



SEE MORE JESUS · WANTTOSEEMORE.COM

Hva sier Bibelen om selvbeherskelse (måtehold)? — Del 2 · KJV-skriftsteder med Strongs numre

DEL 2 · ET NYTT STUDIUM BYGGET PÅ GRUNNLEGGENDE BIBELSK LÆRE

Temperance — Grunnleggende bibelsk doktrine

ÅPNINGSORD

Måtehold er et menneskes styrke vendt innover mot ham selv. Grunnlaget har allerede lagt det fast: måtehold er selvkontroll, en Åndens frukt; og den som mister det, selger seg selv, slik Ahab solgte seg selv til å gjøre ondt. Nå kommer nye vitner til den samme sannheten. Det greske ordet er egkrateia (G1466, selvkontroll), bygget på kratos (G2904, kraft) — kraft innvortes, herredømme over sitt eget selv. Det gamle ordet er mashal (H4910, å herske), ordet for en styresmann; og den vise mann setter dette ordet på et menneskes egen ånd. Merk deg dette vel: et menneske kan innta en by og likevel bli fanget av sine egne lyster. Den som hersker over sin ånd er bedre enn den mektige; den som ikke har herredømme er en nedbrutt by, uten murer, og enhver fiende går rett inn. Men denne frukten vokser fra Ånden, ikke fra den syndige natur. Vær sindige. Vak. Hold legemet i tømme. Bestemme deg i ditt hjerte, slik Daniel bestemte seg. Flykt, slik Josef flyktet. For nåden lærer oss å si nei til ugudelighet og verdslige lyster; og den selvbeherskede løper mot en krone som aldri visner. Gransk det ut.

TRE SPØRSMÅL DENNE STUDIEN BESVARER:

1. Hva er avholdenhet, og hvor kommer den fra — fra den syndige natur, eller fra Ånden?
2. Hva er en person som hersker over sin egen ånd, og hva er en person som ikke har herredømme over den?
3. Hvordan holder den selvbeherskede mannen sitt legeme i tømme, og hvilken krone er satt framfor ham?

GRUNNVOLLEN SOM ALLEREDE ER LAGT — MÅTEHOLD

GRUNNLAGET → AVHOLDENHET ER SELVBEHERSKELSE, EN ÅNDENS FRUKT (GALATIANS 5:23).

GRUNNLAGET → AKAB HADDE INGEN HERREDØMME OVER SIN APPETITT, OG SOLGTE SEG SELV TIL Å GJØRE ONDT (1 KONGEBOK 21:20).

GRUNNLAGET → ESAU SOLGTE SIN FØDELSRETT FOR ÉN RETT MAT (HEBREERNE 12:16).

FUNDAMENTET → EVA SÅ + BEGJÆRTE + TOK = KJØDETS LYST + ØYNEENS LYST + LIVETS STOLTHET (1 MOSEBOK 3:6; 1 JOHANNES 2:16).

GRUNNLAGET → KRISTUS LÆRTE LYDIGHET AV DET HAN LED (HEBREERNE 5:8).

GRUNNVOLLEN → KRISTUS FORNEDRET SEG SELV OG BLE LYDIG INNTIL DØDEN (FILIPPERNE 2:8).

GRUNNVOLLEN → HVER DEN SOM STRIDER I KAMPLEKENE, ER AVHOLDENDE I ALLE TING (1 KORINTIER 9:25).

Denne del 2 bekrefter den samme sannheten fra et nytt sett av vitner.

GRESKE NØKKELOD

“temperament” — **G1466 egkrateia** — selvkontroll, avholdenhet

mildhet, avholdenhet (måtehold): mot slike er loven ikke.

“er avholden” — **G1467 egkrateuomai** — å utøve selvbeherskelse

hver den som strider i veddekjempen, er avholdende i alle ting

“temperert” — **G1468 egkrates** — sterk i noe, mesterlig, selvbehersket

nykter, rettferdig, hellig, avholdende

“nøktern” — **G3525 nepho** — å avholde seg fra vin, å være forstandig, å være vaksom

vær sindig, vær vaksom

“nøkternt” — **G4996 sophronos** — med sunt sinn, måteholdent

vi skal leve tugtelig, rettferdig og gudelig

(Mine personlige tanker — merk ordfamilien, for de er tre fra ett hushold. egkrateia (G1466, selvbeherskelse) er selve frukten; egkrateuomai (G1467, å utøve selvbeherskelse) er det å gjøre det; egkrates (G1468, sterk i en ting) er personen selv, som i Titus 1:8 — sindig, rettferdig, hellig, avholdende. Og alle tre er bygget på kratos (G2904, kraft) — herredømme, makt, styrke. Gud valgte et ord om KRAFT for denne frukten. Måtehold er ikke svakhet; det er styrke vendt innover; en person som har herredømme over seg selv. Og merk nepho (G3525, å avstå fra vin): Strong sier det betyr å være sindig, å holde seg vaken. Den sindige personen er den vaksomme personen.)

HEBRAISKE NØKKELOD

“regel” — **H4910 mashal** — å herske, å ha herredømme, å regjere

Den som hersker over sin ånd er bedre enn den som inntar en stad

“regel” — **H4623 matsar** — kontroll, avholdenhet

den som ikke har herredømme over sin egen ånd

“besluttet” — **H7760 sum** — å legge, å plassere, å sette

Daniel satte sig i sitt hjerte for at han ikke vilde gjøre sig uren

“flyktet” — **H5127 nus** — å flykte, å unnslippe

og han lot sin kjortel i hennes hånd og flyktet

(Mine personlige tanker — de to ordspråkene taler én lære med to ord, og valget lærer oss noe. I Ordspråkene 16:32 er ordet mashal (H4910, å herske) — herredømmets ord, brukt om lysene satt til å herske over dagen og over natten (1 Mosebok 1:18), og om Josef gjort til hersker over hele Egyptens land (1 Mosebok 45:8). I Ordspråkene 25:28 er ordet matsar (H4623, kontroll), som kommer fra atsar (H6113, å tilbakeholde). Det ene ordet er en hersker på tronen; det andre er den tilbakeholdenhet som holder muren oppe. Gud regner et menneskes egen ånd både som et herredømme som skal styres, og som en by som skal voktes.)

ÅPNENDE ANKER

Galaterne 5:22 Men Andens frukt er kjærleik, gleder, fred, langmod, mildskap, godleik, truskap

ÅNDENS FRUKT = KJÆRLIGHET + GLEDE + FRED + LANGMODIGHET + MILDHET + GODHET + TRO.

Galaterne 5:23 [Stu21: 22] spaklynde, fråhald. [Stu21: 23] Mot slike er ikkje lovi. [**G1466 egkrateia** ▮]

MILDHET + MÅTEHOLD + MOT SLIKT ER LOVEN IKKE.

(Mine personlige tanker — merk deg først hva måtehold ER: det er FRUKT, og frukten hører Ånden til. egkrateia (G1466, selvbeherskelse) er den siste av de ni som er nevnt, og ordet er bygget på kratos (G2904, kraft) — kraft i det innerste, herredømme over sitt eget selv. Den syndige natur kan ikke la denne frukten vokse; det er Ånden som lar den vokse i dem som vandrer i Ånden. Og mot slikt er loven ikke.)

I. HERREDØMMET OVER EN MANNS EGEN ÅND

A. Salomos ordspråk 16:32 Ein tolug mann er betre enn ei kjempa, og den som styrer hugen sin, stend yver den som tek ein by. **[H4910 mashal ■]**

HAN SOM STYRER HUGEN SIN = BETRE ENN DEN SOM TEK EIN BY.

(Mine personlige tanker — ordet er mashal (H4910, å herske), herskerens ord. Gud akter den som hersker over sin egen ånd for større enn den mektige, større enn den som inntar en by. Det største herredømme er det innvendige.)

B. Salomos ordspråk 25:28 Som ein by med murarne brotne og burte er mannen som ikkje kann styra sin hug. **[H4623 matsar ■]**

HAN SOM INGEN HERREDØMME HAR OVER SIN EGEN ÅND = EN NEDBRUTT STAD + UTEN MURER.

(Mine personlige tanker — her er ordet matsar (H4623, kontroll), fra atsar (H6113, å tilbakeholde): tilbakeholdenhet. Ingen tilbakeholdenhet, ingen murer; og der murene er nede, kommer alle fiender inn.)

II. OMGJORD DERES SINNS LENDER — VÆR NØKTERNE, VÆR VÅKNE

A. 1. Peter 1:13 Difor, umgyrd dykkar hugs lender, ver ædrue og set dykkar von fullt og fast til den nåde som de fær tilførd ved Jesu Kristi openberring! **[G3525 nepho ■]**

OMGJORD DERES SINNS LENDER + VÆR ÅRVÅKNE + HÅP INDERLIG TIL ENDEN.

B. 1. Peter 5:8 Ver ædrue, vak! Dykkar motstandar djevelen gjeng ikring som ei burande løva og søkjer kven han kann gløypa; **[G3525 nepho ■]**

VÆR SINDIGE, VÆR VAKNE + DERES MOTSTANDER DJEVELEN, SOM EN BRØLENDE LØVE, GÅR OMKRING.

(Mine personlige tanker — Peter innleder sitt brev med: gjør deres sinn klart til tjeneste, vær edrue; og han avslutter det med: vær edrue, vær årvåkne. Og mot slutten viser han hvorfor: deres FIENDE. nepho (G3525, å avstå fra vin) betyr å være sindig, å holde seg våken. Det uforberedte sinn er byen uten murer; og en løve vandrer omkring og søker noen han kan oppsluke.)

III. DAGENS BARN — LA OSS VÅKE OG VÆRE SINDIGE

A. 1. Tessaloniker 5:6 Lat oss difor ikkje sova som dei andre, men lat oss vaka og vera ædrue! **[G3525 nepho ■]**

LAT OSS DIFOR IKKJE SOVA SOM DEI ANDRE + MEN LAT OSS VAKA OG VERA ÆDRUE.

B. 1. Tessaloniker 5:8 men me som høyrer dagen til, lat oss vera ædrue, klædde med den brynja som er tru og kjærleik, og med voni um frelsa som ein hjelm! **[G3525 nepho ■]**

LA OSS, SOM ER AV DAGEN, VÆRE VÅKNE + TROENS OG KJÆRLIGHETENS BRYSPANSE + OG FRELSENS HÅP SOM HJELM.

(Mine personlige tanker — de som sover, sover om natten, og de som drikker seg fulle, er fulle om natten (1 Tessalonikerne 5:7); men dere er lysets barn. Legg merke til hva den edrue bærer: en brynje, og en hjelm. Edrueighet er rustning. Og hjelmen er HÅP — det edrue sinn er et håpende sinn, som Peter også sier: vær edrue, og håp inntil enden.)

IV. LA IKKE SYNDEN HERSKE — IKKE UNDER MAKTEN AV NOE

A. 1. Korinter 6:12 Alt hev eg lov til, men ikkje alt gagnar; alt hev eg lov til, men eg skal ikkje lata noko få vald yver meg. **[G1850 exousiazo ■]**

ALT HEV EG LOV TIL + MEN IKKJE ALT GAGNAR + MEN EG SKAL IKKJE LATA NOKO FÅ VALD YVER MEG.

(Mine personlige tanker — exousiazo (G1850, å utøve myndighet over) — Strong's sier: å bringe under makten av. Her er den selvbeherskede personens prøve for lovlige ting: ikke bare, er det lovlig? men, vil det få makt over meg? En lovlig ting som hersker over deg, har blitt din herre; og ingen kan tjene to herrer.)

B. Romerne 6:12 Lat difor ikkje syndi råda i dykkar døylege likam, so de lyder lysterne hans!

[G936 basileuo ■]

LAT DIFOR IKKJE SYNDI RÅDA I DYKKAR DØYELEGE LIKAM.

C. Romerne 6:13 Og bjod ikkje heller fram lemerne dykkar åt syndi til våpn for urettferd, men bjod dykk sjølve fram åt Gud som upplivna frå daude, og lemerne dykkar åt Gud til våpn for rettferd!

[G3936 paristemi ■]

IKKE OVERGI HELLER DERES LEMMER TIL SYNDEN + OVERGI DERE SELV TIL GUD + DERES LEMMER SOM REDSKAPER TIL RETTFERDIGHET.

D. Romerne 13:14 men iklæd dykk Herren Jesus Kristus, og hav ikkje soleis umsut for kjøtet, at det vekkjer lyster! **[G4307 pronoia ■]**

MEN IKLÆD DYKK HERREN JESUS KRISTUS + OG HAV IKKJE SOLEIS UMSUT FOR KJØTET.

(Mine personlige tanker — basileuo (G936, å regjere) er ordet for en konge: synden søker en trone i den dødelige kroppen, og måteholdet sier, den skal ikke regjere. Og pronoia (G4307, forutseenhet) er forsyning — nøye planlegging i forveien. Den selvbeherskede person gjør ingen forsyning for den syndige natur; han lagrer ingen forsyninger for sin fiende. Han setter på seg Herren Jesus Kristus, og fremstiller kroppens lemmer for Gud.)

V. DET BESTEMTE HJERTE, OG DET TEMPERTE MENNESKE

A. Daniel 1:8 Men Daniel sette seg fyre at han ikkje vilde gjera seg urein med kongsmaten, eller med den vinen som han drakk; og han bad den øvste hirdmannen um å sleppa å gjera seg urein.

[H7760 sum ■]

DANIEL SATTE SEG FORE I SITT HJERTE → HAN VILLE IKKE BESMITTE SEG SELV.

(Mine personlige tanker — sum (H7760, å sette) betyr å sette, å plassere: Daniel SATTE det seg for hjertet før kongens mat ble satt frem for ham. Avgjørelsen kom før porsjonen. Måtehold blir ikke født i fristelsens time; det avgjøres i forveien.)

B. 1. Korinter 9:25 Kvar den som er med i tevling, er fråhaldande i alt, hine so dei kann få ein forgjengeleg krans, men me ein uforgjengeleg. **[G1467 egkrateuomai ■]**

HVER DEN SOM ER MED I TEVLING, ER FRÅHALDANDE I ALT → EIN UFORGJENGELEG KRANS.

(Mine personlige tanker — her er ordet verbet, egkrateuomai (G1467, å utøve selvbeherskelse) — måtehold i handling. Og merk målestokken: selvbehersket i ALLE ting, ikke i noen. De som løper for en krone som forgår, fornektet seg selv mange lovlige ting for én seiersprisen; hvor mye mer bør vi, som løper for en krone som aldri forgår.)

MUNNEN AV TO

Salomos ordspråk 16:32 Ein tolug mann er betre enn ei kjempa, og den som styrer hugen sin, stend yver den som tek ein by. **[H4910 mashal ■]**

HAN SOM STYRER HUGEN SIN = BETRE ENN DEN SOM TEK EIN BY.

Salomos ordspråk 25:28 Som ein by med murarne brotne og burte er mannen som ikkje kann styra sin hug. **[H4623 matsar ■]**

HAN SOM INGEN HERREDØMME HAR OVER SIN EGEN ÅND = EN NEDBRUTT STAD + UTEN MURER.

1. Korinter 9:25 Kvar den som er med i tevling, er fråhaldande i alt, hine so dei kann få ein forgjengeleg krans, men me ein uforgjengeleg. **[G1467 egkrateuomai ■]**

KVAR DEN SOM ER MED I TEVLING, ER FRÅHALDANDE I ALT.

(Mine personlige tanker — sett de to ordspråkene side om side, for begge taler ved hjelp av bildet av en BY. Den som råder over sin ånd, er bedre enn den som inntar en by; og den som ikke har herredømme, ER en by — nedbrutt og uten murer. Den samme ånd er enten en by som holdes trygg, eller en by som er brutt ned, og herredømmet er forskjellen. Så reiser Paulus seg som det tredje vitnet: seiersprisen tilfaller den som har herredømme over seg selv, og det i ALLE ting. Den som strider om prisen, må først være herre over seg selv; og hans krone visner aldri.)

SKYGGEN OG OPPFYLLELSEN

Shadow 1. Mosebok 39:9 Han hev ikkje meir å segja i dette huset enn eg, og hev ikkje meinka meg nokon ting utan deg, etter di du er kona hans. Korleis kunde eg då gjera so stygg ei gjerning, og so synda mot Gud?» **[H2398 chata ■]**

HVORDAN SKULLE JEG DA KUNNE GJØRE DENNE STORE OGN + SYNDE MOT GUD?

Shadow 1. Mosebok 39:12 Då greip ho honom i kjolen og sagde: «Kom og ligg med meg!» Men han rømde ut og let kjolen etter seg i henderne hennar. **[H5127 nus ■]**

HAN LOT SIN KLEDNING LIGGE I HENNES HÅND OG FLYKTET OG KOM SEG UT.

Fulfillment 2. Timoteus 2:22 Men fly frå dei ungdomslege lyster, og trå etter rettferd, tru, kjærleik, fred med deim som påkallar Herren av eit reint hjarta! **[G5343 pheugo ■]**

FLY OGSÅ FRA UNGDOMMENS LYSER + FØLG RETTFERDIGHET, TRO, KJÆRLIGHET, FRED.

(Mine personlige tanker — Josef er skyggen av budet før budet var skrevet. Hans svar sto klart før fristelsen kom — hvordan skulle jeg da gjøre denne store ondskap og synde mot Gud? — likesom Daniels beslutning sto klar før portsjonen. Og da hun grep i klærne hans, forlot han klærne og flyktet — nus (H5127, å flykte). Paulus skriver det samme til Timoteus i ett ord: pheugo (G5343, å flykte) — fly også de ungdommelige lyster. Legg merke til det: ordet er ikke stå og kjemp, men FLY — og sammen med flukten, en etterfølgelse: jag etter rettferdighet, tro, kjærlighet, fred. Josef mistet en kledning og bevarte seg selv ren.)

LUKKING

2. Peter 1:6 og i skynsemdi fråhald, og i fråhaldet tolmod, og i tolmodet gudlegdom **[G1466 egkrateia ■]**
TIL KUNNSKAPEN SKYNSEMD + TIL SKYNSEMDI FRÅHALD + TIL FRÅHALDET TOLMOD + TIL TOLMODET GUDLEGDOM.

Titus 2:12 med di han uppsedar oss til å segja frå oss gudløysa og dei verdslege lyster og liva viseleg og rettferdig og gudleg i den verdi **[G4996 sophronos ■]**

Å FORNEKTE UGUDELIGHET OG VERDSLIGE LYSER + LEVE SEDELIG, RETTFERDIG OG GUDFRYKTIG.

Titus 2:13 medan me ventar på den sæle von og openberringi av den store Guds og vår frelsar Jesu Kristi herlegdom **[G1680 elpis ■]**

SER FREM TIL DET SALIGE HÅP + DEN HERLIGE ÅPENBARELSE AV DEN STORE GUD OG VÅR FRELSE JESUS KRISTUS.

(Mine personlige tanker — her er summen av hele vitnesbyrdet. Måteholdenhet er en Åndens frukt, og et trinn i stigen som klatrer fra tro til kjærlighet. Det er styringen av et menneskes egen ånd; det sindige sinn gjort rede; kroppen under ingen andres makt; Daniels faste hjerte; Josefs flyktende føtter. Og hvem er dens lærer? NÅDEN — Guds nåde som bringer frelse, lærer oss å si nei til ugudelighet og verdslige lyster, og å leve sindig, mens vi SER etter det velsignede håp. Den selvbeherskede kan la en del gå, fordi han ser etter en tilsynekomst; og hans krone forgår aldri, og visner aldri.)

ØVELSESQUIZ

1. Galatere 5:23 — Spaklynde, fråhald: mot slike er:

- a) ingen fordømmelse
- b) ingen lov
- c) ingen forskjellsbehandling

2. 1 Peter 5:8 — Ver ædrue, vak! Dykkar motstandar djevelen gjeng ikring som:

- a) en lysets engel
- b) en tyv om natten
- c) ei burande løva

3. Ordspråkene 16:32 — Ein tolug mann er betre enn ei kjempa, og den som styrer hugen sin, stand yver:

- a) den som tek ein by
- b) de mektige
- c) han som deler byttet

4. Ordspråkene 25:28 — Som ein by med murarne brotne og burte er mannen som ikkje kann styra sin hug:

- a) en brukket tann, og en fot av ledd
- b) en fallende mur og et vaklende gjerde
- c) en by som er nedbroten, og utan murar

5. Romans 13:14 — men iklæd dykk Herren Jesus Kristus, og hav ikkje soleis umsut for:

- a) kjøtet, at det vekker lyster
- b) kroppen, hva dere skal kle dere med
- c) morgendagen

6. 2 Peter 1:6 — Og i skyndemdi fråhald, og i fråhaldet:

- a) tålmodighet
- b) gudsfryktighet
- c) broderkjærighet

7. Titus 2:12-13 — Med di me segjer frå oss gudløysa og dei verdslege lyster, skal me liva viseleg og rettferdigt og gudleg i den verdi; medan me ventar på:

- a) forløsningen av den kjøpte eiendom
- den sæle von og openberringi av den store Guds og vår frelsar Jesu Kristi herlegdom
- c) nye himler og en ny jord, hvori rettferdighet bor

FASIT: 1-b, 2-c, 3-a, 4-c, 5-a, 6-a, 7-b

HVORDAN DENNE STUDIEN GRENER SEG UT

→ **HVORDAN SKYGGEN BRINGER LYS: JOSEF FLYKTET OG KOM SEG UT (1 MOSEBOK 39:12); MEN DAVID BLE ENNÅ I JERUSALEM, OG SÅ, OG TOK (2 SAMUEL 11:1-4) — MANNEN SOM FLYKTET OG MANNEN SOM BLE, KLAR FOR SITT EGET STUDIUM.**

HVORDAN ORDENE HAR BETYDNING: REGELEN I ORDSPRÅKENE 16:32 ER MASHAL (H4910, Å HERSKE), OG REGELEN I ORDSPRÅKENE 25:28 ER MATSAR (H4623, KONTROLL) — DET ENE ORDET ER HERREDØMME, DET ANDRE ER TILBAKEHOLDENHET — MERK DEG HVILKET ORD SOM STÅR HVOR, OG HVORFOR.

→ **HVORDAN DEN NYE PAKT UTLEGGES DET: DE SOM HØRER KRISTUS TIL, HAR KORSFESTET KJØDET MED LIDENSKAPENE OG LYSTENE (GALATERNE 5:24), OG DERSOM VI LEVER I ÅNDEN, LA OSS OGSÅ VANDRE I ÅNDEN (GALATERNE 5:25) — DE SKRIFTSTEDENE SOM STÅR LIKE ETTER ANKERET, KLARE FOR SITT EGET STUDIUM.**

HVORDAN DET BLE FORKYNT: PAULUS TALTE OM RETTFERDIGHET, AVHOLDENHET OG DEN KOMMENDE DOM, OG FELIX SKALV (APG 24:25) — DET SAMME ORDET EGKRATEIA (G1466, SELVBEHERSKELSE) STÅR I FORKYNNELSEN MELLOM RETTFERDIGHETEN OG DOMMEN.

→ **HVORDAN ANVENDE DET PÅ DEG SELV: JEG UNDERTVINGER MITT LEGEME OG GJØR DET TIL LYDIGHET (1 KORINTIERBREV 9:27) — OG LØP SÅLEDES AT I KUNNE VINNE (1 KORINTIERBREV 9:24).**

→ **HVORDAN DET NÅR TIL EVIGHETEN: DE GJØR DET FOR Å VINNE EN FORGJENGELIG KRANS; MEN VI EN UFORGJENGELIG (1 KORINTER 9:25) — EN HERLIGHETENS KRONE SOM IKKE VISNER BORT (1 PETER 5:4), OG DET SALIGE HÅP, DEN HERLIGE TILSYNEKOMST (TITUS 2:13).**

SOURCES & CREDITS

Scripture: Norwegian (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).