



*Maranatha Mare*

*maart 2024*

*Jaargang 51 No 2*

## *Veertig dagen*

~

## *Veertig zinnen*

Veertig dagen de kruisweg door  
in Jezus spoor  
veertig dagen naar Hem kijken  
elke dag meer op Hem lijken  
veertig dagen vergeving vragen  
Zijn kruis dragen  
dagelijks schuld belijden  
met de zonden strijden

Veertig dagen mee  
naar Gethsémané  
bespot, geslagen, veracht  
in de donkere nacht  
vallen en weer opstaan  
struikelend, verlangend meegaan  
veertig dagen verwondering  
stilte in bezinning

Veertig dagen bidden  
om Jezus in ons midden  
veertig dagen geloof opwekken  
meer van Jezus ontdekken  
veertig dagen waken  
een geloofsreis maken  
veertig dagen dicht bij Hem  
volg Zijn stem

Veertig dagen met Jezus alleen  
om het kruis heen  
in aanbidding  
we horen Zijn smeking  
Mijn God, Mijn God  
waarom verlaat U Mij  
wat een liefde, wat een trouw  
Mijn kind, het is voor jou

Dat Hij gestorven is  
Hij koos de duisternis  
voor het licht  
geeft ons Hemels uitzicht  
veertig dagen kwetsbaar  
eeuwig dankbaar  
voor het wonder  
van genade zo bijzonder!

*Leo Heuvelman*  
*christelijkegedichten.com*



## Lang zal ze leven in de gloria

Op 26 februari is ze 100 geworden – Catrien de Wee. Op zondag 25 februari konden we met zijn allen vieren bij de kerk: haar familie van Johannesburg en Canada, haar geloofsfamilie van de Maranatha Kerk.

Toen we bedachten wát we in de kerk met de mededelingen zouden doen en wát na de dienst boven in de zaal, vroeg iemand op Afrikaans: “Ons sing darem seker vir haar: *Veels geluk, liewe maatjie?*”

Daar had ik geen zin in: het kinderliedjie dat ook gezongen wordt voor volwassenen en voor ouderen die helemaal geen “maatjie” zijn. Wij zingen “Zegen haar, Algoede” in de kerk met orgel en “Lang zal ze leven” boven in de zaal bij het feestje, zei ik.

“Lang zal ze leven” is toch een waardig lied. Met “in de gloria” daarbij. Maar toen moest ik ook wel bedenken of dit gepast is voor een 100-jarige. Zij heeft het al gedaan, héél lang geleefd. Wensen we haar dat nog toe? Wat het ook zou betekenen voor iemand van haar leeftijd, we zingen het tóch, want dit is “traditie”!

Zegt Catrien zelf vaak: ze is niet zeker of een lang leven een *zegen* is of niet. Het gaat vrij goed met haar. Een beetje artritis in de handen en minder goed evenwicht, maar anders niets te klagen. En toch ... ze is niet zeker of een lang leven echt een *zegen* is.

Daar hebben mensen verschillende meningen over. Toen ik mijn familie vertelde van de honderdjarige in mijn gemeente die elke zondag naar de kerk komt, kwam het van mijn 90-jarige moeder: “Kan ze zo lang in een kerkbank zitten?” Haar kleinzoon van 30 jaar vindt: als hij zo gezond zou zijn, zou hij dat ook wel willen.

Daar heb ik een Nederlandse uitdrukking voor die ik ook veel mooier vind dan het Afrikaanse equivalent: “Nou, dat hoeft voor mij niet, hoor!” Het antwoord op deze discussie komt ook op heel mooi Nederlands: “Dat heb je niet voor het zeggen!”

Een lang leven van je sóms gezegend voelen en sóms niet, heeft wel het voordeel van wat het Engels noemt *hindsight*. Terug schouwend op een lang leven zien we het groter beeld veel duidelijker dan wanneer we nog proberen het allemaal uit te zoeken. En, vind ik terug schouwend op de leeftijd van 67 jaar, dat geheelbeeld is een wonder – hoe het allemaal terecht kwam. Dan

moet ik zeggen: gezegend! Misschien zit er toch wel iets van “gloria” in “lang zal die leven”?

Het gedicht van Elisabeth Eybers, in Zuid-Afrika geboren en op 92 in Amsterdam gestorven, verwoord een “anders zien”:

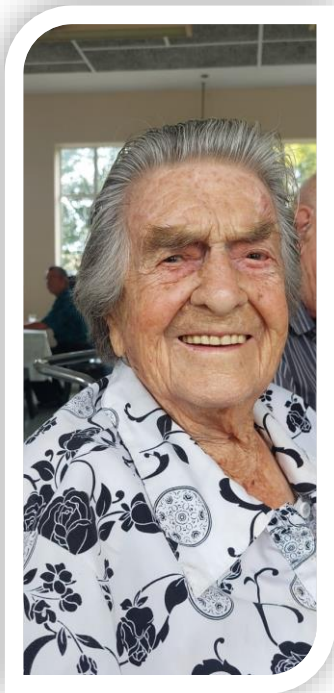
### ***Die gebed van verstarrende siele***

*Maak ons onsterflik vir één enkele uur,  
gee ons die dwaasheid van één blinde daad!  
Die oë wat nie speur na doel of duur,  
maar, wyd en koorsig in 'n wit gelaat,  
alleen die vlamme van die oomblik vang  
sonder om oor die later al te treur,  
'n kreet wat in die lome lug sal hang  
soos bloedrooi rose in a waas van geur.  
Ons harte was nog nooit só stil, só bloot ...  
Die donker styg rondom ons soos 'n muur,  
'n skeidsmuur tussen ons en lewe-en-dood  
waaroor ons in die nanag saggies praat ...  
Maak ons onsterflik vir één enkele uur,  
gee ons die dwaasheid van één blinde Daad!*

## **Yolanda Dreyer**

### **Gemeentenieuws**

In de Lijdenstijd 2024 mochten wij op 25 februari, de tweede lijdenszondag, zondag Reminiscere herdenken, maar ook een zegenbede zingen voor Catrien de Wee voor haar 100ste verjaardag. De familie van Catrien: haar zoon Lourens uit Canada met zijn dochter erbij en de kleinkinderen en achter kleinkinderen waren er ook. De mooie bloemen in de kerk gingen uiteraard naar Catrien, Tanya had een gedicht geschreven en droeg die voor, en Johan speelde 3 bijzondere orgel stukken voor Catrien. Na afloop was er koffie boven in de zaal, met een grote verjaardagtaart en heerlijke hapjes.



### **Honderd spore**

Ek skryf vir jou 'n kaalvoet gedig, Catrien, soos Antjie eenkeer vir haar ma geskryf het. Jy is nie my ma nie, maar jy herinner my aan my ouma:

Nie omdat jy oud is nie  
en nie omdat jy 'n ouma vir my is nie.

Nee -

soos my ouma, het jy *a stubborn refusal* om oud te word – nee – om “oud” behandel te word.

Daar is 'n verskil:

Jy protesteer teen verkalkte are,  
grys hare,  
en mense wat jou “tannie” noem.

Jou stok keer dat inbrekers jou skade aandoen.  
Jou staf is simbool dat jy op wysheid kan roem.

Jy simboliseer verganklikheid én standvastigheid  
Jy daag die horlosie uit.

*Do not go gentle into that good night,*  
skryf Dylan Thomas in 1951.

Jy was toe reeds 27 jaar oud.

Hy het geskryf oor “men”, “who at their end”:

“know their words have forked no lightning”;  
“cry how bright their frail deeds  
might have danced in a green bay”;  
“learn too late, they grieved the sun on its way”.

*Well, Catrien: you are no man,  
and behaving like the men in Dylan's poem  
is simply not in your nature.*

*Your stubborn refusal is a battle-cry:  
against ageist prejudice  
against the constructs of time and health.*

Daarom, 'n kaalvoet gedig:  
'n verhaal sonder omhaal van woorde,  
oor voete wat ver geloop het,  
en diep spore getrap het.

Dít is jy.

**Tanya van Wyk - 22 Februarie 2024**



### **Paasontbijt**

Wij nodigen u uit om een paasontbijt te komen genieten op Paas zondag 31 maart om 8:30 's morgens, boven in de zaal.

Als u van de partij wil zijn, geef u naam svp door aan

Emmy, Joke of Ellen.

### **DE GESCHIEDENIS VAN SCHRIKKELDAG**

*Vandaag zijn sommigen eindelijk weer eens jarig. Het is dan 29 februari, schrikkeldag. Het jaar duurt ditmaal 366 dagen, in plaats van 365. In 46 voor Christus werd deze extra dag ingevoerd door Julius Caesar met doelbewuste redenen.*

#### **Schrikkeljaar**

De term 'schrikkeljaar' komt van het Middelnederlandse scricken, wat oorspronkelijk 'met grote passen lopen' of 'springen' betekende. De correctie op de jaarkalender werd al in de Romeinse tijd bedacht. De Romeinse kalender telde slechts 355 dagen. Elk tweede jaar werd er een maand van 22 of 23 dagen ingevoerd om de afwijking recht te trekken. Julius Caesar wilde dit vergemakkelijken, en stelde een kalender van 365 dagen in met elke vier jaar een extra dag na de 28e februari. De astronoom

Sosigenes had de berekeningen hiervoor uitgevoerd.

Onze gregoriaanse kalender, ontstaan in 1582, is een verfijning van de Juliaanse en nam het schrikkel principe over.

### **Tropisch jaar**

Een tropisch jaar is de tijd die de aarde nodig heeft om tijdens haar baan om de zon van lentepunt naar lentepunt te draaien. Dit duurt niet exact 365 dagen, maar 365 dagen, 5 uur, 48 minuten en 45,1814 seconden. Zou men toch stipt 365 dagen aanhouden, dan zouden we elke vier jaar bijna een dag tekort komen: 23 uur en 15 minuten. Op de langere duur zouden de seizoenen volledig verschuiven ten opzichte van de kalender.

### **Schrikkeldag**

Schrikkeldag compenseert dit tijdsverschil door elke vier jaar 24 uur toe te voegen. Dit is echter weer een hypercorrectie: zo'n 45 minuten teveel. Bij de invoering van de gregoriaanse kalender loste men dit op door bij elke eeuwwisseling die niet deelbaar is door 400 de schrikkeldag achterwege te laten. Zo was er een schrikkeldag in 2000, maar niet in 1900. Bij de Juliaanse kalender vond de speciale deling voor de eeuwwisseling nog niet plaats, waardoor men in 1582 tien dagen achter liep. De ontwerper van de Gregoriaanse kalender, paus Gregorius XIII, liet daarom de tijd in één klap van 4 naar 15 oktober gaan. Mathematisch gezien is dit echter nog niet perfect: elke 400 jaar verliest de cyclus alsnog 0,1 dag. Hierdoor loopt men elke 100 jaar zo'n drie kwartier vooruit. Na een aantal millennia zal er daarom een extra correctie moeten komen.

### **Tradities en bijgeloof tijdens schrikkeldag**

Een bijzondere dag als schrikkeldag, heeft op veel plekken ook geleid tot hele eigen tradities. Zo zouden volgens een Ierse traditie op schrikkeldag vrouwen een man ten huwelijk mogen vragen. De man die op schrikkeldag een aanzoek krijgt, zou dat aanzoek niet mogen weigeren, doet hij dat wel dan zou er volgens Iers gebruik een financiële compensatie moeten volgen. In Schotland en Denemarken volstaat bij weigering een handschoen, zodat de afgewezen dame kan verhullen dat zij geen ring draagt. In Schotland zouden dames die op schrikkeldag een aanzoek willen doen, dat al op voorhand kenbaar maken door een rode rok te dragen.

Naast tradities zijn er ook allerhande bijgeloven ontstaan rondom schrikkel dag. Volgens de Schotten is een schrikkeljaar slecht voor het vee, terwijl de Duitsers geloven dat een schrikkeljaar een koud jaar wordt.

<https://isgeschiedenis.nl/nieuws/de-geschiedenis-van-schrikkel-dag>

## **Wat is ChatGPT?**

*ChatGPT is een kunstmatige intelligentie-model ontwikkeld door OpenAI. Het is getraind om menselijke aandoende tekst te genereren op basis van de ingevoerde informatie. Je kunt het zien als een virtuele gesprekspartner, die vragen kan beantwoorden en discussies kan voeren over een breed scala aan onderwerpen.*

De afkorting GPT staat voor 'Generatieve Pre-trained Transformer'. Deze AI-tool is vooraf getraind met miljarden tekstvoorbeelden, die worden omgezet in resultaten. Door *machine learning* leert deze tool bij op basis van de ingevoerde data.

Voor onze Catrien die 100 jaar oud is, schreef Tanya en ChatGTP een gedicht voor Catrien:

*Op de 26ste februari, een eeuw terug geboren,  
Catrien, trots en sterk, een leven met sporen.*

*Humor in haar ogen, een lachende schijn,  
In haar negentig, nog zelf achter het stuur, zo fijn.*

*Van Nederland tot aan Zuid-Afrika's kust,  
Getuige van tijd, van oorlog en rust.*

*Een eeuw ook getuige van wereldse strijd:  
Van koningswisseling tot technologische tijd.*

*Haar wandelstok, symbool van kracht,  
In haar hand, een schild 's nachts.*

*Ouderdom brengt wijsheid, maar de geest blijft jong,  
In haar hart zingt nog een levenslied, vol lofzang.*

*De kerk, haar anker, haar geloof ongekrenkt,  
Een leven vol liefde, door het geloof geschenkt.*

*Catrien, een vuur, een heldere vlam,  
Op haar honderdste, een legende, een stam.*

*Op jouw honderdste, Catrien de Wee,  
Een ode aan een leven, rijk als de zee.*

## **I'm a 102-year-old doctor. Here are my 5 L's for living a long, fulfilling life**

Dr. Gladys McGarey is a 102-year-old doctor with a passion for what she refers to as “living medicine.” She encourages her patients to look “at disease and pain as teachers” to understand what illnesses are showing them about their bodies and find the best ways to heal.

McGarey is also the author of “The Well-Lived Life: A 102-Year-Old Doctor’s Six Secrets to Health and Happiness at Every Age.”

“My decades of experience in holistic medicine has taught me a lot about how to live a long, happy and purposeful life,” she tells CNBC Make It.

Some practices that McGarey incorporates in her daily routine are:

- Getting 9 hours of sleep a night
- Spending time with loved ones and building community
- Continuing to live in her purpose beyond the age of 100
- Walking 3,800 steps each day
- Avoiding smoking or drinking alcohol

In addition to her daily practices, McGarey also has a set of principles that contribute to her longevity and her happiness. She refers to them as the five L’s.

“You have to feel and know life is there to be lived. You have to live it,” she says.

The five L’s that McGarey follows for a long and happy life are

1. **Life itself:** “As you pay attention to life itself, life is like a seed. It has a shell around it. It has all the energy of the universe within it,” says McGarey. But life can’t change for the better without being activated by us first.
2. **Love:** “Love is the activating factor. It cracks the shell,” she says. “It’s the whole aspect of life as we come into it and take our first breath.” Love feeds into the remaining aspects of what makes life meaningful.
3. **Laughter:** “Laughter without love is cruel. It’s mean and cold,” McGarey says. “But laughter with love is joy and happiness.”
4. **Labor:** “Labor without love is drudgery. ‘I gotta go to work’ or ‘They’re too many diapers,’” she says. “Labor with love is bliss. It’s why a singer sings, why a painter paints, why I became a doctor. It’s what juices you up. It’s what makes you really know: ‘This is

who the inner core of me is.” Pay attention to what drives you, she adds.

5. **Listening:** “Listening without love is empty sound,” says McGarey. “But listening with love is understanding.” When you’re able to find people who understand you and what your purpose is, life becomes more fulfilling and you can go on to do the same for others.

But life isn’t always easy, McGarey points out. When you’re faced with tough times: “Just don’t get stuck. Or if you do get stuck, start looking for the light. It’s always there,” she adds.

“You just have to keep looking for it.”

<https://www.cnn.com/2023/06/08/5-Is-for-living-a-long-fulfilling-life-from-a-102-year-old-doctor.html>

<b>Dienstrooster maart 2024</b>			
	<b>zondag 3 maart</b>	<b>zondag 10 maart</b>	<b>zondag 17 maart</b>
<b>1</b>	Ferry vd Kuil	Emmy Reinten	Frouk Smal
<b>Bloemen</b>	Ellen vd Kuil	Rietje Spoon	Emmy Reinten
<b>Koffie</b>		Priscilla Ndlovu	
	<b>zondag 24 maart Palmpasen</b>	<b>vrijdag 29 maart Goede Vrijdag</b>	<b>zondag 31 maart Paasfeest</b>
<b>1</b>	Klaas-Jan Leeuw	Ferry vd Kuil	Hilda Herholdt
<b>Bloemen</b>	Frouk Smal	Geen bloemen	Peggy Mijne

<b>Agenda maart 2024</b>		
<b>zondag 3 maart</b> <b>3<sup>de</sup> lijdenszondag</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer
<b>dinsdag 5 maart</b>	9:00-13:00	Kerkkantoor
<b>zondag 10 maart</b> <b>4<sup>de</sup> lijdenszondag</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer Koffiedrinken
<b>dinsdag 11 maart</b>	9:00-13:00	Kerkkantoor
<b>zondag 17 maart</b> <b>5<sup>de</sup> lijdenszondag</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer
<b>dinsdag 19 maart</b>	9:00-13:00	Kerkkantoor
<b>zondag 24 maart</b> <b>Palmpasen</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer
<b>dinsdag 26 maart</b>	9:00-13:00	Kerkkantoor
<b>vrijdag 29 maart</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer Avondmaal
<b>zondag 31 maart</b>	8:30 10:00	Paasontbijt Eredienst Ds. Y Dreyer

<b>Verjaardagen maart 2024</b>		
<b>vrijdag 1 maart</b>	Lenè Fourie	
<b>vrijdag 1 maart</b>	Joke de Jong	072 443 3535
<b>zaterdag 2 maart</b>	Gitta Leeuw	012 661 2247
<b>zondag 17 maart</b>	Jan-Willem Hoorweg	082 557 0047
<b>woensdag 20 maart</b>	Klaas-Jan Leeuw	072 567 4089
<b>vrijdag 22 maart</b>	Marco Biancho	
<b>zondag 24 maart</b>	Ruben Andeweg	
<b>woensdag 27 maart</b>	Jacobus Bakkers	082 850 9401

<b>MARANATHA KERK</b>	
<b>Webadres</b>	<a href="http://www.nlgemeente.co.za">http://www.nlgemeente.co.za</a>
<b>Facebook</b>	<a href="http://tinyurl.com/FBMaranatha">http://tinyurl.com/FBMaranatha</a>
<b>Straatadres</b>	Sherborneeweg 3, PARKTOWN
<b>Postadres</b>	Nederlandsprekende Gemeente Postbus 84552 GREENSIDE 2034
<b>Predikante</b>	<b>Ds Yolanda Dreyer</b> 012 348 9850 / 082 893 2104 <a href="mailto:yolanda.dreyer@up.ac.za">yolanda.dreyer@up.ac.za</a>
<b>Kerkkantoor</b> <b>Dinsdag ochtend</b> <b>09h00 – 13h00</b>	Joke de Jong 072 443 3535 <a href="mailto:nlgemeente@mweb.co.za">nlgemeente@mweb.co.za</a>
<b>Bank Details</b>	Beneficiary: Ned. Hervormde Kerk Nedbank Current Account 1979 316872 Branch: Nedbank Fox Street, Code 190805 Code 198765 for online payments
<b>Scriba</b> <b>Redactrice Mare</b>	Ellen van der Kuil 011 478 1082 / 083 626 3272 <a href="mailto:evdkuil@gmail.com">evdkuil@gmail.com</a>
<b>Kassier</b>	Marco van Wieringen 011 442 9696 <a href="mailto:marcovw@mweb.co.za">marcovw@mweb.co.za</a>
<b>Koster</b>	Ferry van der Kuil 011 478 1082 <a href="mailto:estruct@iafrica.com">estruct@iafrica.com</a>
<b>Organist</b>	Johan van Staden 082 928 5874 <a href="mailto:jvstaden@protonmail.com">jvstaden@protonmail.com</a>