



SEE MORE JESUS · WANTTOSEEMORE.COM

Was sagt die Bibel über Selbstbeherrschung (Mäßigung)? — Andacht und Gebet · KJV-Schriftstellen mit Strong's-Nummern

EINE ANDACHT UND EIN GEBET · EINE KURZE LESUNG ZUM MITNEHMEN, UND EIN GEBET ZUM ABSCHLUSS

Mäßigkeit — Grundlegende biblische Lehre

ERÖFFNUNGSWORT

Heute, bevor der Tag dich trägt, wohin er will, ergreife die erste Regel: beherrsche deinen eigenen Geist. Das ist die größte Macht, die einem Menschen gegeben ist — größer als eine Stadt zu erobern. Du wirst einem erlaubten Ding begegnen, das dich beherrschen will, und einem unerlaubten Ding, das dich verkaufen will; und der Selbstbeherrschte sagt beiden Nein. Sei nüchtern. Bleibe wachsam. Halte deinen Leib unter Zucht, und gib dem Fleisch keinen Raum. Du musst nicht aus eigener Kraft stark sein, denn Selbstbeherrschung ist eine Frucht des Geistes — sie wächst an seinem Weinstock, nicht an deinem. Entschließe dich in deinem Herzen, bevor die Stunde der Versuchung kommt, so wie Daniel sich entschied, bevor die Speise des Königs vor ihn hingestellt wurde; und wenn die Sünde nach deinem Gewand greift, fliehe, so wie Joseph floh. Was du um seinetwillen loslässt, ist ein Stück Kleidung; was du bewahrst, bist du selbst. Die Gnade lehrt dich, dem gottlosen Wesen Nein zu sagen, und der Selbstbeherrschte läuft um eine Krone, die niemals verwelkt. Forsche es aus.

GRIECHISCHE SCHLÜSSELWÖRTER

“**Mäßigkeit**” — **G1466 egkrateia** — Selbstbeherrschung
Die Frucht des Geistes ist Sanftmut, Mäßigkeit — sie wächst aus ihm.

“**sei nüchtern**” — **G3525 nepho** — besonnen sein, wachen
Seid nüchtern, seid wachsam, denn der Widersacher wandelt umher.

HEBRÄISCHE SCHLÜSSELWÖRTER

“Regel” — **H4910 masha** — herrschen, Herrschaft haben
wer seinen Geist beherrscht, ist besser, als wer eine Stadt einnimmt.

“Regel” — **H4623 matsar** — Beherrschung, Zurückhaltung
wer über seinen eigenen Geist keine Herrschaft hat, ist wie eine Stadt ohne Mauern.

I. BEHERRSCHE DEINEN EIGENEN GEIST

Sprüche 16:32 Ein Geduldiger ist besser denn ein Starker, und der seines Mutes Herr ist, denn der Städte gewinnt. **[H4910 masha ■]**

DER SEINES MUTES HERR IST = BESSER DENN DER STÄDTE GEWINNT.

(Meine persönlichen Gedanken — heute liegt der große Kampf nicht dort draußen, sondern in dir. Du wirst vielleicht niemals eine Stadt einnehmen, aber du kannst über deinen Geist herrschen, und das rechnet Gott als den größeren Sieg. Sei heute langsam zum Zorn; halte deinen Geist, wie ein Statthalter eine Stadt hält, und du bist stärker als die Mächtigen.)

II. MÄSSIG IN ALLEN DINGEN

1. Korinther 9:25 Ein jeglicher aber, der da kämpft, enthält sich alles Dinges; jene also, daß sie eine vergängliche Krone empfangen, wir aber eine unvergängliche. **[G1467 egkrateuomai ■]**

DER DA KÄMPFT = ENTHÄLT SICH ALLES DINGES → EINE UNVERGÄNGLICHE KRONE.

(Meine persönlichen Gedanken — man beachte das Maß: selbstbeherrscht in ALLEN Dingen, nicht nur in einigen. Ein Athlet im Training verweigert sich viele erlaubte Dinge um eines Preises willen, der verwelkt. Verweigere dir heute eine Sache um eines Preises willen, der nicht verwelken kann, und du hast wohl gelaufen.)

DAS WORT, DAS MAN IM HERZEN BERGEN SOLL

Galater 5:22 Die Frucht aber des Geistes ist Liebe, Freude, Friede, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Glaube, Sanftmut, Keuschheit.

Galater 5:23 Wider solche ist das Gesetz nicht.

DIE FRUCHT ABER DES GEISTES IST LIEBE, FREUDE, FRIEDE, GEDULD, FREUNDLICHKEIT, GÜTIGKEIT, GLAUBE, SANFTMUT, KEUSCHHEIT.

DAS GEBET

Herr, du bist der Gott, der den Geist gibt, und die Frucht des Geistes ist Enthaltsamkeit; darum bitte ich nicht um meine eigene Kraft, sondern um die deine. Lehre mich heute, meinen eigenen Geist zu beherrschen, was größer ist, als eine Stadt einzunehmen; mache mich langsam zum Zorn, nüchtern und wachsam, denn mein Feind geht umher wie ein Löwe. Halte meinen Leib in Zucht, und lass nichts Erlaubtes über mich herrschen; lass mich dem Fleisch keinen Raum geben, seine Begierden zu stillen. Setze den Vorsatz in mein Herz, bevor die Stunde der Versuchung kommt, so wie Daniel es sich zuvor vornahm; und wenn die Sünde mich ergreift, gib mir die Füße Josephs, um zu fliehen und mich rein zu bewahren. Und weil die Liebe vieler erkalten wird, gib mir die Enthaltsamkeit, um bis ans Ende auszuharren und nicht lau zu werden — halte mich im Wettkampf nach den Regeln, damit ich nicht verworfen werde, sondern die Krone empfangen, die nicht verwelkt. So lehre mich durch deine Gnade, dem gottlosen Wesen und den weltlichen Begierden zu entsagen und besonnen, gerecht und gottesfürchtig zu leben, in Erwartung jener seligen Hoffnung. Amen.

SCHLUSS

1. Korinther 10:13 Es hat euch noch keine denn menschliche Versuchung betreten; aber Gott ist getreu, der euch nicht läßt versuchen über euer Vermögen, sondern macht, daß die Versuchung so ein Ende

gewinne, daß ihr's könnet ertragen.

GOTT IST GETREU → ER MACHT, DASS DIE VERSUCHUNG SO EIN ENDE GEWINNE, DASS IHR'S KÖNNET ERTRAGEN.

SOURCES & CREDITS

Scripture: Lutherbibel 1912 (Public Domain) — a redistributable edition, looked up exactly and never machine-translated.

Alternate chapter/verse numbering reconciled with STEP Bible TVTMS (CC BY 4.0).

Strong's numbering & original-language data: OpenScriptures Hebrew Bible (CC BY 4.0); STEP Bible.org — TAHOT/TAGNT/TBESH/TBESG (CC BY 4.0); Robinson-Pierpont Byzantine Majority Text (Public Domain); Strong's dictionary, 1890 (Public Domain).

Typography: Google Noto fonts (SIL Open Font License 1.1).

© SEE MORE JESUS · wanttoseemore.com — shared under Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0).