



SEE MORE JESUS · WANTTOSEEMORE.COM

Hvad siger Bibelen om selvbeherskelse (mådehold)? — Fundamentet · KJV-skrifter med Strong's numre

THE FOUNDATION · THE ORIGINAL STUDY, SET IN THE ANCIENT ORDER

Mådehold — Grundlæggende bibelsk lærdom

ÅBNINGSORD

Lyt nu til et ord, der er hårdt tiltrængt. Åndens frugt er mådehold — det græske ord er egkrateia (G1466, mådehold), styrke indeni, det at herske over sig selv. Det er ikke den styrke, der indtager en by; det er den styrke, der hersker over en ånd. Denne studie stiller to veje frem for dig. Se på en konge, der ikke kunne herske over sig selv: for en køkkenhave lagde han sig på sin seng, vendte sit ansigt bort og ville ikke æde nogen mad — og til sidst solgte han sig selv. Og han er ikke alene. Saul frygtede folket. Bileam elskede løn. Eva så og tog. David sendte og tog. Hver af dem satte noget over Guds røst, og hver af dem gav sig selv bort for at få det. Se så på Sønnen. Han var hungrig, og ville ikke byde stenene. Han så alle rigerne, og ville ikke bøje sig. Han blev forhånet, og forhånede ikke igen. Skønt han var en Søn, lærte han lydighed. Og her er din trøst: dette at herske over sig selv er ikke din egen gerning alene — det er hans Ånds frugt, og Gud er trofast til at gøre en udgang mulig. Ransag det.

TRE SPØRGSMÅL DENNE STUDIE BESVARER:

1. Hvad er mådehold, og hvor kommer det fra?
2. Hvordan sælger et menneske sig selv, ligesom Akab og Esau solgte sig selv?
3. Hvem er det fuldkomne eksempel på selvbeherskelse, og hvad frembringer afholdenhed?

GRÆSKE NØGLEORD

“mådehold” — **G1466 egkrateia** — selvkontrol, selvbeherskelse, mådehold ■
the fruit of the Spirit is temperance

“temperat” — **G1467 egkrateuomai** — at udøve selvbeherskelse, at beherske sig, at være mådeholden

Enhver, som strider om prisen, er afholdende i alle ting

“nøgternt” — **G4996 sophronos** — med sundt sind, moderat, ædruelig
nåden lærer os at leve ædrueligt i denne nuværende verden

“solgt” — **G591 apodidomi** — at bortgive, at gengive, at sælge
Esau solgte sin førstefødselsret for én ret mad

“ydmyget” — **G5013 tapeinoo** — at gøre lav, at ydmyge, at fornedre
han ydmygede sig selv og blev lydig indtil døden

“genstridig” — **G3058 loidoreo** — at dadle, at bebrejde
da han blev bespottet, bespottede han ikke igen

HEBRAISKE NØGLEORD

“solgt” — **H4376 makar** — at sælge, at overgive
du har solgt dig selv til at gøre ondt for HERRENS øjne

(Mine personlige tanker — makar (H4376, at sælge) er ordet, der tales om Akab; apodidomi (G591, at sælge) er ordet, der skrives om Esau. To sprog, én og samme handel: et menneske giver sig selv bort for det, det begærer. Mådehold er at bevare sig selv, så man ikke sælges.)

ÅBNINGSANKER

GALATERNE 5:22-23 Men Åndens Frugt er Kærlighed, Glæde, Fred, Langmodighed, Mildhed, Godhed, Trofasthed [**G1466 egkrateia** ■] (23) Sagtmodighed, Afholdenhed Imod sådanne er Loven ikke
AFHOLDENHED — SELVBEHERSKELSE — ER ÅNDENS FRUGT.

(Mine personlige tanker — bemærk hvor mådehold står: blandt Åndens frugt. Det er ikke først og fremmest et menneskeværk; det er frugt. egkrateia (G1466, mådehold) er styrke indeni — hersker over sig selv. Hvor Ånden bor, gror denne frugt, og imod sådanne er der ingen lov.)

I. NÅR SELVBEHERSKELSE MANGLER — AKAB

A. FØRSTE KONGEBOG 21:1-4 Derefter hændte følgende. Jizre'elitten Nabot havde en Vingård i Jizre'el lige ved Kong Akab af Samarias Palads. (2) Akab sagde til Nabot: “Overlad mig din Vingård, for at jeg kan få den til Køkkenhave; den ligger jo lige ved mit Palads; jeg vil give dig en bedre Vingård i Bytte eller betale dig, hvad den er værd, i rede Penge, om du foretrækker det.” (3) Men Nabot svarede Akab: “HERREN bevare mig fra at overlade dig mine Fædres Arvelod!” (4) Så gik Akab hjem, misfornøjet og ilde til Mode over det Svar, Jizre'elitten Nabot havde givet ham: “Jeg vil ikke overlade dig mine Fædres Arvelod!” Og han lagde sig til Sengs, vendte sit Ansigt bort og spiste ikke.

INGEN SELVBEHERSKELSE — HANS UFORMÅENHED TIL AT FÅ DET, HAN ØNSKEDE, GJORDE HAM TUNG, MISFORNØJET OG UDEN LYST TIL AT SPISE.

B. FØRSTE KONGEBOG 21:7 Da sagde hans Hustru Jesabel til ham: “Er det dig, der for Tiden er Konge i Israel? Stå op, spis og vær ved godt Mod, jeg skal skaffe dig Jizre'elitten Nabots Vingård!”

JESABELS TILBUD OM AT SÆTTE SIG UD OVER GUDS LOV VAR NETOP DET, AKABS RÅDNE APPETIT VENTEDE PÅ.

C. FØRSTE KONGEBOG 21:20 Da sagde Akab til Elias: “Har du fundet mig, min Fjende?” Og han svarede: “Ja, jeg har fundet dig! Fordi du har solgt dig selv til at gøre, hvad der er ondt i HERRENS Øjne [**H4376 makar** ■]

AKAB SOLGTE SIG SELV TIL AT GØRE, HVAD DER ER ONDT I HERRENS ØJNE.

D. FØRSTE KONGEBOG 21:25 Aldrig har der været nogen der som Akab solgte sig selv til at gøre, hvad der er ondt i HERRENS Øjne, fordi hans Hustru Jesabel forledte ham dertil; [**H4376 makar** ■]

ALDRIG HAR DER VÆRET NOGEN SOM AKAB, DER SOLGTE SIG SELV TIL AT GØRE, HVAD DER ER ONDT, FORLEDT AF SIN EGEN HUSTRU.

(Mine personlige tanker — en konge, og han kunne ikke herske over sig selv. Et helt kongerige var hans, alligevel gjorde en grøntsagshave ham nedtrykt og tog appetitten fra ham. Ordet er makar (H4376, at sælge): han solgte sig selv for at få sit begær. Dette er fravær af mådehold — manden ejer ikke begæret, begæret ejer manden.)

II. MØNSTRET AT SÆLGE SIG SELV — NOGET, DER VÆRDSÆTTES HØJERE END LYDIGHED MOD GUD

A. 1 SAMUEL 15:24 Da sagde Saul til Samuel: “Jeg har syndet, thi jeg har overtrådt HERRENS Befaling og dine Ord, men jeg frygtede Folket og føjede dem:

SAUL SATTE FRYGTEN FOR OG ROSEN FRA FOLKET HØJERE END LYDIGHED MOD HERRENS RØST.

B. 2 PETER 2:15 de have forladt den lige Vej og ere farne vild, følgende Bileams, Beors Søns, Vej, han, som elskede Uretfærdigheds Løn

BILEAM SATTE URETFÆRDIGHEDS LØN HØJERE END LYDIGHED MOD GUD.

C. 1 MOSEBOG 3:6 Kvinden blev nu var, at Træet var godt at spise af, en Lyst for Øjnene og godt at få Forstand af; og hun tog af dets Frugt og spiste og gav også sin Mand, der stod hos hende, og han spiste.

EVA VÆRDSATTE FRUGTENS UDSEENDE OG LYSTEN TIL AT FÅ FORSTAND HØJERE END UNDERKASTELSE UNDER GUDS ORD.

D. 2 SAMUEL 11:2-4 Så skete det en Aftenstund, da David havde rejst sig fra sit Leje og vandrede på Kongepaladsets Tag, at han fik Øje på en Kvinde, der var i Færd med at bade sig; og Kvinden, var meget smuk. (3) David sendte da Bud for at forhøre sig om hende, og der blev sagt: “Det er vist Batseba, Eliams Datter, Hetitten Urias' Hustru!” (4) Så lod David hende hente, og da hun kom til ham, lå han hos hende; hun havde lige rensset sig efter sin Urenhed. Derefter vendte hun hjem igen.

DAVID VÆRDSATTE FORNØJELSEN VED HENDES SELSKAB HØJERE END LYDIGHED MOD GUDS BUD.

(Mine personlige tanker — læg mærke til det ene mønster i fire liv: Saul frygtede, Bileam elskede, Eva så, David tog. Ingen af dem blev tvunget. Hver enkelt værdsatte en ting højere end Guds røst og gav sig selv bort for at få den. Tingen er forskellig; handlen er den samme.)

III. KRISTUS — DET FULDKOMNE EKSEMPEL PÅ SELVBEHERSKELSE

A. HEBRÆERNE 5:8 og således, endskønt han var Søn, lærte Lydighed af det, han led

OG SÅLEDES, ENDSKØNT HAN VAR SØN, LÆRTE LYDIGHED AF DET, HAN LED.

B. FILIPPERNE 2:8 og da han i Fremtræden fandtes som et Menneske, fornedrede han sig selv, så han blev lydig indtil Døden, ja, Korsdøden. **[G5013 tapeinoo ■]**

FORNEDREDE HAN SIG SELV, SÅ HAN BLEV LYDIG INDTIL DØDEN, JA, KORSDØDEN.

C. 1 PETER 2:22-23 han, som ikke gjorde Synd, ikke heller blev der fundet Svig i hans Mund

[G3058 loidoreo ■] (23) han, som ikke skældte igen, da han blev udskældt, ikke truede, da han led, men overgav det til ham, som dømmer retfærdigt

SKÆLDT UD, SKÆLDT HAN IKKE IGEN, MEN OVERGAV DET TIL HAM, SOM DØMMER RETFÆRDIGT.

(Mine personlige tanker — Akab havde et kongerige og ingen herredømme over sig selv; Sønnen havde al magt og fuldt herredømme. Han ydmygede sig selv — tapeinoo (G5013, at gøre lav). Han blev hånet — loidoreo (G3058, at spotte) — og svarede ikke igen. Selvbeherskelse er ikke svaghed; det er styrke bøjet under Guds vilje, endog til døden.)

IV. HVAD MÅDEHOLD FREMBRINGER — FRUGTEN OG KRONEN

A. 2 PETER 1:5-6 så anvender just derfor al Flid på i eders Tro at udvise Dyd og i Dyden Kundskab

[G1466 egkrateia ■] (6) og i Kundskaben Afholdenhed og i Afholdenheden Udholdenhed og i Udholdenheden Guds frygt

AFHOLDENHED FØJES TIL KUNDSKABEN, OG AF AFHOLDENHEDEN KOMMER UDHOLDENHED, OG AF UDHOLDENHEDEN GUDSFRYGT.

B. 1 KORINTERNE 9:24-25 Vide I ikke, at de, som løbe på Banen, løbe vel alle, men ikkun én får Prisen? Således skulle I løbe, for at I kunne vinde den. **[G1467 egkrateuomai ■]** (25) Enhver, som deltager i Kamplegene, er afholdende i alt; hine nu vel for at få en forkrænkelig Krans, men vi en uforkrænkelig.

ENHVER, SOM DELTAGER I KAMPLEGENE, ER AFHOLDENDE I ALT, FOR AT FÅ EN UFORKRÆNKELIG KRANS.

C. TITUS 2:11-12 Thi Guds Nåde er bleven åbenbaret til Frelse for alle Mennesker **[G4996 sophronos ■]** (12) og opdrager os til at forsage Ugudeligheden og de verdslige Begæringer og leve sindigt og retfærdigt og gudfrygtigt i den nærværende Verden;

NÅDEN SELV OPDRAGER OS TIL AT FORSAGE DE VERDSLIGE BEGÆRINGER OG LEVE SINDIGT I DEN NÆRVÆRENDE VERDEN.

(Mine personlige tanker — læg mærke til rækkefølgen: mådehold føjes til kundskab, og tålmodighed bygges på mådehold. Og nåden lærer: den samme nåde, som bringer frelse, lærer os at sige nej til verdslige lyster og at leve ædrueligt — sophronos (G4996, ædrueligt), med et sundt sind. De, som løber for et forkrænkeligt sejrskrans, er afholdende — egkrateuomai (G1467, at være afholdende) — i alle ting; hvor meget mere bør vi ikke være det for et uforkrænkeligt.)

MUND AF TO — ORDET SOLGT: MAKAR (H4376, AT SÆLGE) OG APODIDOMI (G591, AT SÆLGE)

A. FØRSTE KONGEBOG 21:20 Da sagde Akab til Elias: “Har du fundet mig, min Fjende?” Og han svarede: “Ja, jeg har fundet dig! Fordi du har solgt dig selv til at gøre, hvad der er ondt i HERRENS Øjne **[H4376 makar ■]**

EN KONGE SOLGTE SIG SELV FOR EN HAVE MED URTER.

B. HEBRÆERNE 12:16-17 at ikke nogen er en utugtig eller en vanhellig som Esau, der for én Ret Mad solgte sin Førstefødselsret. **[G591 apodidomi ■]** (17) Thi I vide, at han også siden, da han ønskede at arve Velsignelsen, blev forkastet (thi han fandt ikke Rum for Omvendelse), omendskønt han begærede den med Tårer.

EN FØRSTEFØDT SØN SOLGTE SIN FØRSTEFØDSELSRET FOR ÉN RET MAD, OG HEBRÆERBREVET TILFØJER, HVAD KONGEBØGERNE IKKE GØR — TÅRERNE, DER IKKE KUNNE KØBE HANDLEN TILBAGE.

(Mine personlige tanker — af alle mændene i denne undersøgelse er ordet solgt kun skrevet om to: Akab og Esau. En konge byttede retfærdighed væk for en grøntsagshave; en førstefødt byttede sin arv væk for et enkelt måltid. Kongernes Bog afslutter Akab med dom, men det er alene Hebræerbrevet, der følger Esau videre — ind i den dag, hvor han med tårer forsøgte at få velsignelsen tilbage, og ikke fandt sted til omvendelse. Sælg ikke dig selv; nogle byttehandler kan ikke købes tilbage.)

C. PRÆDIKEREN 4:12 Og når nogen kan overvælde den ensomme, så kan to stå sig imod ham; tretvundet Snor brister ikke i Hast.

SÅ KAN TO STÅ SIG IMOD HAM + TRETVUNDET SNOR BRISTER IKKE I HAST.

SKYGGEN OG OPFYLDELSEN — DET TREFOLDIGE BEGÆR, OG LYDIGHEDEN AF EN

Shadow 1 MOSEBOG 3:6 Kvinden blev nu var, at Træet var godt at spise af, en Lyst for Øjnene og godt at få Forstand af; og hun tog af dets Frugt og spiste og gav også sin Mand, der stod hos hende, og han spiste.

DET FØRSTE SVIGT AF SELVBEHERSKELSE: MAD, ØJNE OG LYST TIL FORSTAND.

1 JOHANNES 2:16 Thi alt det, som er i Verden, Kødets Lyst og Øjnenes Lyst og Livets Hoffærdighed, er ikke af Faderen, men af Verden.

DE SAMME TRE NÆVNES IGEN.

Fulfilment MATTHÆUS 4:3-4 Og Fristeren gik til ham og sagde: “Er du Guds Søn, da sig, at disse Sten skulle blive Brød.” (4) Men han svarede og sagde: “Der er skrevet: Mennesket skal ikke leve af Brød alene, men af hvert Ord, som udgår igennem Guds Mund.”

MATTHÆUS 4:8-10 Atter tager Djævelen ham med sig op på et såre højt Bjerg og viser ham alle Verdens Riger og deres Herlighed; og han sagde til ham: (9) “Alt dette vil jeg give dig, dersom du vil falde ned og tilbede mig.” (10) Da siger Jesus til ham: “Vig bort, Satan! thi der er skrevet: Du skal tilbede Herren din Gud og tjene ham alene.”

FRISTET I ÅDSEL OG I ØJNENES LYST, SVAREDE HAN MED ORDET OG TILBAD KUN GUD.

ROMERNE 5:19 Thi ligesom ved det ene Menneskes Ulydighed de mange bleve til Syndere, så skulle også ved den enes Lydighed de mange blive til retfærdige.

VED DET ENE MENNESKES ULYDIGHED BLEVE DE MANGE TIL SYNDERE; VED DEN ENES LYDIGHED BLIVE DE MANGE TIL RETFÆRDIGE.

(Mine personlige tanker — de samme tre porte: kødet, øjnene, livets stolthed. Ved træet så kvinden, begærede, tog og spiste. I ørkenen blev Sønnen fristet ved de samme porte, og han svarede på hver eneste, Der står skrevet. Hvor det første menneske faldt, dér har den enes lydighed gjort mange retfærdige.)

AFSLUTNING

1 KORINTERNE 10:13 Der er ikke kommet andre end menneskelige Fristelser over eder, og trofast er Gud, som ikke vil tillade, at I fristes over Evne, men som sammen med Fristelsen vil skabe også Udgangen af den, for at I må kunne udholde den.

GUD ER TROFAST OG VIL SAMMEN MED FRISTELSEN OGSÅ SKABE UDGANGEN AF DEN.

2 PETER 1:6 og i Kundskaben Afholdenhed og i Afholdenheden Udholdenhed og i Udholdenheden Guds frygt **[G1466 egkrateia ■]**

TIL AFHOLDENHEDEN UDHOLDENHED + TIL UDHOLDENHEDEN GUDSFRYGT.

(Mine personlige tanker — her er hele studiet i én linje: mådehold, egkrateia (G1466, temperance), er Åndens frugt — dig selv styret af hans kraft. Akab solgte sig selv, makar (H4376, to sell); Esau solgte sin førstefødselsret; Saul, Bileam, Eva og David værdsatte hver især en ting højere end Guds røst. Men Sønnen styrede sig selv lige til døden, og ved éns lydighed gøres mange retfærdige. Og Gud er trofast: I skal ikke fristes over evne, og med fristelsen skaber han også udvejen. Læg mådehold til jeres kundskab, og løb efter den uforgængelige sejrskrans.)

ØVELSESQUIZ

1. Galaterbrevet 5:22-23 — Men Åndens Frugt er Kærlighed, Glæde, Fred, Langmodighed, Mildhed, Godhed, Trofasthed Sagtmodighed, og:

- a) visdom
- b) afholdenhed
- c) kundskab

2. 1. Kongebog 21:20 — Du har solgt dig selv til at:

- a) gøre, hvad der er ondt i HERRENS Øjne
- b) øve ondt for folkets øjne
- c) vandre på dine fædres vej

3. 1 Samuel 15:24 — Saul sagde: Jeg har overtrådt HERRENS Befaling, thi:

- a) Jeg frygtede HERREN og lød hans røst
- b) folket tog af byttet
- c) jeg frygtede Folket og fjede dem

4. 2. Petersbrev 2:15 — Bileam, Beors Søn, elskede:

- a) belønningerne for spådomskunst
- b) den rette vej
- c) uretfærdigheds løn

5. 1 Peter 2:23 — Da han blev udskældt, han:

- a) skældte ikke igen
- b) svarede igen
- c) tillod dem ikke

6. Hebræerne 12:16 — Esau solgte for én Ret Mad:

- a) hans velsignelse
- b) hans førstefødselsret
- c) hans arv

7. 1 Korinther 10:13 — trofast er Gud, som sammen med Fristelsen vil skabe:

- a) en udgang af den

- b) et sted for omvendelse
- c) en ende på synd

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

SÅDAN GRENER DETTE STUDIE SIG UD

SÅDAN BLIVER DE SOLGTE TILBAGEKØBT: AKAB OG ESAU SOLGTE SIG SELV, MEN I ER KØBT FOR EN PRIS (1 KORINTH 6:20) — SOLGT UNDER SYNDEN (ROMERNE 7:14), MEN DOG FORLØST FRA FORBANDELSEN (GALATERNE 3:13).

-> HVORDAN STADEN BEVARES: DEN, SOM IKKE KAN TVINGE SIN ÅND, ER SOM EN ÅBEN STAD UDEN MUR (ORDSPROGENE 25:28); OG DEN, SOM ER HERRE OVER SIN ÅND, ER BEDRE END DEN, SOM INDTAGER EN STAD (ORDSPROGENE 16:32).

→ HVORDAN LØBET LØBES: AFHOLDENHED I ALLE TING FØRER TIL AT LØBE MED TÅLMODIGHED DET LØB, SOM ER SAT FOR OS, IDET VI SER HEN TIL JESUS (HEBRÆERBREVET 12:1-2).

SÅDAN KLATRER STIGEN: TIL KUNDSKABEN AFHOLDENHED, TIL AFHOLDENHEDEN TÅLMODIGHED, TIL TÅLMODIGHEDEN GUDSFRYGT (2 PETER 1:5-7) — FOR AT I IKKE SKAL VÆRE UFRUGTBARE ELLER UDEN FRUGT (2 PETER 1:8).

SÅDAN HJÆLPES DE FRISTEDE: EFTERSOM HAN SELV HAR LIDT, DA HAN BLEV FRISTET, KAN HAN HJÆLPE DEM, SOM FRISTES (HEBRÆERNE 2:18) — FRISTET I ALLE TING LIGESOM VI, DOG UDEN SYND (HEBRÆERNE 4:15).

HVORLEDES NÅDEN LÆRER: AT LEVE ÆDRUELIGT FØRER VIDERE TIL AT FORVENTE DET SALIGE HÅB OG DEN HERLIGE ÅBENBARELSE (TITUS 2:13) — ET EJENDOMSFOLK, NIDKÆRT TIL GODE GERNINGER (TITUS 2:14).

SOURCES & CREDITS

Scripture: Danish Bible 1931 (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).