



*Maranatha Mare*

*november 2025*

*Jaargang 52 No 9*

## **Praktisch Geloven**

*Kijk niet slechts naar omhoog,  
maar vaker naar binnen,  
waar de Heer met Zijn kracht,  
vandaag wil beginnen.  
Het verschaft je de kans  
Zijn liefde te tonen  
en wil echt niet ver weg,  
maar diep in je wonen!*

*Kijk niet slechts naar omhoog,  
Maar hoor hoe Hij fluistert.  
Zijn stem klinkt zo dringend,  
wanneer je goed luistert:  
Wil liefde bewijzen  
aan rijken en armen,  
met een vriend'lijk gebaar  
je naasten verwarmen.*

*Kijk niet slechts naar omhoog.  
Daar is niets te lezen.  
Laat zien dat Hij leeft in  
jou innerlijk wezen.  
Dan wordt heel je bestaan  
naar 't opzien naar boven  
een verrukkelijk feest  
van praktisch geloven!*

**Frits Deubel**

*Dichtbundel: "Gods zegen toegewenst" – gedichten vol beloften*

## Harmonie

De roep om *harmonie* klinkt door de hele schepping. In de theologie wordt harmonie gezien als een essentieel kenmerk van God, een kwaliteit die onze menselijke geest maar ten dele kan bevatten. Het is een staat van overeenstemming en vrede. Deze staat is cruciaal voor het voortbestaan van leven, een echo van de scheppingsorde.

Beide ons lichaam en onze geest zijn afgestemd op klank. Onderzoek heeft aangetoond dat muziek, en dan met name harmonische klanken, een diepgaand positief effect hebben op ons welzijn. Het luisteren naar of maken van muziek stimuleert de gelukshormonen dopamine en oxytocine. Deze stoffen zorgen voor een gelukkig gevoel en versterken het gevoel van saamhorigheid.

Bepaalde muziek, zoals klassieke of rustige klanken, kan pijn- en stress verlagend werken. Het vertraagt de hartslag, bloeddruk en ademhaling, en heeft een positieve invloed op ons zenuwstelsel. Het brengt rust en maakt herstel mogelijk. Door muziek verbeteren de verbindingen tussen de linker- en rechterhersenhelft. Dit versterkt de interactie tussen emoties en gedrag en houdt de brein vitaal. Klank kan ons dus letterlijk heel maken en ons in een staat van innerlijke rust brengen.

Harmonie staat echter niet alleen voor een ideale, statische toestand, maar ook voor een proces: de dynamische weg naar het herstellen van vreedzame relaties, zelfs te midden van verschillen.

Jezus Christus is de ultieme harmonie tussen God en de mensheid onze Gids naar de vrede die alle verstand te boven gaat (Fil 4:7). Zoals zachte, wel klinkende muziek het zenuwstelsel tot rust brengt, zo brengt de Heilige Geest rust in de ziel en vernieuwt onze gezindheid (Rom 12:2). Als ons innerlijk afgestemd is op God, kunnen wij de *vrede van Christus* ervaren.

Dat gevoel wanneer we samen zingen met elkaar en het orgel, bijvoorbeeld, weerspiegelt het Bijbelse principe van *saamhorigheid en liefde* (Joh 13:35) – onze gemeenschap als een 'koor' waar verschillende stemmen (verschillen in inzichten, gaven en meningen) niet leiden tot lawaai en conflict, maar samen een volle, rijke klank vormen.

Laten we een *geluidsluwte* (plek waar het niet waait) creëren in ons leven, een plek waar we ontvankelijk zijn voor de stille, harmonieuze stem van God en van elkaar. Laten we onze innerlijke en uiterlijke *discordantie* (onrust, ruzie, stress) vervangen door de Goddelijke harmonie van vrede, liefde en saamhorigheid. Dat deze Goddelijke harmonie in ons leven en onze gemeenschap zal resoneren.

**Yolanda Dreyer**

## Gemeentenieuws

De zus van Loes Dibb: Marja Williams is overleden op 16 oktober. Onze gedachten en gebeden gaan uit naar Loes en de familie.

Anja Smit-van Dommelen, geboren 18 juli 1961 is overleden op 21 september 2025. Onze gedachten en gebeden gaan uit naar haar kinderen Justin, Leoni en Johan, en Tanya en Clinton en de kleinkinderen. Haar uitvaartdienst vond plaats bij Oranjehof op 2 oktober. Zie verderop de huldeblijken van Leoni en Tanya.



## Huldeblijk aan Anja Smit – Leoni van Wyk

Mamma, through all that we endured as a family, you taught us resilience, love, compassion and kindness. But most of all, you were silently strong. I remember you always getting on with it and getting things done. Not once did you moan or complain. This is another one of your examples I have taken with me through adulthood and try to install in my own children.

Your grandchildren were your world. That showed through the way you had the utmost patience and kindness for them. You were their guardian, their greatest supporter. You joyfully shared their achievements by printing out their photos, sharing their videos and keeping their newspaper clippings by displaying those proudly around your home.

One of the toughest things we did was leaving you when we moved to New Zealand. There's not a day that goes by where Johan and I did not feel this guilt. But you were a great support and understood that this was what we needed to do for Lily Ann and Rohan. Thank goodness for technology though. The hours where we'd share laughter, frustration, tears and memories. Thank

you for your understanding and support. You never made us feel guilty for what we needed to do. The one thing I always missed were your hugs. Honesty: oh how you were honest! And we appreciated you for that. That just goes to show the true genuine person you were. Never afraid to share your opinion (especially on past boyfriends). You were especially honest with Johan and Clinton. "Are you sure you want to marry them? You're going to have your hands full".

Mamma, you were the kind of person to give someone the clothes off your back, even when you had nothing. This was kindness and beyond.

We expected to share more decades together, but your time was cut short. We are all grateful for the memories and love that we shared. Rohan will miss his conversations with you and is so grateful for last sneaky chat you had with him before he left SA not too long ago. He knows that you will always love him and will see everything that he achieves in life. Johan is grateful that from the start you made him feel part of the family, and there was still enough love for him. He never took any of your hugs for granted, and always gave you an extra tight squeeze.

Lily-Ann is thankful for the special connection you had and your shared love for music. She will miss sharing her dance achievements with her granny but will carry your strength in everything that she takes on in the future.

I am grateful that our mother was a true granny for our children and that they knew true love despite living on a different continent. The one thing I will miss the most is not being able to share the life we built with her. We know it will be different without you, we know we will be okay. We know that you are at peace and we know that you are having fun. We will see each other again.

Mamma, it was from you that we first learned to think, to feel, to imagine, to believe, to love.

Love you.

### **Huldeblijk aan Anja Smit – Tanya Griessel**

Good morning, everyone

Thank you all for being here today to celebrate the life of someone so deeply loved... our mom or as you all know her, Anja.

If you know mommy, you know how much family meant to her. Her love was never something you had to search for – it was right there, in every word, every hug, every moment she showed up. And she always showed up. Whether it was a school play, sports day, grandparents' day or a karate grading, she was always there for her grandchildren – cheering them on, proud of every step

they took. Being a mother and grandmother wasn't just something she was, it was really something she loved being.

But mommy's love didn't stop with family. She had a way of making friends in all phases of her life. Some of her closest friendships started way back when in her early jobs, going out partying and having fun, mom was never one to shy away from a social event that's for sure... always first on the dance floor and making memories with those around her, especially with special songs that will leave a lifelong memory. These friendships have lasted decades with mommy where we are all seen as family.

That says something about the kind of person mommy was – loyal, warm and genuinely caring. Once you had a place in her heart, you were there for good. Kindness was her language. No matter who mommy met, she always greeted them with that same gentle spirit. Mommy didn't just talk about being kind, she lived it every day. She also made sure to instill in into the 3 of us and followed through to her grandchildren. I could see how mommy's kindness affected the nurses that looked after her while she was in hospital, she grew bonds with them, that she felt like family to them, even calling her ouma and checking in on her on their days off.

Mommy also found joy in the simple beauty of the world around her. She loved nature – especially sunsets, I'll always remember the one day I walked into her hospital room, and she had her bed on the highest setting just so she could see the sunset, the nurse even made a joke asking mommy if she was trying to take off with being so high up in the bed.

There was something about the colours in the sky that spoke to her soul. And now when we see a beautiful sunrise, a golden sunset, or a sky filled with rainbows, we'll think of her. We'll feel her presence in those peaceful moments, reminding us that love doesn't leave, it just changes form.

Mommy gave us so much – her love, her laughter, her wisdom and her naughty sense of humour 😊. We are who we are because of her.

And though our hearts are heavy, we are grateful – grateful for the life she lived, the love she gave and the memories she left us with.

Mommy never wanted us to mourn her but to celebrate her life and laugh thinking about all the memories she made with everyone, so today we are celebrating her, with photos, memories and a song or two that was her favourite.

We love you mom. You were a light in our lives and that light will never fade.

## **Wandelen met God**

*Wandelen, ik houd ervan. Lekker buiten zijn met de wind op m'n gezicht. Het helpt me om mijn hoofd leeg te maken of juist om mijn gedachten over iets te laten gaan. In één ding ben ik echter een ramp: de juiste weg vinden. Als je met mij een stevige wandeling wil maken in de richting van Breda, kom je uit in Utrecht. Ik heb er gewoon geen gevoel voor. Voor wandelen in onbekend gebied heb ik navigatie nodig.*

Als gelovigen zijn we ook onderweg. Een reis met mooie vergezichten, maar ook met hobbels en kuilen. Daarom, zegt de Bijbel, moeten we niet alleen onze weg gaan, maar wandelen met God. Wat houdt dat in?

Woordenboeken omschrijven wandelen als 'voor de ontspanning lopen', 'in een rustig tempo lopen' en 'langzaam lopen voor je plezier'. Wandelen heeft dus een plezierige klank. Het heeft iets ontspannends. Wandelen is bedoeld om rustig en blij van te worden. In dat licht is het bijzonder dat 'wandelen' in geloofstaal vaak wordt gebruikt als typering voor de omgang met God. Als een wijze waarop je als christen kunt leven.

### **Gods initiatief**

We lezen er al vroeg in het Oude Testament over. Het eerste dat opvalt is dat het initiatief van God uitgaat. Hij wil met ons mensen wandelen. Dat deed hij al in Eden, waar hij wandelde door de tuin met Adam en Eva. God wil namelijk niet op afstand van mensen leven, maar juist dichtbij. Hij wil betrokken zijn, met ons mee wandelen en in een hechte relatie leven met ons.

### **Henoch wandelde met God**

Iemand die dat begreep was Henoeh. Zijn naam staat vermeld in het geslachtsregister dat begint bij Adam. In dat geslachtsregister staat van elke generatie de naam, hoeveel jaar hij leefde, wie hij verwekte en hoe oud hij was geworden. Elke nieuwe naam wordt vervolgens afgesloten met de opmerking 'en hij stierf'. We lezen dit bij iedere naam behalve bij Henoeh. Bij hem staat er iets anders, namelijk dat God hem wegnam. Een duidelijk teken dat de dood niet het laatste woord hoeft te hebben. Er is een uitweg voor de dood. Maar wat maakte hem dan anders dan de anderen in de geslachtslijn? Het geheim van zijn leven wordt samengevat in één zin: Henoeh leefde in diepe verbondenheid met God. Het Hebreeuwse woord wat hiervoor gebruikt wordt kun je ook vertalen met 'gaan' of 'wandelen'. Henoeh wandelde met God. In diepe verbondenheid ging Henoeh met God zijn weg. Het was een levenswandel vol overgave en vertrouwen.

*<sup>18</sup>Toen Jered 162 jaar was, verwekte hij Henoeh. <sup>19</sup>Na de geboorte van Henoeh leefde Jered nog 800 jaar. Hij verwekte zonen en dochters. <sup>20</sup>In totaal leefde hij 962 jaar. Daarna stierf hij.*

*<sup>21</sup>Toen Henoeh 65 jaar was, verwekte hij Metuselach. <sup>22</sup>Na de geboorte van Metuselach leefde Henoeh nog 300 jaar, in verbondenheid met God. Hij*

verwekte zonen en dochters. <sup>23</sup>In totaal leefde hij 365 jaar. <sup>24</sup>Enoch leefde in verbondenheid met God. Op een dag was hij er niet meer, doordat God hem wegnam.

*Genesis 5:18-24NBV21*

### **Het perspectief dat wandelen geeft**

Wandelen met God is dus blijkbaar essentieel voor ons leven. Maar wat maakt dit wandelen nu zo bijzonder? Het heeft alles te maken met het perspectief dat wandelen kan geven. Wie loopt van A naar B heeft alleen oog voor het doel waarnaar hij of zij onderweg is. Maar wie wandelt kan de dingen om zich heen met andere ogen bekijken. Die kan het leven zien vanuit het perspectief van God. Als we leven van A naar B, als we geloven van A naar B, als we bidden van A naar B, dan kijken we vanaf ons eigen startpunt naar het gehoopte doel of resultaat. Maar wanneer we wandelen, kunnen we er anders, met Gods ogen, naar kijken. Dat kan zomaar nieuwe inzichten geven of ons perspectief op een situatie veranderen.

Onder andere in de psalmen lezen we meer over hoe het wandelen met God eruitziet. De te bewandelen weg is namelijk niet altijd helder. Daarom is het belangrijk om God te erkennen als je Gids. Langs de weg van overgave en vertrouwen kun je dan de goede weg volgen! 'Denk aan Hem bij alles wat je doet', klinkt de bekende tekst uit Spreuken 3:6, 'dan baant Hij voor jou de weg.' Dat betekent niet dat wandelen met God een weg zonder problemen is, maar wel dat wanneer je God betreft bij alle dingen, en het leven kunt bezien vanuit zijn perspectief, je een begaanbare weg zult vinden. Een weg waarop Hij met je mee wandelt, en jou leidt.

### **Wandel met God!**

De oproep daarom aan jou: wandel met God. Ontspannen, met plezier en in de rust! Loop niet gehaast op je eigen paden, maar bewandel ze met God. Tijdens je wandel kun je God al je gedachten, zorgen, ideeën en plannen voorleggen. Je zult er ruimte en liefde vinden om ze te spiegelen aan Gods gedachten. Soms kun je dan vooruit, en soms zul je andere wegen inslaan. Maar welke weg het dan ook zal zijn, je gaat niet alleen, maar altijd met God.

### **Emmely Post-Spreuwenberg**

*(hbo-theoloog en werkt voor welzijnsorganisatie Ontmoeting in Rotterdam)*

<https://www.debijbel.nl/berichten/wandelen-met-god>

### **Die belangrikheid van ledigheid**

Ek onthou baie goed hoe ek as kind na my ma toe gegaan het en gesê het: Ek weet nie wat om te doen nie. Ek is verveeld – net om te hoor dat ek myself moet besig hou en sommer op die koop toe dat ledigheid die duiwel se oorkussing is. En tot vandag toe is verveeldheid vir my 'n nare emosie om te

voel. Die meeste mense sal alles in hul vermoë doen om daardie ongemaklike gevoel te vermy.

Daar is egter navorsing wat wys dat die gevoel van verveeldheid, wat 300 jaar gelede eintlik ongekend was, dramaties toegeneem het in die wêreld – veral sedert die jaar 2000, en dit in 'n tyd waarin daar meer inligting en meer afleiding en meer vermaak beskikbaar is as ooit tevore in die menslike geskiedenis.

Die resultate van 'n studie by die Harvard Besigheidskool het uitgewys hoe belangrik dit vir ons geestesgesondheid is om soms verveeld te wees. Daar is bevind dat wanneer jy verveeld is, word 'n deel van jou brein wat jy andersins nie gebruik nie, aangeskakel; dit is die deel wat genoem word die Default Mode Network. Daardie deel skakel net aan as jy in 'n wakker rustoestand is sonder iets wat jou aandag besig hou, en dis alleen dan dat jy selfrefleksie kan doen, dat jy jou verbeelding kan gebruik, dat jy kan droom en vrae oor die sin en betekenis van jou lewe kan vra.

Ongelukkig het ons die perfekte resep gekry om al daardie ongemaklike vrae te vermy, en dis om te probeer keer dat ons ooit verveeld is. Die resep is waarskynlik op die oomblik in jou hand- of broeksak – jou selfoon. Ons probeer enige vorm van verveeldheid elimineer en ons skakel ons Default Mode Network af deur konstant inligting of die een of ander stimulus in ons brein te laat invloei. In die proses verval ons in 'n negatiewe spiraal terwyl ons probeer om nie verveeld te wees nie, maar al hoe meer verveeld voel; 'n spiraal waar dit vir ons al moeiliker word om betekenis in ons lewens te vind omdat ons die denkproses wat ons kan help om betekenis en sin vir ons te gee, uit ons lewe sny. Ons voel so oorweldig en buite beheer dat ons onself verdoof deur op ons foon met nietighede besig te bly, want ten minste hoef ons dan nie die moeilike vrae van die lewe te antwoord nie. Ons fone maak dat ons enige goeie gevolg van verveeldheid saboteer.

Die navorsing wys dat as ons in die Default Mode Network funksioneer, ons ons beste idees kry en kreatiewe oplossings vind; dis waar ons terugdink en onthou, maar ook vorentoe kyk en droom. Die hartseer is egter dat mense gemiddeld agt uur 39 minute van hul vrye tyd per dag gebruik om na die een of ander skerm te staar – net om nie niks te hê om te doen nie en nie die ongemaklike gevoel van verveeldheid te beleef nie.

Hierdie hele betoog is nie 'n manier om luiheid op te hemel nie, maar 'n poging om te besef dat ons elkeen genoeg tyd nodig het om die werklik belangrike vrae aan onself te vra. Daarvoor het ons tyd nodig sonder enige sinlose video'tjies van katjies wat dans en babatjies wat praat. Gun jouself daardie skermvrye tyd elke dag sodat jy 'n wesentlike, Godgegewe deel van jouself kan herontdek.

**Ds Hannes van der Merwe, Pretoria-Oos**

[https://nhka.org/wp-content/uploads/2025/09/Blitspos-2025\\_09\\_25.pdf](https://nhka.org/wp-content/uploads/2025/09/Blitspos-2025_09_25.pdf)

<b>Dienstrooster november 2025</b>			
	<b>zondag 2 november</b>	<b>zondag 9 november</b>	<b>zondag 16 november</b>
<b>1</b>	Ferry van der Kuil	Eddie de Jong	Emmy Reinten
<b>Bloemen</b>	Ellen van der Kuil	Joke de Jong	Emmy Reinten
<b>Koffie Schenken</b>		Priscilla Ndlovu	
<b>Trakteren</b>		Hilda Herholdt	
	<b>zondag 23 november</b>	<b>zondag 30 november</b>	
<b>1</b>	Frouk Smal	Hilda Herholdt	
<b>Bloemen</b>	Frouk Smal	Peggy Mijne	

<b>Agenda november 2025</b>		
<b>zondag 2 november</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer
<b>dinsdag 4 november</b>	9:00-13:00	Kerkkantoor
<b>zondag 9 november</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer Koffiedrinken
<b>dinsdag 11 november</b>	9:00-13:00	Kerkkantoor
<b>zondag 16 november</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer
<b>dinsdag 18 november</b>	9:00-13:00	Kerkkantoor
<b>zondag 23 november</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer
<b>dinsdag 25 november</b>	9:00-13:00	Kerkkantoor
<b>zondag 30 november</b>	10:00	Eredienst Ds. Y Dreyer

<b>Verjaardagen november 2025</b>		
zaterdag 1 november	Diana Kruger	082 802 5403
vrijdag 7 november	Elma van der Kuil	0834410392
woensdag 12 november	Anastasia en Blake Griesel	078 503 2142
donderdag 20 november	Rob Calmer	
woensdag 26 november	Richard Steinmann	082 782 7151

<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