

MATTEUS 15:10-28



Genade ken geen grens nie.



Van die rand na die tafel

'Vrou, groot is jou geloof. Wat jy wil hê, sal gebeur.'

Matteus 15:28, kort aanhaling

PASTORALE HANDLEIDING

Persoonlike en geestelike vorming

Maandag 17 tot Saterdag 22 Augustus 2026

'n Reis deur die verhaal

Die week volg die Kanaänitiese vrou van die rand van die verhaal tot by Jesus se erkenning van haar geloof. Lees Matteus 15:10-28 aan die begin van die week. Die voorafgaande gesprek oor reinheid help ons raaksien hoe Matteus uiterlike grense en die hart se werklikheid langs mekaar plaas.

Hoe om die handleiding te gebruik

Neem ongeveer 15-20 minute per dag.

1. Kom tot rus en lees die dag se teks.
2. Merk die sin wat jou aandag hou.
3. Skryf eerlik, sonder om jouself te beoordeel.
4. Kies net een haalbare volgende stap.
5. Eindig met die gebed of jou eie woorde.

Jy hoef nie elke vraag te beantwoord nie. Stadige, eerlike aandag is belangriker as voltooiing.

Die beweging van die week

Maandag: raak bewus van die rand.

Dinsdag: benoem die nood en die liefde daaragter.

Woensdag: onderskei stilte van die verhaal wat vrees skryf.

Donderdag: herken hoe uitsluiting werk.

Vrydag: volhard sonder om te maak asof alles van jou afhang.

Saterdag: laat ontvangde genade ruimte vir ander word.

Teologiese grondtoon

Matteus noem haar doelbewus 'n Kanaänitiese vrou, 'n benaming vol historiese spanning. Sy spreek Jesus aan as Here en Seun van Dawid. Jesus se sending na Israel dra die historiese prioriteit van God se verbondsgeskiedenis, maar die verhaal wys dat die Messias se genade nie deur etniese of sosiale grense uitgeput word nie.

Die beeld van brood, kinders en hondjies bly moeilik. Die vrou vertrou nie op haar aanspraak of beheer nie, maar op die oorstroom van die Huisheer. Jesus se antwoord, 'Groot is jou geloof', plaas haar in Matteus se geloofsgeheue. Haar volharding is daarom geen formule wat 'n gewenste uitkoms waarborg nie.

Veiligheid en vryheid

Hierdie bron vervang nie professionele terapie, mediese sorg of regsadvies nie. Volharding beteken nooit dat jy mishandeling, intimidasie, manipulasie of 'n onveilige verhouding moet verdra nie.

As 'n oefening intense herinneringe oopmaak, kan jy stop, jou voete op die grond plaas, iemand betroubaar kontak en later met gepaste ondersteuning terugkeer.

Buite die kring

Om raak te sien waar jy uitgesluit voel, en waar jy self afstand skep.

Skrifspieël

'n Kanaänitiese vrou uit daardie gebied het gekom en geroep ... (Matteus 15:22).

In die verhaal

Sy kom van buite die bekende kring: 'n Kanaänitiese vrou, 'n moeder met nood, 'n stem wat die dissipels ongemaklik vind. Tog begin sy nie deur haar waarde te bewys nie. Sy benoem die nood en rig haar tot Jesus. Matteus se benaming laat die ou grens hoor, maar daardie etiket vertel nie die volle waarheid oor haar nie.

Persoonlike refleksie

- Waar voel ek tans net buite die kring?
- Watter gevolgtrekking oor myself maak ek wanneer ek nie ingesluit word nie?
- Wanneer het ek, al was dit klein, geweier om die Stem van die Rand die laaste woord te gee?
- Wie hou ek op 'n afstand omdat hulle vir my onbekend of ongemaklik voel?

'n Dieper perspektief

Uitsluiting probeer maklik 'n identiteit skryf: 'Ek hoort nêrens', 'my stem maak moeilikheid', of 'ek moet nuttig wees om welkom te wees'. 'n Narratiewe benadering help ons om die persoon van die probleem te onderskei. In plaas van 'ek is onwelkom', kan jy vra: 'Hoe probeer die Stem van die Rand my laat glo dat ek onwelkom is?' Dit ontken nie die seer nie. Dit maak ruimte om ander waarhede oor jou waardigheid, verbondenheid en identiteit in Christus raak te sien.

Oefening vir vandag

Teken drie konsentriese sirkels. Plaas binne name van mense by wie jy veilig voel, in die middel mense wat jy op 'n afstand hou, en buite mense of groepe wat jy maklik vermy. Skryf langs elke sirkel: 'Wat sê hierdie afstand vir my?' en 'Wat is vir my hier kosbaar?' Moenie vandag oplossings forseer nie.

Vir gebed

Asem in: 'Ek behoort aan Christus.' Asem uit: 'Ek hoef nie my waarde te bewys nie.' Herhaal dit vyf keer.

Vandag se klein stap

Let vandag op een oomblik van insluiting. Skryf neer wie of wat dit moontlik gemaak het.

Pastorale wysheid

Jy hoef nie 'n onveilige kring binne te tree om jou waarde te bewys nie. Behoort en grense kan saam bestaan.

Die moed om die nood te benoem

Om hulp te vra sonder om jou menswaardigheid prys te gee.

Skrifspieël

'Ontferm U oor my, Here, Seun van Dawid. My dogter ly verskriklik.' (Matteus 15:22, verkort).

In die verhaal

Die vrou praat helder. Sy noem wie ly en bring haar dogter se nood na Jesus. Haar roep is nie 'n keurige verklaring nie. Dit is eerlike gebed. Opvallend is dat sy vir iemand anders intree: haar woorde dra terselfdertyd nood, liefde en hoop.

Persoonlike refleksie

- Watter behoefte probeer ek kleiner maak sodat dit vir ander makliker is?
- Wat vrees ek sal gebeur as ek eerlik hulp vra?
- Watter waarde of liefde word deur my nood sigbaar?
- By wie kan ek veilig, duidelik en konkreet hulp vra?

'n Dieper perspektief

Wanneer 'n probleem baie ruimte inneem, hoor ons soms net wat verkeerd is. Narratiewe 'dubbele luister' vra ook: Wat wys hierdie nood oor dit wat vir jou kosbaar is? Haar angste oor haar dogter vertel ook van verbondenheid, trou en die weiering om lyding as onbelangrik te aanvaar. Jou behoefte is nie jou hele identiteit nie. Die waardes wat in jou versoek sigbaar word, is deel van 'n ryker verhaal oor wie jy is en waarvoor jy staan.

Oefening vir vandag

Voltooi: 'Die swaarste deel is ...' 'Wat dit oor my waardes wys, is ...' 'Die hulp wat ek nodig het, is ...' 'Die veiligste persoon of bron is ...' Formuleer daarna een klein versoek. 'Kan jy my Donderdag bel?' is duideliker as 'wees altyd daar vir my'.

Vir gebed

Bid stadig: 'Here, hier is my nood. Hier is die liefde daaragter. Hier is my volgende getroue stap.' Sit daarna twee minute in stilte.

Vandag se klein stap

Maak een konkrete versoek, of skryf dit eers neer as jy nog nie gereed is om dit te stuur nie.

Pastorale wysheid

'n Betroubare helper respekteer jou waardigheid en grense. Manipulasie, vernedering of geheimhouding wat jou isoleer, is waarskuwingstekens.

Die pyn van stilte

Om wagtyd te dra sonder om stilte as 'n oordeel oor jou waarde te lees.

Skrifspieël

'Maar Hy het haar nie 'n woord geantwoord nie.' (Matteus 15:23).

In die verhaal

Sy roep, en geen woord kom terug nie. Die teks jaag nie oor hierdie stilte nie. Dit laat ons in die ongemak staan. In so 'n oop ruimte word ou gevolgtrekkings maklik wakker: 'Ek is nie belangrik nie', 'ek vra te veel', of 'God het my verlaat'. Stilte is werklik, maar dit verklaar nie vanself wat dit beteken nie.

Persoonlike refleksie

- Wat is die bevestigde feit van my wagtyd?
- Watter vreesverhaal voeg ek by die feit?
- Watter ander moontlike betekenis is daar, sonder om vals sekerheid te skep?
- Wat het my reeds gehelp om wagtyd te oorleef?

'n Dieper perspektief

Probleemversadigde verhale verbind los gebeure tot 'n enkele harde gevolgtrekking. 'Daar is nog nie 'n antwoord nie' word dan 'niemand sal ooit antwoord nie'. Die eerste sin beskryf 'n feit; die tweede voorspel 'n toekoms en beoordeel jou waarde. Geloof ontken nie die feit nie. Dit help jou om versigtig te onderskei tussen wat jy weet, wat jy vrees, wat jy hoop en watter verantwoordelike optrede nou moontlik is.

Oefening vir vandag

Verdeel 'n bladsy in drie kolomme: 'Wat ek weet', 'Wat ek vrees' en 'Wat my dra'. Onderstreep slegs bevestigde feite. Kies dan een verantwoordelike aksie: opvolg teen 'n bepaalde datum, vra vir duidelikheid, rus, of soek alternatiewe hulp.

Vir gebed

Plaas jou voete plat. Asem vier tellings in en ses uit. Bid by die inasem: 'Here Jesus.' By die uitasem: 'Ontferm U.' Hou twee minute aan.

Vandag se klein stap

Besluit vooraf wanneer jy weer sal opvolg. Dit gee wagtyd 'n grens sonder om 'n antwoord af te dwing.

Pastorale wysheid

Moenie langdurige stilte by gesondheids-, veiligheids-, regs- of werksake romantiseer nie. Verantwoordelike opvolg en professionele raad kan nodig wees.

Wanneer ander jou wil wegstuur

Om die werking van uitsluiting in jouself en jou gemeenskap te herken.

Skrifspieël

'Stuur haar weg, want sy hou aan om agter ons aan te roep.' (Matteus 15:23).

In die verhaal

Die dissipels hoor haar roep, maar hulle hoor nog nie haar dogter se nood nie. Hulle hoor hoofsaaklik die steurnis. Dit is moontlik om naby Jesus te wees en tog 'n mens se nood as 'n onderbreking te beleef. Die verhaal vra nie net waar ons uitgesluit voel nie, maar ook hoe ons self aan grense deelneem.

Persoonlike refleksie

- Watter soort persoon maak my vinnig ongeduldig?
- Wanneer reageer ek op iemand se manier van praat eerder as op wat hulle sê?
- Watter gewoonte in my ruimte kan 'n onnodige hindernis wees?
- Wie het my geleer om beter te luister, en wat sou daardie persoon vandag raaksien?

'n Dieper perspektief

Uitsluiting werk dikwels deur klein, herhaalde praktyke: irritasie, grappies, taal, tempo, prosedures en die aanname dat ander altyd moet aanpas. 'n Kaart van invloed vra twee kante: Hoe beïnvloed uitsluiting mense en verhoudings? En hoe beïnvloed mense soms die mag van uitsluiting terug? Luister is een teenpraktyk. Dit maak nie elke verskil weg nie, maar gee die ander se ervaring 'n waardige plek in die gesprek.

Oefening vir vandag

Vra iemand: 'Wat beleef jy wat ek dalk nie raaksien nie?' Luister tien minute sonder om te verduidelik, vergelyk of reg te maak. Som op: 'Wat ek jou hoor sê, is ...' en vra of jy reg verstaan. Dank die persoon vir die vertroue.

Vir gebed

'Gees van Christus, onderbreek my gemak. Leer my om agter die geraas die mens en die nood te hoor.'

Vandag se klein stap

Verander een klein gewoonte wat iemand se deelname makliker maak, byvoorbeeld taal, tyd, toegang of luisterruimte.

Pastorale wysheid

Empatie vereis nie instemming met alle gedrag nie. Jy kan die ander se menswaardigheid erken en terselfdertyd eerlike, veilige grense behou.

Volharding sonder beheer

Om aan hoop vas te hou terwyl jy jou greep op die uitkoms verslap.

Skrifspieël

'Here, help my ... selfs die hondjies eet van die krummels wat van die tafel val.' (Matteus 15:25-27, verkort).

In die verhaal

Die gesprek word skerper. Jesus benoem Israel se historiese prioriteit met die beeld van kinders se brood. Die beeld is moeilik en mag nooit gebruik word om 'n mens te ontmenslik nie. Die vrou bly in die gesprek. Sy vind binne die beeld 'n opening en vertrou op die oorgloed van die Huisheer.

Persoonlike refleksie

- Watter uitkoms probeer ek met alle mag beheer?
- Wat is werklik my verantwoordelikheid?
- Wat behoort aan 'n ander persoon se keuse of aan omstandighede buite my beheer?
- Wanneer het ek reeds getrou opgetree sonder sekerheid oor die uitkoms?

'n Dieper perspektief

Volharding en beheer kan van buite dieselfde lyk, want albei hou aan. Beheer sê: 'Ek kan eers leef wanneer hierdie persoon of uitkoms verander.' Geloof sê: 'Ek sal eerlik vra en verantwoordelik optree, maar my waarde en die hele toekoms rus nie op my greep nie.' Jesus se erkenning van haar groot geloof is nie 'n belofte dat lank genoeg bid altyd die gewenste uitslag bring nie. Dit is 'n getuigenis van vertroue wat binne 'n harde oomblik na genade bly uitreik.

Oefening vir vandag

Maak twee lyste. Onder 'Vashou' skryf jy waardes, beloftes en verantwoordelike stappe. Onder 'Loslaat' skryf jy tydlyne, ander mense se reaksies en uitkomst wat jy nie beheer nie. Vou die tweede lys toe en plaas dit by jou gebedsplek.

Vir gebed

Herhaal: 'Ek doen wat liefde en waarheid vandag vra. Here, bewaar my van die illusie dat alles op my greep rus.'

Vandag se klein stap

Neem een stap uit jou 'Vashou'-lys en laat een beheerpoging doelbewus rus.

Pastorale wysheid

Volharding is nooit toestemming om iemand aan te hou kontak nadat 'n duidelike grens gestel is nie. Respekteer toestemming, privaatheid en veilige afstand.

Van ontvangde genade na ruimte vir ander

Om die week te integreer en een konkrete praktyk van gasvryheid te kies.

Skrifspieël

'Vrou, groot is jou geloof. Wat jy wil hê, sal gebeur.' (Matteus 15:28, kort aanhaling).

In die verhaal

Die vrou vertrek met haar dogter genees en met 'n woord oor haar uitgespreek: 'Groot is jou geloof.' Matteus gee nie haar naam nie, maar die kerk ontvang haar verhaal. Die evangelie se beweging na die nasies kom later volledig na vore. Hier sien ons reeds dat Christus se genade nie klein of skaars is nie.

Persoonlike refleksie

- Wat het ek oor my reaksie op uitsluiting ontdek?
- Watter waarde of geloofsverbintenis het sterker na vore gekom?
- Wie het hierdie voorkeurverhaal reeds in my raakgesien?
- Wie staan tans op die rand van my aandag of gemeenskap?

'n Dieper perspektief

'n Voorkeurverhaal word sterker wanneer dit nie net privaat gedink word nie, maar deur praktyke en getuies verdik word. Vra: Wie het al die waardes in my raakgesien wat ek hierdie week herontdek het? Wie kan help dat gasvryheid, waarheid en veilige grense deel van my gemeenskap se gewone lewe word? Ontvangde genade word nie 'n rede om bo ander te staan nie. Dit word 'n oop hand en, waar moontlik, 'n stoel wat nader skuif.

Oefening vir vandag

Teken 'n tafel en plaas jou naam by een stoel. Skryf naby die tafel mense by wie waarheid, waardigheid en gasvryheid saam kan bestaan. Skryf verder weg waar 'n veilige grens nodig is. Kies een stap: 'n uitnodiging, luistergesprek, verskoning, verwysing, gebed of duidelike grens.

Vir gebed

Hou jou hande oop: 'Christus, U ontvang my deur genade. Gee my wysheid om veilige ruimte te skep, moed om waarheid te praat en 'n hart wat u oorvloed vertrou.'

Vandag se klein stap

Deel jou gekose stap en datum met een betroubare getuie wat jou kan aanmoedig.

Pastorale wysheid

Versoening kan nie afgedwing word nie. By misbruik, gevaar of volgehoue ontkenning kan afstand en professionele begeleiding die getroue stap wees.

Wat wil verder gestalte kry?

Moenie die week probeer opsom asof alles nou opgelos is nie. Let eerder op die dun, lewende draad van waarheid, hoop of agentskap wat jy wil bly volg.

Vyf sinne om te voltooi

1. Die Stem van die Rand probeer my laat glo ...
2. 'n Ryker waarheid oor my is ...
3. Dit wat vir my kosbaar geword het, is ...
4. Die grens of verantwoordelike stap wat ek moet neem, is ...
5. Die persoon vir wie ek veilige ruimte wil maak, is ...

'n Kort brief aan jouself

Begin so: 'Hierdie week het ek jou sien ...' Skryf oor 'n oomblik van moed, eerlikheid, grensstelling, gebed of gasvryheid. Benoem wat dié oomblik oor jou waardes en jou verhouding met God getuig. Hou die brief waar jy dit volgende week weer kan lees.

Kies 'n eenvoudige weekverbond

- ☐ Ek sal luister voordat ek antwoord.
- ☐ Ek sal hulp vra voordat ek oorweldig word.
- ☐ Ek sal 'n duidelike grens stel sonder om die ander te verneder.
- ☐ Ek sal 'n stoel nader skuif.
- ☐ Ek sal bid sonder om te maak asof ek die uitkoms beheer.

Skryf jou gekose sin op 'n kaart en lees dit vir sewe dae.

'n Getuie vir die voorkeurverhaal

Wie is 'n veilige persoon wat hierdie groei in jou kan raaksien en help verdik? Deel een ontdekking en een volgende stap. Vra die persoon om oor 'n week weer daaroor te vra. Gemeenskap vervang nie jou agentskap nie; dit help jou om dit te onthou.

Wanneer verdere ondersteuning wys is

As hierdie week trauma, aanhoudende depressiewe gevoelens, vrees, mishandeling of 'n gevoel van onveiligheid oopgemaak het, hoef jy dit nie alleen te dra nie. Praat met 'n betroubare pastorale begeleier en, waar toepaslik, 'n geregistreerde terapeut, mediese praktisyn of ander bevoegde professionele persoon. By onmiddellike gevaar, kies veiligheid en noodhulp eerste.

Bronne vir verdere verdieping

Die hoofteks is doelbewus toeganklik geskryf. Die bronne hieronder het die teologiese en narratiewe-pastorale verdieping gevoed. Geen direkte aanhalings uit die terapeutiese bronne is in die handleiding gebruik nie.

Teologiese en Bybelse gesprekspartners

Skrif

Matteus 15:10-28; Genesis 45:1-15; Psalm 133.

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

France, R. T. The Gospel of Matthew. New International Commentary on the New Testament. Eerdmans, 2007.

Volf, Miroslav. Exclusion and Embrace: A Theological Exploration of Identity, Otherness, and Reconciliation. Hersiene en bygewerkte uitgawe. Abingdon Press, 2019.

Jennings, Willie James. The Christian Imagination: Theology and the Origins of Race. Yale University Press, 2010.

Heidelbergse Kategismus. Veral Sondae 1, 7 en 21 as taal vir behoort, geloofsvertroue en die gemeenskap van die heiliges.

Narratiewe gesprekspartners

White, Michael, en David Epston. Narrative Means to Therapeutic Ends. W. W. Norton, 1990.

White, Michael. Maps of Narrative Practice. W. W. Norton, 2007.

Freedman, Jill, en Gene Combs. Narrative Therapy: The Social Construction of Preferred Realities. W. W. Norton, 1996.

Morgan, Alice. What Is Narrative Therapy? An Easy-to-Read Introduction. Dulwich Centre Publications, 2000.

Hierdie gesprekspartners ondersteun onder meer die onderskeid tussen persoon en probleem, aandag aan probleemversadigde en voorkeurverhale, unieke uitkomst, waardes, agentskap, die verdere ontwikkeling van voorkeurverhale, betekenisvolle getuies en die sosiale konteks van identiteit.

Redaksionele en pastorale verantwoording

Die oorspronklike weekbeweging en kernbedoeling is behou, maar herhaling is verminder en elke dag se oefening is herskryf om van ervaring na refleksie, betekenis, geloofsonderskeiding en 'n haalbare volgende stap te beweeg. Narratiewe praktyke dien hier as pastorale hulpmiddels. Hulle vervang nie Skrif, evangelie, kerklike gemeenskap of professionele terapie nie.

Die moeilike spanning in Matteus 15 is nie gladgestryk nie. Israel se historiese prioriteit is erken sonder vervangingsteologie, en die vrou se geloof is gevier sonder om volharding in 'n tegniek vir gewaarborgde uitkomst te verander.