



December 2025 | Harold Stevens | Preventie

KERSTBOODSCHAP: HET KIND ALS BOODSCHAPPER VAN LIEFDE

Met Kerst vieren we de geboorte van een kind. Een nieuw leven dat de wereld binnenkomt in kwetsbaarheid en eenvoud. Al eeuwenlang raakt dit verhaal mensen, over culturen en tijden heen. Het spreekt tot ons omdat het iets herinnert wat diep in ieder mens leeft: dat liefde voorafgaat aan alles. Aan overtuigingen. Aan oordelen. Aan strijd. In de christelijke traditie wordt de geboorte van Jezus gevierd als de komst van een verlosser. Wie dit verhaal symbolisch leest, ziet

daarin een uitnodiging aan de mens om innerlijke conflicten te laten rusten en terug te keren naar liefde voor zichzelf en voor het leven.

Het kind als herinnering

Een kind wordt geboren in open verbinding. Het leeft nog dicht bij zijn gevoel, zijn lichaam en zijn omgeving. In die openheid weerspiegelt het vaak feilloos wat er in zijn wereld leeft. Spanning, onrust en innerlijke verdeeldheid blijven zelden onzichtbaar.

Misschien mogen we een kind daarom zien als een boodschapper.

Een stille herinnering aan wat in ons aandacht vraagt. Een uitnodiging aan ouders, en aan de mensheid als geheel, om zichzelf met mildheid te ontmoeten. Wanneer mensen zichzelf onder druk zetten, zichzelf afwijzen of voortdurend in innerlijke strijd leven, raakt dat het geheel. Het kind laat zien waar de stroom stopt, eenvoudigweg door te zijn wie het is.

De geboorte van verlossing

Het kerstverhaal vertelt niet alleen over de geboorte van Jezus, maar over de geboorte van bewustzijn. Over het moment waarop liefde zichtbaar wordt in menselijke vorm. In die zin wordt met ieder kind de mogelijkheid geboren om te herinneren wie we in wezen zijn.

Liefde als helende beweging

Diezelfde waarheid klinkt door in het verhaal van Anita Moorjani. Tijdens haar bijna-doodervaring ontdekte zij dat haar ziekte samenhang met een diep gebrek aan zelfliefde. Haar herstel begon toen zij zichzelf volledig toeliet, precies zoals zij was. Haar ervaring wijst op iets wezenlijks: waar zelfliefde stroomt, ontstaat ruimte. Waar ruimte ontstaat, kan het leven zich herstellen.

Een uitnodiging voor deze wereld

Misschien vraagt deze tijd om vertraging. Om aandacht. Om het opnieuw leren luisteren naar wat in ons leeft. ***Het kind — in de kribbe, in onze gezinnen, in onszelf — herinnert ons aan de kracht van onvoorwaardelijke liefde.*** Wanneer mensen zichzelf leren dragen met zachtheid, vermindert de innerlijke strijd. Wanneer innerlijke strijd afneemt, verandert de wereld vanzelf mee. Dát is mi de stille boodschap van Kerst.

Deze tekst is geïnspireerd op een gedeelte uit het hoofdstuk "Onschuldig lijden: over het lijden van een kind" uit mijn boek [De droom van Ha'adam](#). Moge deze kerst ons helpen herinneren wie we zijn, en wat werkelijk helend is.

HAROLD STEVENS



AUTEUR HAROLD STEVENS | COLUMNS | 200825

Harold Stevens is ondernemer, auteur van het boek "[De droom van Ha'adam](#)", psychosociaal therapeut, trainer en coach voor de vitaliteit en het welzijn van mens en organisatie.