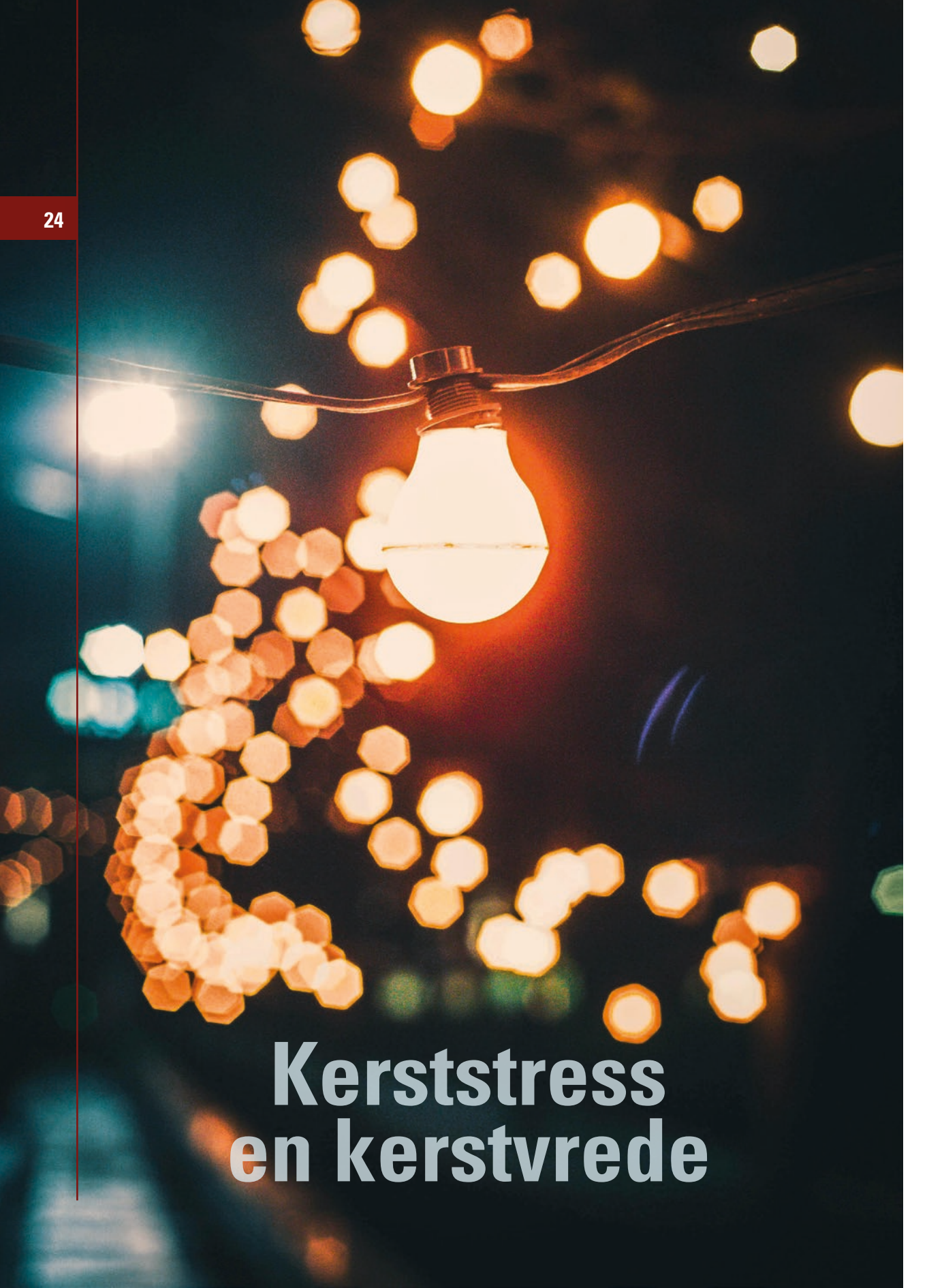




Kerststress en kerstvrede

Kersttijd wordt in ons gezin altijd heel serieus genomen. Al vanaf de zomer beginnen de eerste vragen, en soms ook discussies: Vanaf wanneer mag de kerstmuziek aan? Wanneer zetten we de boom? En die bij oma dan? Wanneer komt de kerststal in het dorp? Krijg ik één groot cadeau of liever veel kleintjes?

De planning rond krijgen is elk jaar weer een uitdaging. In een groot gezin is er altijd wel iets: familiefeesten, bezoeken bij de meters en peters van de kinderen, een cultureel uitstapje (want dat hoort er ook bij), tweedehands cadeautjes verzamelen om de kosten te drukken. Kerst-examens die zorgen voor stress bij zowel de kinderen als de leerkracht in huis, en natuurlijk de vele activiteiten in de kerk. En alsof dat nog niet genoeg is: in november én december vierden drie van onze kinderen hun verjaardag.

Help. Alleen al van het opsommen word ik moe. Ik wil het anders. Maar hoe?

De perfecte oplossing heb ik nog niet gevonden, maar ik heb wél geleerd hoe ik niet kopje onder ga in de decemberdrukke.

Tip 1: Sluit sociale media een tijdje af. Het scheelt enorm in de verwachtingen die je hebt van hoe mooi en perfect alles zou "moeten" zijn.

Tip 2: Durf nee te zeggen. Natuurlijk klinkt een winterwandeling leuk, of een uitgebreid vijfgangendiner. Maar moet het echt?

Tip 3: Herinner jezelf aan je focus. Wat vind je écht belangrijk?

Ik vergeet het vaak, laat me meeslepen in gedoe dat eigenlijk weinig toevoegt. Maar telkens keer ik terug naar de kern van Kerst: het wonder dat God mens werd — klein, kwetsbaar, dicht bij ons. In dat kind in de kribbe zie ik geen verre, onbereikbare God. Maar een liefde die onze wereld binnenstapt: eenvoudig, zacht en vol hoop.

Zolang ik dat voor ogen houd, vult de decembermaand zich vanzelf met warmte. Niet omdat alles perfect verloopt, maar omdat het Licht, hoe druk het ook is, altijd weer de weg naar mijn hart weet te vinden.

Reninca D'Joos



Online lezen of delen