



Matteus 15:10-28

Daar is genoeg by die Here se tafel.



Van Wyk Fischer



Nagmaalsdiens



16 Augustus 2026



Silvertonkruin Gemeenskapskerk

Huisgodsdien

Vir individue, huishoudings, kinders en tieners

Maandag 17 tot Saterdag 22 Augustus 2026

LEES • DINK • DOEN • BID

Leef die Sondagtema saam deur die week.

GENADE WORD RUIMTE VIR ANDER

'n Eenvoudige ritme vir die huis

Kies 'n tyd wat vir julle huishouding werk. Tien minute is genoeg. Julle hoef nie elke vraag te gebruik nie. Laat almal toe om te antwoord, te teken, te wonder of stil te bly. As jy alleen werk, skryf jou antwoorde neer en kies een persoon met wie jy 'n ontdekking kan deel.

1 | LEES

Lees die kort gedeelte stadig. Laat elkeen een woord, beeld of vraag noem wat hulle aandag hou.

2 | DINK

Gesels oor wat die teks beteken en hoe dit julle werklike lewe raak. Luister om te verstaan, nie om vinnig reg te help nie.

3 | DOEN

Kies een klein praktyk wat die teks deel van die gewone dag maak. Dit behoort eenvoudig, veilig en haalbaar te wees.

4 | BID

Bid kort en eerlik. Kinders en tieners mag lei, een sin bid of net luister. Twyfel en stilte hoef nie weggesteek te word nie.

Die beweging van die week

Hart: let op wat ons woorde vorm.
Ore: luister na stemme wat maklik gemis word.
Hande: bid sonder om alles te beheer.
Tafel: ontvang genade en maak ruimte.
Verhoudings: soek waarheid en veilige herstel.
Gewoonte: skuif 'n stoel nader.

Vir die volwassene of gespreksleier

- Vra eerder as om 'n mini-preek te lewer.
- Deel ook iets van jou eie groei en onsekerheid.
- Moenie 'n kind dwing om persoonlike pyn te vertel nie.
- Laat 'n tiener soms kies, lees of bid.
- Kort en gereelde geloofsmomente is waardevol.

Hierdie bron vervang nie professionele ondersteuning nie. Kies veiligheid en gepaste hulp wanneer 'n gesprek intense pyn of gevaar oopmaak.

Nagmaal en die tafel

Die broodbeeld in Matteus 15 verwys nie direk na die Nagmaal nie. Tog leer die Nagmaal die gemeente om met leë hande te ontvang: Christus gee Homself uit genade en vorm ons tot 'n gemeenskap wat nie sy goedheid klein of privaat maak nie. Die week vra hoe ontvangde genade in ons huise sigbare ruimte vir ander word.

Wat leef in my hart?

Geloofsanker

Jesus wil nie net ons buitekant netjies maak nie. Hy vorm ons harte, woorde en gewoontes.

LEES

Matteus 15:10-20

Lees veral verse 18-20. Jesus skuif die gesprek van uiterlike reëls na die hart. Let op die verband tussen wat binne leef en wat deur ons woorde en dae na buite kom. Die goeie nuus is nie dat ons onself moet regmaak nie, maar dat Christus ons van binne af vernuwe.

DOEN

Gee vir elkeen 'n klein papiertjie. Skryf of teken een woord wat julle hierdie week meer wil gebruik, byvoorbeeld welkom, jammer, vertel my meer of ek luister. Sit die woorde by die etenstafel of yskas.

As jy alleen werk: Kies een woord en stuur dit as 'n opregte boodskap aan iemand.

DINK

Jonger kinders: Watter woorde laat jou veilig en welkom voel?

Tieners en volwassenes: Wanneer oordeel jy iemand voordat jy hulle verhaal ken?

Saam: Watter soort taal wil ons gebruik wanneer ons oor ander mense praat?

BID

Een persoon lees elke sin. Almal antwoord: 'Vorm ons harte, Here.'

Wanneer ons vinnig oordeel ...

Wanneer ons woorde seermaak ...

Wanneer iemand 'n veilige plek nodig het ...

Amen.

VIR VANDAG

Let vandag op jou eerste gedagte oor iemand wat anders as jy lyk of dink. Vra: Is hierdie gedagte waar, regverdig en liefdevol?

Wanneer niemand antwoord nie

Geloofsanker

Stilte kan seermaak, maar stilte bepaal nie 'n mens se waarde nie. Ons kan leer om werklik te luister.

LEES

Matteus 15:21-23

Lees die vrou se roep en Jesus se aanvanklike stilte stadig. Die teks gee nie 'n maklike verklaring vir elke wagtyd nie. Dit laat ons die nood hoor. Die dissipels hoor aanvanklik veral die steurnis; die verhaal nooi ons om die mens en die pyn agter die geluid raak te sien.

DOEN

Gebruik 'n lepel, klippie of koppie as 'n luisterteken. Die persoon wat dit vashou, kry twee minute om te praat. Niemand onderbreek of gee raad nie. Iemand som daarna op: 'Wat ek jou hoor sê, is ...' Vra of julle reg verstaan het.

As jy alleen werk: Bel iemand en vra: 'Wat wil jy hê moet ek vandag regtig hoor?'

DINK

Jonger kinders: Hoe voel jou lyf wanneer iemand nie luister nie?

Tieners en volwassenes: Wanneer probeer jy iemand se probleem oplos voordat jy hulle verstaan?

Saam: Wie in ons kring kan tans voel dat niemand hulle hoor nie?

BID

Noem in stilte of hardop die naam van iemand wat maklik misgekyk word. Bid saam: 'God van ontferming, maak ons ore oop. Gee ons geduld om te luister voordat ons praat. Amen.'

VIR VANDAG

Gee vandag vir een persoon vyf minute se onverdeelde aandag. Sit die selfoon weg en moenie kitsraad gee nie.

Geloof wat bly roep

Geloofsanker

Geloof se krag lê nie in baie woorde nie, maar in die Een na wie ons roep.

LEES

Matteus 15:24-25 en Psalm 13:1-6

Die vrou kom nader en bid net: 'Here, help my.'

Psalm 13 wys dat geloof ook mag vra: 'Hoe lank nog?' Volharding is nie 'n tegniek waarmee ons God dwing nie. Dit is om ons werklike nood weer aan God toe te vertrou.

DOEN

Maak drie-woord-gebedskaartjies, byvoorbeeld:

Here, help ons; Gee ons vrede; Wees by Ouma.

Elkeen kan 'n kaartjie lees, 'n prent teken of kies om net te luister. Plaas die kaartjies waar julle dit weer sal sien.

As jy alleen werk: Skryf een drie-woord-gebed op jou foon se herinneringslys.

DINK

Jonger kinders: Watter drie woorde wil jy vandag vir Jesus sê?

Tieners en volwassenes: Wat is die verskil tussen volharding en beheer?

Saam: Hoe kan ons iemand help bid wanneer hulle nie meer baie woorde het nie?

BID

Asem stadig in en bid: 'Here Jesus.' Asem stadig uit en bid: 'Ontferm U.' Herhaal dit vyf keer. Laat elkeen daarna, as hulle wil, een naam noem.

VIR VANDAG

Maak twee kolomme: Wat ek verantwoordelik kan doen, en wat ek aan God moet toevertrou. Neem een haalbare stap.

Daar is genoeg by die Here se tafel

Geloofsanker

Ons verdien nie genade nie. Ons ontvang dit met leë hande en ontdek dat Christus se goedheid nie skaars is nie.

LEES

Matteus 15:26-28 en Romeine 11:29-32
Die beeld van kinders, brood en hondjies is moeilik. Jesus benoem Israel se historiese plek in God se verbondsgeskiedenis; die beeld mag nooit gebruik word om iemand te verneder nie. Die vrou vertrou op die oorfloed van die Huisheer. Jesus erken haar geloof en genees haar dogter.

DINK

Jonger kinders: Hoe kan jy wys dat vriendelikheid gedeel kan word?

Tieners en volwassenes: Wie kry maklik net die oorblyfsels van ons tyd en aandag?

Saam: Wat is die verskil tussen iemand verdra en iemand werklik ontvang?

DOEN

Plaas 'n gewone bord of leë stoel by die tafel. Dit is nie die viering van die Nagmaal nie, maar 'n herinnering: ontvangde genade maak ruimte. Noem iemand vir wie julle tyd, kos, aandag of 'n uitnodiging kan gee. Kies een konkrete stap en 'n datum.

As jy alleen werk: Nooi iemand vir koffie, 'n oproep of 'n eenvoudige ete.

BID

Hou julle hande oop. Een persoon bid: 'Here Jesus, ons kom met leë hande.' Almal antwoord: 'U genade is genoeg.' Noem daarna een manier waarop julle dié genade wil deel.

VIR VANDAG

Kyk na jou skedule of boodskappe. Maak een doelbewuste verandering sodat iemand nie net die 'krummels' van jou aandag ontvang nie.

Trane, waarheid en herstel

Geloofsanker

Bybelse versoening maak nie pyn onbelangrik nie. Waarheid, verantwoordelikheid en veiligheid hoort saam.

LEES

Genesis 45:1-15

Let op Josef se trane, sy eerlike herinnering en sy omhelsing van sy broers. Hy noem nie hulle optrede goed nie. Hy sien ook hoe God lewe bewaar het. Herstel kan tyd, waarheid, verantwoordelikheid en veilige grense vra.

DOEN

Oefen 'n eenvoudige herstelgesprek met 'n klein, veilige voorbeeld:

1. Ek het ...
2. Dit was verkeerd omdat ...
3. Ek is jammer.
4. Is daar 'n veilige manier waarop ek dit kan regstel?

Niemand hoef 'n ernstige of sensitiewe ervaring voor die groep te vertel nie. Herstel mag nooit afgedwing word nie.

DINK

Jonger kinders: Wat maak 'n 'jammer' opreg?

Tieners en volwassenes: Is vergewe, weer vertrou en weer naby wees dieselfde?

Saam: Hoe kan ons huis 'n plek wees waar iemand veilig kan sê: 'Dit het my seergemaak'?

BID

Bid: 'God van waarheid en genade, gee ons moed om eerlik te wees, sagmoedigheid om skuld te erken en wysheid om veilige herstel te soek. Amen.' Sit daarna 'n kort rukkie stil.

VIR VANDAG

Moenie 'n onveilige verhouding alleen probeer herstel nie. Praat eers met 'n betroubare volwassene, pastorale begeleier of professionele persoon.

Maak 'n stoel nader

Geloofsanker

Ontvangde genade word 'n plek, 'n naam, 'n stoel en 'n nuwe gewoonte.

LEES

Psalm 133 en Romeine 12:9-13

Psalm 133 noem saamleef goed en mooi. Dit beteken nie almal is dieselfde of stem altyd saam nie. God vorm 'n gemeenskap waarin mense leer om mekaar as gawes te ontvang. Gasvryheid begin soms baie eenvoudig: 'n naam word onthou en 'n stoel word nader geskuif.

DOEN

Teken 'n tafel met stoele. Skryf julle name by die tafel en voeg iemand se naam by vir wie julle doelbewus ruimte wil maak. Kies een uitnodiging of daad vir die komende week. Skryf die datum neer.

As jy alleen werk: Teken jou netwerk en kies een persoon wat jy nader wil leer ken of ondersteun.

DINK

Jonger kinders: Wie kan jy nooit om saam te speel of sit?

Tieners en volwassenes: Wie staan op die rand van jou gewone kring?

Saam: Watter een gewoonte kan mense meer welkom en veilig laat voel?

BID

Spreek om die beurt hierdie seën uit, sonder dat fisieke aanraking nodig is: 'Mag jy weet dat Christus jou ontvang. Mag jou woorde waarheid dra, jou grense veilig wees en jou lewe ruimte vir ander maak. Amen.'

VIR VANDAG

Kies 'n daad wat nie net aanlyn bly nie: sit by iemand wat alleen is, nooit iemand saam of sluit iemand natuurlik by 'n gesprek in.

Wat neem ons saam?

Die doel is nie dat elke gesprek perfek verloop het nie. Let op die klein oomblikke waarin iemand geluister, eerlik gepraat, gebed, herstel gesoek of ruimte gemaak het.

Gesels saam

Laat elkeen een of twee sinne voltooi:

- Hierdie week het ek ontdek ...
- Iets wat ek oor God raakgesien het ...
- Iemand het my laat welkom voel toe ...
- 'n Vraag wat ek nog het ...
- Volgende week wil ek ruimte maak deur ...

'n Getuie vir die week

Kies een foto, woord, kaartjie of tafelprent uit die week. Plaas dit waar julle dit sal sien. Laat dit nie 'n prestasiekaart wees nie, maar 'n herinnering aan die genade wat julle ontvang en wil ervaar.

Kies een weekverbond

- ☐ Ons sal luister voordat ons antwoord.
- ☐ Ons sal vroeë verwelkom, ook wanneer ons nie die antwoord ken nie.
- ☐ Ons sal eerlik 'jammer' sê sonder verskonings.
- ☐ Ons sal vir een persoon ruimte maak.
- ☐ Ons sal kort en gereeld saam bid.

Skryf julle keuse neer en besluit wie die eerste stap neem.

Weekrefrein

Sê dit stadig saam:

Christus ontvang ons deur genade.
Ons maak ruimte vir ander.

Seën vir julle huishouding

Mag die vrede van Christus in hierdie huis woon. Mag julle ore oop wees vir mekaar, julle woorde waarheid en sagtheid dra, en julle tafel 'n teken van ruim genade word. Mag die Heilige Gees julle wys wie se stoel nader geskuif moet word. Amen.

Bronne vir verdere verdieping

Die bronyls ondersteun die teologiese inhoud en die keuse vir kort, deelnemende en intergenerasionele geloofspraktyke. Die hoofteks bly doelbewus eenvoudig en toeganklik.

Teologiese gesprekspartners

Die Bybel

Matteus 15:10-28; Genesis 45:1-15; Psalm 13; Psalm 133;
Romeine 11:1-2a, 29-32; Romeine 12:9-13.

Belydenisskrifte

Heidelbergse Kategismus, Sondae 1, 7, 21 en 33; Nederlandse
Geloofsbelydenis, Artikels 22, 23 en 27.

Case-Winters, Anna. Matthew: A Theological Commentary on
the Bible. Westminster John Knox Press, 2015.

Bruner, Frederick Dale. Matthew: A Commentary. Hersiene en
uitgebreide uitgawe. Eerdmans.

Calvyn, Johannes. Commentary on a Harmony of the
Evangelists, Matthew, Mark, and Luke. Kommentaar by Matteus
15:21-28.

Plantinga, Cornelius, Jr. Not the Way It's Supposed to Be.
Eerdmans, 1995.

Volf, Miroslav. Exclusion and Embrace. Hersiene uitgawe.
Abingdon Press, 2019.

Jennings, Willie James. The Christian Imagination. Yale
University Press, 2010.

Gesinsgeloofsvorming

Fuller Youth Institute

Sticky Faith-navorsing en hulpbronne oor ouers se rol,
intergenerasionele verhoudings, geloof wat die hele lewe raak
en 'n veilige plek vir vrae en twyfel. fulleryouthinstitute.org

Search Institute

Developmental Relationships Framework. Die praktyke van
omgee, ondersteuning, groei, gedeelde seggenskap en nuwe
moontlikhede het die gespreksriglyne gevoed.
searchinstitute.org

John Roberto, Lifelong Faith

Hulpbronne oor gesinsgeloofsvorming en praktyke waarin
verskillende ouderdomme saam leer, bid, dien en vier.
lifelongfaith.com

Faith Inkubators

FAITH5. 'n Eenvoudige huishoudelike ritme van deel, lees,
gesels, bid en seën. faithink.com

Die formaat Lees, Dink, Doen en Bid is vir hierdie gemeente se
weekbron aangepas. Dit skep ruimte vir die Bybel, eerlike
gesprek, beliggaamde praktyk en deelnemende gebed.

Pastorale verantwoording

Kinders en tieners word as volwaardige deelnemers benader. Vrae laat ruimte vir verskillende antwoorde, twyfel en stilte. Geen oefening behoort sensitiewe bekendmaking, fisieke aanraking, verskoning of versoening af te dwing nie. Waar daar gevaar, trauma of ernstige konflik is, bly veiligheid en gepaste professionele ondersteuning belangrik.