroost beantwoordt het einde van de dynamiek niet aan het begin en ontstaat er een spanning met de onderstroom. Bij ware vertroosting zijn begin- en eindpunt in harmonie met wat men in zijn eigen verhaal (zijn onderstroom) als Gods werking heeft leren onderkennen.

-Er zijn verschillende manieren om toenadering te zoeken tot onze gemoedstoestand. Heel vaak moet men halt houden: stoppen te doen wat men aan het doen is: onze diepere gemoedstoestanden zijn er altijd, als een achtergrondmuziek of een grondmelodie, men moet “alleen maar” halt houden, zoals op een wandeling in het bos, en men houdt op te stappen, en hoort de wind, de bomen, de vogels, alle geluiden van het bos. Men moet tijd nemen om stil te vallen bij gemoedstoestanden. Men kan ze ook ontmoeten door attent te zijn op de ogenblikken dat ze zich plots ongewild manifesteren: kleine en onverwachte ontmoetingen in het leven van elke dag kunnen een gevoel van vertroosting of troosteloosheid opwekken dat niet de kortstondige reactie is op een gebeurtenis maar een weerslag van de diepe onderstroom. De achtergrondgevoelens zijn het kloppende hart van onze band met de wereld. Je kan ze ook niet echt opwekken, ze zijn er, ze zijn gegeven.

3.3. Redelijke argumenten of het spinnenweb



- Weer een voorbeeld: Je doet je werk graag, je bent tevreden met je job en ook in je gezin gaan de dingen goed. Op een dag roept je baas je met de vraag of je niet voor drie jaar in het buitenland zou willen gaan werken. In je eerste reactie ben je niet verontrust, maar ook niet meteen enthousiast, maar je wil er wel over “nadenken”. Als je thuis komt en je vertelt het aan je vrouw reageert zij op dezelfde manier: ook zij vindt dat jullie er samen over moeten “nadenken”.

- Ignatius noemt deze tijd een “rustige tijd”. In een tijd zonder grote bewegingen doet men een keuze op basis van redelijke argumenten (“nadenken”): men kijkt naar de toekomst en men weegt af wat de beste keuze is.

- Er zijn verschillende praktische manieren om op deze wijze tot een keuze te komen. In de eerste plaats kan je door lijstjes te maken de voor- en nadelen van elke keuzemogelijkheid afwegen: wat zijn de voordelen als je weggaat, en wat de nadelen, en wat zijn de voor- en nadelen als je thuis blijft? Belangrijk is dat je je vrij opstelt tegenover de twee opties. Ignatius noemt dit “onverschillig”, niet in de huidige eerder ongunstige betekenis van “het kan me niet schelen”, maar wel in die van innerlijk vrij worden van alles waaraan men gehecht kan zijn. Je zal dus niet “stiekem” meer negatieve puntjes toevoegen om toch niet naar het buitenland te moeten gaan, terwijl er misschien een duidelijke uitnodiging ligt om wel te gaan. Ignatius stelt dat men zich “in het midden dient te houden, als de wijzer van een weegschaal”, om datgene te volgen waarvan je voelt dat het meer tot de vreugde van God en je eigen geluk en je gezin strekt.

- Om tot een steeds grotere objectiviteit te komen stelt Ignatius nog enkele andere methodes voor, waarbij ook de verbeelding een rol speelt. Veronderstel dat iemand met een dergelijke vraag naar jou toe komt, wat zou je hem dan aanraden? Of een andere voorstelling: veronderstel dat je voor Sint-Pieter komt te staan (of op je sterfbed ligt), zou je dan tevreden zijn met de keuze die je nu gemaakt hebt? Zal je al dan niet spijt over je keuze krijgen? Zal die eventuele spijt een gevolg zijn van je eigen handelen en omdat je er zelf verantwoordelijk voor bent?

- Bij deze manier van kiezen denk je na over wat een gezonde en goede keuze met je toekomst te maken heeft. Hiervoor kan men het beeld van het spinnenweb gebruiken. Het blijkt dat een spin bij het maken van een web met de verste draad begint. Zo zou je ook kunnen stellen dat elke mens drie draden heeft waarrond het web zich zal vormen. Als je nog een extra diploma wil halen, begin niet met wat je volgend jaar gaat studeren, maar denk er eens over na wie je over tien of twintig jaar zou willen zijn. De vraag is *wie* je wil *zijn*, niet *wat* je wil *doen*. Ga eens na waar je het meest belang aan hecht (bv. verbinding met anderen, gezinsleven). Beschrijf eens je talenten (bv. een luisterend oor, een groepsanimator). Deze draden zeggen iets over wie je in wezen bent of wil zijn en helpen bij de keuze of je al dan niet verder studeert. Met deze draden valt of staat het web. Je keuze volgens de methode van de redelijke argumenten zul je aan deze draden toetsen (bv. als gezinsleven één van je draden is, zal je geen job aanvaarden waarin je de hele week afwezig bent en enkel het weekend thuis). Verschillende kleinere draden zullen een andere vorm aan het web geven (afhankelijk van waar en welke job je zal hebben), maar aan de fundamentele draden mag uiteindelijk niet geraakt worden. Het doel blijft steeds hetzelfde: een keuze doen in eenklank met wie je als geschapene bent tot grotere vreugde van God en de mens.

4. Tot slot

- Een keuze doen volgens de ingeving (eerste methode) is vrij uitzonderlijk; de keuze volgens de onderscheiding van geesten (tweede methode) en die volgens de redelijke argumenten (derde

methode) komen frequent voor. In feite zullen vele keuzes gebeuren door een combinatie van de tweede en de derde methode: een keuze volgens de tweede methode kan bevestigd worden door de keuze te doen volgens een van de manieren van de derde methode.

- De bekleding met de nieuwe mens, de onderstroom in de zee of de hoofddraden van het spinnenweb duiden uiteindelijk allemaal op hetzelfde. Ze hebben allemaal te maken met een fundament of een doel (cf. de vraag "Wat ga ik met mijn leven doen?" in 2.1.). Je kunt dit fundament of doel op verschillende manieren omschrijven: de droom die jij hebt over je leven, de droom die God heeft over je leven, je diepste verlangen, de wens om volgens het evangelie te leven, liefde, enz. Voor Ignatius vallen Gods droom over je leven en je eigen droom over je leven uiteindelijk samen: je kunt er innerlijke vrede en rust in vinden tot meerdere vreugde van God en de mens. Ook als je niet voor een keuze staat kan je je oefenen om inzicht en ervaring te verkrijgen in verband met de nieuwe mens, de onderstroom en de hoofddraden. Je moet er wel tijd, ruimte en stilte voor maken. Deze oefeningen gaan aan de keuzes vooraf en liggen aan de grondslag ervan.