



*Maranatha Mare*

*maart 2025*

*Jaargang 52 No 2*

## **Aswoensdag: Een askruisje op je hoofd?**

Als hout brandt wordt het as.  
Er blijft niets over dan een beetje grijze stof.  
De warmte komt uit het hout.  
Dat ken je wel van een haard of een kampvuur.

Als de as in de aarde ligt  
en als de zon nieuwe warmte geeft aan de aarde  
kan uit de as een nieuw plantje groeien.  
Maar het heeft wel de warmte nodig van de zon.

Op Aswoensdag zeggen wij:  
Ik verbrandt alles wat niet goed was tot as.  
Ik breek het kwade af.

Maar ik wil ook iets goed doen.  
Ik wil het goede weer opbouwen.  
Ik wil nieuwe warmte geven:  
dan kan het goede groeien  
zoals een nieuw plantje uit de as.

Als ik dus een askruisje op mijn voorhoofd krijg, zeg ik:  
"ik wil het slechte weg,  
ik wil bouwen aan het goede, heel de vasten lang."

*<https://www.theobaldusparochie.nl/lit-tekst07.html>*

## **‘Het evangelie van ontspanning’ en humor**

Een schotse arts die Amerika een keer in de 19<sup>e</sup> eeuw bezocht, Thomas Smith Clouston, zei over de Amerikanen:

‘Jullie gezichten tonen veel te veel uitdrukking. Jullie leven als een weermacht in voortdurende actie. De meer uitdrukkingloze gezichten van de Britse mensen getuigen van een beter levensschema. Dit geeft de indruk dat er kracht achter zit – een kracht die voor hen beschikbaar is wanneer ze dit nodig hebben. Die onverstoorbaarheid, de stille tegenwoordigheid van kracht, biedt bescherming. Jullie ervaren de triviale momenten van het leven met veel te veel intensiteit.’

Een Amerikaanse collega in mijn vak, Donald Capps, schrijft in zijn 2016 boek, *Humor us: An appeal for the Gospel of Relaxation*, dat de Amerikanen sindsdien nog niet veranderd zijn. Ze leven steeds als een ‘weermacht in voortdurende actie’. Dit betekent dat ze voortdurend aan het oorlog voeren zijn. Dit wordt dan oorlog tegen zichzelf. Ze zijn gestrest, angstig, gespannen en zenuwachtig.

Dat ze inmiddels tot de *kennis* zijn gekomen dat het zo is, maakt niet veel uit. Deze kennis geeft wel een beter inzicht, maar doet er niets toe om het probleem op te lossen. Integendeel, mensen met die kennis kunnen zich er juist gewoon in berusten: zo is het nu eenmaal, niks aan te doen!

Óf die kennis kan hen inspireren om daar wel iets aan te doen. Maar de *manier* waarop ze dat proberen, kan gewoon leiden tot meer stres, angst, spanning en zenuwachtigheid – het móét me lukken, ik móét het beter doen!

*The Gospel of Relaxation* was de titel van een 1896 rede van een bekende Amerikaanse psycholoog en filosoof, William James. Dit was zijn remedie tegen de intensiteit en de snelheid van alles in Amerika – toen al, eind 19<sup>e</sup> eeuw. De Amerikanen zullen leren om te relaxen, vond hij.

Voor Donald Capps ligt de remedie in humor én relaxen – vandaar de titel van zijn boek. Humor kan stres en angst tegenwerken zonder verdere stres en angst te veroorzaken met al dat móéten. Hij is het niet eens met het idee van *laughter is the best medicine*. Humor kan geen ziekten genezen of lichamelijke pijn verlichten. Humor kan wel helpen met een meer positieve ingesteldheid tegenover het leven. Met zo’n houding zijn die realiteiten en moeilijkheden van het leven beter te verdragen. Onderzoeken hebben getoond dat humor stres en angst kan tegenwerken en hoop kan versterken. Humor en ontspanning werken goed samen, want ontspanning heeft het beste effect wanneer beide lichaam en denken zich ontspannen. Om het lichaam te ontspannen in een poging om in slaap te vallen, bijvoorbeeld, maar

de gedachten blijven malen, is gewoon hopeloos. Wie de humor in de dingen van het leven kunnen zien, hoeven niet daarover te blijven piekeren. Met humor, ook al is het soms met wrange humor – als je de dingen ziet voor wat ze zijn – kun je ze te ruste leggen. Dan kun je je ontspannen naar lichaam én ziel.

Misschien kunnen we humor dan zien als een gave van God. Zei bisschop Desmond Tutu een keer in zijn rede aan de Universiteit van Pretoria: *'Our God has a sense of humour!'*

**Yolanda Dreyer**

### **Gemeentenieuws**

Wij dragen steeds in onze gebeden op Richard en Linda Steinmann, George en Peggy Mijné, en ook Nina Vieira. Wij denken vaak aan Marjan van Zee en Janny van den Eijkel.



### **Maaïke van der Toorn**



Op 16 februari 2025 werd Maaïke een 100 jaar oud, zij vierde dit gezellig met familie en vrienden. Op 12 februari bezocht Joke namens de diaconie Maaïke, als voorloper van deze mijlpaal verjaardag. Maaïke woont gezellig samen met haar zoon Hugo; waar ze een grote kamer heeft, met een prachtig uitzicht op de tuin. Hoewel haar gehoor niet 100% meer is, geniet ze goede gezondheid en loopt ze goed met behulp van een rollator. Ze is op de hoogte van de actualiteit en houdt van een goed gesprek. Maaïke houdt zich bezig met het haken van dekentjes voor een goed doel, en houdt haar geest ook bezig met het maken van sudokopuzzels. Wij wensen haar nog vele gelukkige en gezonde verjaardagen toe!

**Joke de Jong**



### **Auke Bakker**

Op 28 december 2024 vierde Auke zijn 90<sup>ste</sup> verjaardag. De Bakker clan vierde deze mijlpaal verjaardag op 22 december met een groots feest. Het feest werd gevierd bij de Deane House restaurant, eerst een historische huis, in de Inglewood woonbuurt in Calgary (zie verderop een korte beschrijving van Deane House). De Bakker clan bestaat inmiddels uit 21 leden, opa en oma met 3 dochters en partners, 7 kleinkinderen, sommige met partners en de jongste van de clan: de eerste achter kleinkind Adalyn. Het gezelschap reisde met z'n allen van de woning van de Bakkers naar het restaurant in een limousine. Gefeliciteerd Auke, van de Maranatha familie!





## **Deane House History**

### *At the Confluence of Then and Now*

Built in 1906 on the Fort Calgary site, Deane House was built for Captain Richard Burton Deane, the last serving North West Mounted Police Superintendent in Calgary. Steeped in history, Deane House is located in Inglewood, at the confluence of the Bow and Elbow rivers, in the heart of Blackfoot territory, once known as *Moh'Kinsstis*. The site was an important meeting place for the Indigenous peoples who have used this area for thousands of years as a place to hunt, camp and cross the river. This is a sacred place within Treaty 7 and the traditional territories of the Niitsitapi from the Blackfoot Confederacy, including the Siksika, Piikani, and Kainai Nations; the *Îyârhe* Nakoda of the Chiniki, Bearspaw, and Wesley Nations; and the Dene of the Tsuut'ina Nation. Southern Alberta is also home to the Métis Nation of Alberta, Region 3. In the heart of this Treaty 7 territory, we acknowledge that we have ongoing responsibilities to protect and honour all of life within our shared reality as treaty people.

Deane House garden, grounds and historic house was redeveloped in 2015 by Fort Calgary Historic Preservation Society. The restaurant opened in 2016, redesigned and carefully curated by Sal Howell, founder of the iconic River Café, and long-time champion of seasonal, local, and sustainable food.

<https://www.deanehouse.com/about-history>

## **Psalmen als bron van psychologie**

*Waarom zijn de psalmen zo geliefd? Waarom bidden, zingen of beluisteren joden en christenen ze al meer dan 2000 jaar? Eén van de oorzaken daarvoor is dat alle menselijke emoties erin te vinden zijn. Een andere: dat ze je een spiegel voorhouden: hoe voel je je, hoe gedraag je je, waar vertrouw je op? De psalmen stonden zelfs aan de wieg van de moderne psychologie. En dát weet niet iedereen.*

Neem bijvoorbeeld Psalm 42, die eigenlijk één is met Psalm 43. In deze psalmen herken je zomaar tien emoties: verlangen, gemis, verdriet, melancholie, somberheid, angst en getergd-zijn, maar ook verstillig, verwachting en hoop. Of Psalm 51, een lied van berouw en schudbesef en met een sterk verlangen naar vergeving, vernieuwing en verzoening. Van woede en wraakzucht tot liefde en geborgenheid, het hele spectrum aan emoties is er te vinden. Geen wonder dat de psalmen ook onder de eerste christenen bekend en geliefd werden. In het Nieuwe Testament staan wel honderd citaten uit de Psalmen.

### **De eerste psycholoog: Evagrius**

Als we terugkijken naar de vroege kerk, zien we dat de Psalmen aan de wieg stonden van de moderne psychologie. De eerste stap zetten de monniken. Die trokken zich in de derde en vierde eeuw terug om God te zoeken; de zogenaamde woestijnvaders. In de eenzaamheid kwamen ze niet alleen God maar ook zichzelf tegen. Ze ervoeren angst, somberheid en stress, ook al noemden ze het 'aanvechtingen' en 'demonen'.

Woestijnvader Evagrius van Pontus (345-399) wordt wel de eerste psycholoog genoemd vanwege zijn kennis van de menselijke ziel. Hij wist dat een mens moet strijden tegen negatieve gedachten. Hij raadt daarvoor twee manieren aan.

- De eerste is: die gedachten laten komen en gaan en je aandacht op iets positiefs richten, bijvoorbeeld op Christus, bijvoorbeeld met psalmwoorden als Kyrie eleison (Psalm 51:1).
- De tweede is: spreek die negatieve gedachten tegen, zoals Jezus de duivel tegensprak (Matteüs 4).

Evagrius en de andere woestijnvaders baden aan de hand van de psalmen. Die psalmen werden vooral symbolisch opgevat. Als een psalm bijvoorbeeld spreekt over 'vijanden', legden de woestijnvaders dat uit als: dat zijn de demonen die jouw ziel belagen met boze, negatieve gedachten. De tweede stap van de psalmen naar de psychologie namen de kerkvaders, de eerste theologen. Aan de inzichten van de woestijnvaders voegden zij inzichten toe

over de drie belangrijkste krachten in de menselijke ziel: het denkvermogen, het vermogen tot woede, en het vermogen tot verlangen/begeerte. Zo ontstonden al in de vroege Middeleeuwen inzichten in de menselijke psyche en over hoe om te gaan met de krachten die in je ziel werken en je ziel belagen.

### **Van de woestijnvaders naar Jung**

We maken nu een sprong in de tijd. Zo'n 1500 jaar later verwees Carl Gustav Jung (1875-1961), de Zwitserse grondlegger van de analytische psychologie, naar deze oude christelijke inzichten. Hij kende ze, want zijn vader was predikant. Hij vergeleek de 'aanvallen op de ziel' met psychologische complexen. In een lezing voor predikanten in 1932 zei hij dat ze hun zorg voor de ziel aan psychotherapeuten hadden overgelaten, terwijl hun eigen traditie op dat gebied zoveel waardevolle inzichten kent.

### **Zelfkennis**

Wie de psalmen op zich laat inwerken, leert zichzelf kennen. Dat kwam ook naar voren tijdens het symposium van het NBG over De Psalmen van de Vroege Kerk, de nieuwe vertaling van de Griekse psalmen die het NBG uitgeeft samen met de oosters- en oriëntaals-orthodoxe kerken. Daar werd gezegd dat de psalmen onze kwetsbare en feilbare kanten laten zien. Zo ontdekken we dat we onvolmaakt zijn, en daar worden we aangenamere mensen van. Psychologen, therapeuten en coaches, maar ook predikanten en priesters in onze tijd raden mensen aan om te doen wat Jung 'schaduwwerk' noemde. Dat is: zelfonderzoek doen, naar binnen kijken, nagaan welke verborgen zwakheden en tekortkomingen en reflexmatige reacties er bij jou aanwezig zijn, en proberen daar beter mee om te gaan. Voor de psalmisten was dat niets nieuws. Ze wisten hoe heilzaam het was om God en andere mensen op te zoeken, je hart uit te storten en schoon schip te maken. Zo vind je de weg naar een nieuw vertrouwen.

Daarom: hoe oud ze ook zijn, laten we de psalmen koesteren!

### **Peter Siebe**

*Peter Siebe werkt bij het Nederlands-Vlaams Bijbelgenootschap. Voor dit artikel maakte hij gebruik van de inleiding van De Psalmen van de Vroege Kerk. Dit artikel verscheen ook op [historiek.net](http://historiek.net).*

<https://www.debijbel.nl/berichten/psalmen-als-bron-van-psychologie>

## **Die stem wat bo die lawaai uitgestyg het**

*“The gunfire around us makes it hard to hear. But the human voice is different from other sounds. It can be heard over noises that bury everything else. Even when it’s not shouting. Even when it’s just a whisper. Even the lowest whisper can be heard – over armies ... when it’s telling the truth”.*

Op 21 Januarie 2025 het Biskop Mariann Budde in 'n sagte, byna fluisterende stem, gevra: “Have mercy, Mr President”. Haar stemtoon en liggaamshouding het my laat terugdink aan 'n stuk wat voorgelees is deur die fiktiewe karakter Edmond Zuwanie in die 2005-film, “The Interpreter”. Hy het dié woorde geskryf toe hy in sy eie land se bevrydingstryd gewikkel was. Hy ontaard egter later in 'n diktator, wat hierdie woorde vergeet het.

In die post-2024 verkiesing-era in die VSA het Budde se stem en woorde bokant die dawerende geweervuur van polarisering uitgeklink, maar dit het haar in die spervuur laat beland: “Vieslik!” “Dom!” “Misbruik van die Evangelie!” Kom ons laat die gesprek vir eers eenkant dat vroue wat die dapperheid het om magsmisbruik aan te spreek, dikwels op grond van hulle voorkoms, hulle emosionele toestand, of hulle intellektuele vermoëns, afgemaak word – nie die kwaliteit van hulle argumente nie. Dit is 'n hele gesprek op sigself. As jong predikant het ek oor die radikale inklusiwiteit van die Evangelie gepreek in 'n tydperk waarin die kerk oor die teologiese regverdiging van apartheid besin het. Ek is gewaarsku dat dit my loopbaan in die kerk nadelig gaan beïnvloed. In retrospeksie wens ek dat ek destyds as jong dominee met dieselfde kalmte, rustigheid en krag, die boodskap kon oordra soos wat Budde dit gedoen het. Sy het niemand gedreig met geregtigheid nie. Sy het nie aanspraak gemaak op “die waarheid” nie. Nee. Sy iets veel kragtiger gedoen. Sy het haar op “genade” beroep. Genade: medelye, erbarming, barmhartigheid. “Genade” word dikwels in 'n eng juridiese konteks geïnterpreteer, naamlik dat dit te doen het met situasies waarin straf toegeken of weerhou word op grond van verontregting of skade wat plaasgevind het. Toe ek die video van Budde se preek sien, toe was my aanvanklike reaksie een van naardeid. Ek het op daardie oomblik gevoel dat sy uitgelewer was – aan die opperhoof, die koning, wie se voete sy moes soen, en voor wie sy moes kniel. En hy, die almagtige, kon besluit om genadig te wees, al dan nie. Dit is egter glad nie wat gebeur het nie. Laasgenoemde is despotiese genade. Wat gebeur het, was 'n voorbeeld van die krag van 'n menslike stem wat bokant die geweerknal uitstyg. 'n Stem wat ons herinner het aan die almagtige weerloosheid van Goddelike liefde, wat 'n onweerstaanbare krag van sagmoedigheid is, en 'n onherroeplike eed is dat God saam-pyn-voel. Die Latyn,

*misericordia*, druk dit goed uit: pyn wat die hart aanspreek. Nou wonder ek: wat doen ons vandag met die stem wat ons aan daardie genade herinner?

**Prof Tanya van Wyk**

*Porf Tanya van Wyk is die hoof van Sistematiese en Historiese Teologie aan die Universiteit van Pretoria*

*Overgenomen van Netwerk24 – 12 februari 2024*

<https://www.netwerk24.com/netwerk24/stemme/menings/tanya-van-wyk-die-stem-wat-bo-die-lawaa-uitgestyg-het-20250212-2>

<b>Dienstrooster maart 2025</b>			
	<b>zondag 2 maart</b>	<b>zondag 9 maart</b>	<b>zondag 16 maart</b>
<b>1</b>	Ferry van der Kuil	Emmy Reinten	Hilda Herholdt
<b>Bloemen</b>	Ellen van der Kuil	Helena Nieuwoudt	Frouk Smal
<b>Trakteren</b>			
<b>Koffie</b>		Priscilla Ndlovu	
	<b>zondag 23 maart</b>	<b>zondag 30 maart</b>	
<b>1</b>	Eddie de Jong	Jan Willem Hoorweg	
<b>Bloemen</b>	Joke de Jong	Emmy Reinten	

<b>Agenda maart 2025</b>		
<b>zondag 2 maart</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer
<b>dinsdag 4 maart</b>	9:00-13:00	Kerkkantoor
<b>woensdag 5 maart</b>	ASWOENSDAG	
<b>zondag 9 maart</b> <b>1<sup>ste</sup> Lijdenszondag</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer Koffiedrinken
<b>dinsdag 11 maart</b>	9:00-13:00	Kerkkantoor
<b>zondag 16 maart</b> <b>2<sup>de</sup> Lijdenszondag</b>	10:00	Eredienst Ds. T van Wyk
<b>dinsdag 18 maart</b>	9:00-13:00	Kerkkantoor
<b>zondag 23 maart</b> <b>3<sup>de</sup> Lijdenszondag</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer
<b>dinsdag 25 maart</b>	9:00-13:00	Kerkkantoor
<b>zondag 30 maart</b> <b>4<sup>de</sup> Lijdenszondag</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer

<b>Verjaardagen maart 2025</b>		
<b>zaterdag 1 maart</b>	Lenè Jordaan	
<b>zaterdag 1 maart</b>	Joke de Jong	072 443 3535
<b>zaterdag 1 maart</b>	Yulandi Knoester	074 130 6852
<b>zondag 2 maart</b>	Gitta Leeuw	012 661 2247
<b>maandag 17 maart</b>	Jan Willem Hoorweg	825570047
<b>donderdag 20 maart</b>	Klaas Jan Leeuw	072 567 4089
<b>zaterdag 22 maart</b>	Marco Bianchi	
<b>maandag 24 maart</b>	Rubens Andeweg	
<b>donderdag 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> 082 893 2104 yolanda.dreyer@up.ac.za
<b>Kerkkantoor</b> <b>Dinsdag ochtend</b> <b>09h00 – 13h00</b>	Joke de Jong 072 443 3535 nlgemeente@mweb.co.za
<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 083 626 3272 evdkuil@gmail.com
<b>Kassier</b>	Marco van Wieringen 011 442 9696 marcovw@mweb.co.za
<b>Koster</b>	Ferry van der Kuil 082 336 1035 Ferdie@estruct.co.za
<b>Organist</b>	Johan van Staden 082 928 5874 jvstaden@protonmail.com