



SEE MORE JESUS · WANTTOSEEMORE.COM

Wat Zegt de Bijbel Over Zelfbeheersing (Matigheid)? — Devotioneel en Gebed · KJV- Schriftteksten met Strong-nummers

EEN DEVOTIONEEL EN EEN GEBED · EEN KORTE LEZING OM MEE TE DRAGEN, EN EEN GEBED TER
AFSLUITING

Zelfbeheersing — Fundamentele Bijbelse Leer

OPENEND WOORD

Vandaag, voordat de dag u meesleurt waarheen hij maar wil, neem de eerste regel ter hand: heers over uw eigen geest. Dat is de grootste macht die een mens gegeven is — groter dan het innemen van een stad. U zult een geoorloofd iets ontmoeten dat u wil beheersen, en een ongeoorloofd iets dat u wil verkopen; en de zelfbeheerste mens zegt tegen beide nee. Weest sober. Blijf wakker. Houd uw lichaam onder bedwang, en geef het vlees geen ruimte. U hoeft niet op eigen kracht sterk te zijn, want zelfbeheersing is een vrucht van de Geest — het groeit aan zijn wijnstok, niet aan de uwe. Beslis in uw hart voordat het uur der verzoeking komt, zoals Daniël besliste voordat het voedsel van de koning hem voorgezet werd; en wanneer de zonde uw kleren grijpt, vlucht, zoals Jozef vluchtte. Wat u om zijnentwil loslaat, is een stuk kleding; wat u behoudt, is uzelf. De genade leert u nee te zeggen tegen goddeloosheid, en de zelfbeheerste mens loopt voor een kroon die nooit verwelkt. Zoek het uit.

GRIEKSE KERNWOORDEN

“matigheid” — **G1466 egkrateia** — zelfbeheersing
de vrucht van de Geest is zachtmoedigheid, matigheid — zij groeit uit Hem voort.

“nuchter zijn” — **G3525 nepho** — voorzichtig zijn, waken
Weest sober; weest waakzaam, want de tegenpartij wandelt rond.

HEBREEUWSE SLEUTELWOORDEN

“regel” — **H4910 mashal** — heersen, overheersen

wie zijn geest beheerst is beter dan wie een stad inneemt.

“regel” — **H4623 matsar** — beheersing, terughoudendheid

hij die geen heerschappij heeft over zijn eigen geest, is een stad zonder muren.

I. BEHEERS UW EIGEN GEEST

Spreuken 16:32 De lankmoedige is beter dan de sterke; en die heerst over zijn geest, dan die een stad inneemt. [**H4910 mashal** ■]

DIE HEERST OVER ZIJN GEEST = BETER DAN DIE EEN STAD INNEEMT.

(Mijn persoonlijke gedachten — vandaag is de grote strijd niet daarbuiten, maar in jou. Je zult misschien nooit een stad innemen, maar je kunt over je eigen geest heersen, en God rekent dat als de grotere overwinning. Wees vandaag traag tot toorn; bewaak je geest zoals een landvoogd een stad bewaakt, en je bent sterker dan de machtigen.)

II. MATIG IN ALLE DINGEN

1 Korinthiers 9:25 En een iegelijk, die om prijs strijdt, onthoudt zich in alles. Dezen dan doen wel dit, opdat zij een verderfelijke kroon zouden ontvangen, maar wij een onverderfelijke.

[**G1467 egkrateuomai** ■]

DIE OM PRIJS STRIJDT = ONTHOUDT ZICH IN ALLES → EEN ONVERDERFELIJKE KROON.

(Mijn persoonlijke gedachten — let op de maatstaf: zelfbeheerst in ALLE dingen, niet slechts in enkele. Een atleet in training ontzegt zichzelf vele geoorloofde dingen omwille van één prijs die vergaat. Ontzeg uzelf vandaag één ding omwille van een prijs die niet kan vergaan, en u hebt goed gelopen.)

HET WOORD OM IN HET HART TE VERBERGEN

Galaten 5:22 Maar de vrucht des Geestes is liefde, blijdschap, vrede, lankmoedigheid, goedertierenheid, goedheid, geloof, zachtmoedigheid, matigheid.

Galaten 5:23 Tegen de zodanigen is de wet niet.

DE VRUCHT DES GEESTES IS LIEFDE, BLIJDSCHAP, VREDE, LANKMOEDIGHEID, GOEDERTIERENHEID, GOEDHEID, GELOOF, ZACHTMOEDIGHEID, MATIGHEID.

DE GEBED

Heer, U bent de God die de Geest geeft, en de vrucht van de Geest is zelfbeheersing; daarom vraag ik niet om mijn eigen kracht, maar om de Uwe. Leer mij vandaag mijn eigen geest te beheersen, wat een groter iets is dan het innemen van een stad; maak mij traag tot toorn, en sober, en waakzaam, want mijn vijand gaat rond als een verscheurende leeuw. Houd mijn lichaam onder bedwang, en laat geen geoorloofd ding mijn meester worden; laat mij geen ruimte geven aan het vlees, om zijn begeerten te bevredigen. Stel het voornemen in mijn hart vóór het uur van verzoeking komt, zoals Daniël van tevoren besloot; en wanneer de zonde mij grijpt, geef mij de voeten van Jozef, om te vlucht en mijzelf rein te bewaren. En omdat de liefde van velen zal verkoelen, geef mij de zelfbeheersing om vol te houden tot het einde en niet lauw te worden — houd mij strijdend volgens de regels, zodat ik niet verworpen zal worden, maar de kroon zal ontvangen die niet verwelkt. Leer mij dus, door Uw genade, de goddeloosheid en de wereldse begeerten af te wijzen, en bezadigd, rechtvaardig en godvruchtig te leven in deze tegenwoordige wereld, uitzien naar die gezegende hoop. Amen.

SLUITING

1 Korinthiers 10:13 Ulieden heeft geen verzoeking bevangen dan menselijke; doch God is getrouw, Die u niet zal laten verzocht worden boven hetgeen gij vermoogt; maar Hij zal met de verzoeking ook de

uitkomst geven, opdat gij ze kunt verdragen.

GOD IS GETROUW → HIJ ZAL MET DE VERZOEKING OOK DE UITKOMST GEVEN, OPDAT GIJ ZE KUNT VERDRAGEN.

SOURCES & CREDITS

Scripture: Statenvertaling 1637 (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).