



SEE MORE JESUS • WANTTOSEEMORE.COM

## 성경은 자기 절제(온유)에 대해 무엇을 말하는가? — 더 파운데이션 · 스트롱 번호가 포함된 KJV 성경

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

절제 — 성경의 기초 교리

### 개회사

이제 참으로 필요한 말씀을 들으십시오. 성령의 열매는 절제입니다 — 그 헬라어는 엔크라테이아(G1466, *temperance*)이며, 안에 있는 힘, 곧 자기 자신을 다스리는 것입니다. 그것은 성을 빼앗는 힘이 아니라, 자기 영을 다스리는 힘입니다. 이 연구는 그대 앞에 두 가지 길을 제시합니다. 자기를 다스리지 못한 왕을 보십시오. 그는 채소밭 하나 때문에 침상에 누워 얼굴을 돌리고 아무 음식도 먹지 않았으며 — 결국 자기 자신을 팔아버렸습니다. 그리고 그 혼자만이 아닙니다. 사울은 백성을 두려워했습니다. 발람은 샅을 사랑했습니다. 하와는 보고 취하였습니다. 다윗은 사람을 보내어 취하였습니다. 그들 각각은 하나님의 음성보다 무언가를 더 높이 세웠고, 그것을 얻기 위해 자기 자신을 내주었습니다. 이제 그 아들을 보십시오. 그는 주리셨으나 돌들에게 명하지 아니하셨습니다. 그는 모든 나라를 보셨으나 절하지 아니하셨습니다. 그는 모욕을 당하셨으나 되받아 모욕하지 아니하셨습니다. 그는 아들이셨음에도 순종을 배우셨습니다. 그리고 여기 그대를 위한 위로가 있습니다. 이 자기를 다스리는 일은 그대 홀로의 수고가 아니라 그의 성령의 열매이며, 하나님은 피할 길을 내시기에 신실하십니다. 이를 살피어 찾아보십시오.

### 이 연구가 답하는 세 가지 질문:

1. 절제란 무엇이며, 그것은 어디에서 오는가?
2. 아합과 에서가 자기 자신을 팔았던 것처럼, 사람은 어떻게 자기 자신을 파는가?
3. 자제(自制)의 완전한 본이 되시는 분은 누구이며, 절제는 무엇을 낳습니까?

### 그리스어 핵심 단어

“절제” — **G1466 egkrateia** — 자제, 절제, 절제력  
성령의 열매는 절제니

“절제하는” — **G1467 egkrateuomai** — 자기 억제를 행하다, 자제하다, 절제하다  
경기에 나가는 모든 사람은 모든 일에 절제하느니라

“절제하며” — **G4996 sophronos** — 건전한 정신으로, 절제 있게, 근신하여

이 현재 세상에서 절제 있게 살도록 은혜가 우리를 가르치느니라

“매도됨” — **G591 apodidomi** — 주는 것, 내어주는 것, 파는 것  
에서는 한 그릇 음식을 위하여 자기의 장자의 명분을 팔았느니라

“겸손하게 함” — **G5013 tapeinoo** — 낮추다, 겸손하게 하다, 겸손하게 만들다  
그는 자기를 낮추시고 죽기까지 복종하셨느니라

“욕함” — **G3058 loidoreo** — 비난하다, 욕하다  
그가 욕을 받으시되 맞대어 욕하지 아니하시고

## 히브리어 핵심어

“매도됨” — **H4376 makar** — 팔다, 넘겨주다  
주께서 보시기에 악을 행하려고 네가 네 자신을 팔았도다

(제 개인적인 생각 — 마카르(H4376, 팔다)는 아합에 대해 말해진 단어이며, 아포디도미(G591, 팔다)는 에서에 대해 기록된 단어입니다. 두 개의 언어, 그러나 동일한 거래: 사람은 자신이 원하는 것을 위해 자기 자신을 내어 팔아버립니다. 절제는 자기 자신을 지키는 것이니, 그리하여 팔리지 않도록 하는 것입니다.)

## 오프닝 앵커

갈라디아서 5:22-23 오직 성령의 열매는 사랑과 희락과 화평과 오래 참음과 자비와 양선과 충성과 (23) 온유와 절제니 이 같은 것을 금지할 법이 없느니라

원어 열쇠 / **STRONG'S**: ■ G1466 egkrateia

절제는 성령의 열매니라.

(제 개인적인 생각 — 절제가 어디에 위치하는지 주목하라: 성령의 열매 가운데 있다. 그것은 무엇보다도 사람의 행위가 아니라 열매이다. 엔크라테이아(G1466, 절제)는 내면의 힘 — 자기 자신을 다스리는 것이다. 성령이 거하시는 곳에 이 열매가 자라며, 이런 것을 금지할 법이 없느니라.)

### I. 자제력이 없을 때 — 아합

**A. 열왕기상 21:1-4** 그 후에 이 일이 있으니라 이스라엘 사람 나봇이 이스라엘에 포도원이 있어 사마리아 왕 아합의 궁에서 가깝더니 (2) 아합이 나봇에게 일러 가로되 네 포도원이 내 궁 곁에 가까이 있으니 내게 주어 나물 밭을 삼게 하라 내가 그 대신에 그보다 더 아름다운 포도원을 네게 줄 것이요 만일 합의하면 그 값을 돈으로 네게 주리라 (3) 나봇이 아합에게 말하되 내 열조의 유업을 왕에게 주기를 여호와께서 금하실지로다 하니 (4) 이스라엘 사람 나봇이 아합에게 대답하여 이르기를 내 조상의 유업을 왕께 줄 수 없다 함을 인하여 아합이 근심하고 답답하여 궁으로 돌아와서 침상에 누워 얼굴을 돌이키고 식사를 아니하니

자제력 없음 — 원하는 것을 얻지 못하자 그는 근심하고 답답하여 식사를 아니하니라.

**B. 열왕기상 21:7** 그 아내 이세벨이 저에게 이르되 왕이 이제 이스라엘 나라를 다스리시나이까 일어나 식사를 하시고 마음을 즐겁게 하소서 내가 이스라엘 사람 나봇의 포도원을 왕께 드리리이다 하고

이세벨이 하나님의 법을 무시하겠다는 제안은 아합의 부패한 욕망이 기다리던 바로 그것이었다.

**C. 열왕기상 21:20** 아합이 엘리야에게 이르되 나의 대적이여 네가 나를 찾았느냐 대답하되 내가 찾았노라 네가 스스로 팔려 여호와 보시기에 악을 행하였으므로

원어 열쇠 / **STRONG'S**: ■ H4376 makar

아합이 스스로 팔려 여호와 보시기에 악을 행하였다.

**D. 열왕기상 21:25** 예로부터 아합과 같이 스스로 팔려 여호와 보시기에 악을 행한 자가 없음은 저가 그 아내 이세벨에게 충동되었음이라

원어 열쇠 / **STRONG'S**: ■ H4376 makar

아합과 같이 스스로 팔려 악을 행한 자가 없음은 저가 그 아내에게 충동되었음이라.

(내 개인적인 생각 — 한 왕이 있었는데, 그는 자기 자신을 다스리지 못했다. 온 나라가 그의 것이었으나, 채소밭 하나 때문에 그는 낙심하고 식욕을 잃었다. 그 단어는 마카르(H4376, 팔다)이니: 그는 자기 욕망을 얻기 위해 자기 자신을 팔아넘겼다. 이것이 절제가 없는 상태다 — 사람이 욕망을 소유한 것이 아니라, 욕망이 사람을 소유하는 것이다.)

## II. 자신을 파는 패턴 — 하나님께 대한 순종보다 더 가치 있게 여겨지는 모든 것

**A. 사무엘상 15:24** 사울이 사무엘에게 이르되 내가 범죄하였나이다 내가 여호와와 명령과 당신의 말씀을 어긴 것은 내가 백성을 두려워하여 그 말을 청종하였음이니이다

사울은 하나님의 음성에 순종하는 것보다 백성을 두려워함과 백성의 칭송을 더 중히 여겼다.

**B. 베드로후서 2:15** 저희가 바른 길을 떠나 미혹하여 브울의 아들 발람의 길을 좇는도다 그는 불의의 삯을 사랑하다가 발람은 하나님께 순종하는 것보다 불의의 삯을 더 사랑하였다.

**C. 창세기 3:6** 여자가 그 나무를 본즉 먹음직도 하고 보암직도 하고 지혜롭게 할 만큼 탐스럽기도 한 나무인지라 여자가 그 실과를 따먹고 자기와 함께한 남편에게도 주매 그도 먹은지라

하와는 하나님의 말씀에 순종하기보다 먹음직도 하고 보암직도 하고 지혜롭게 할 만큼 탐스럽기도 한 나무의 모양과 지혜를 얻고자 하는 욕망을 더 귀히 여겼다.

**D. 사무엘하 11:2-4** 저녁 때에 다윗이 그 침상에서 일어나 왕궁 지붕 위에서 거닐다가 그곳에서 보니 한 여인이 목욕을 하는데 심히 아름다워 보이는지라 (3) 다윗이 보내어 그 여인을 알아보게 하였더니 고하되 그는 엘리암의 딸이요 헷 사람 우리아의 아내 밋세바가 아니니이까 (4) 다윗이 사자를 보내어 저를 자기에게로 데려 오게 하고 저가 그 부정함을 깨끗케 하였으므로 더불어 동침하매 저가 자기 집으로 돌아가니라

다윗은 하나님의 계명에 순종하는 것보다 그 여인과 함께하는 즐거움을 더 귀하게 여겼다.

(제 개인적인 생각—네 사람의 삶에서 하나의 패턴을 주목해 보라: 사울은 두려워했고, 발람은 사랑했고, 하와는 보았고, 다윗은 취하였다. 그들 중 누구도 강요당하지 않았다. 각 사람은 어떤 것을 하나님의 음성보다 더 귀히 여겼고, 그것을 얻기 위해 자기 자신을 내어주었다. 그 대상은 다르지만, 그 거래는 동일하다.)

## III. 그리스도 — 자제의 완전한 본보기

**A. 히브리서 5:8** 그가 아들이시라도 받으신 고난으로 순종함을 배워서

그가 아들이시라도 받으신 고난으로 순종함을 배워서.

**B. 빌립보서 2:8** 사람의 모양으로 나타나셨으매 자기를 낮추시고 죽기까지 복종하셨으니 곧 십자가에 죽으심이라

원어 열쇠 / **STRONG'S**: ■ G5013 tapeinoo

그는 자기를 낮추시고 죽기까지 복종하셨으니 곧 십자가에 죽으심이라.

**C. 베드로전서 2:22-23** 저는 죄를 범치 아니하시고 그 입에 꾀사도 없으시며 (23) 욕을 받으시되 대신 욕하지 아니하시고 고난을 받으시되 위협하지 아니하시고 오직 공의로 심판하시는 자에게 부탁하시며

원어 열쇠 / **STRONG'S**: ■ G3058 loidoreo

욕을 받으시되 대신 욕하지 아니하시고 오직 공의로 심판하시는 자에게 부탁하시니라.

(내 개인적인 생각 — 아함은 왕국을 가졌으나 자기 자신을 다스리지 못했고, 아들은 모든 권능을 가졌으나 온전히 자신을 다스렸다. 그는 자기를 낮추셨다 — tapeinoo (G5013, 낮추다). 그는 모욕을 당하셨으나 — loidoreo (G3058, 욕하다, 비방하다) — 맞대응하지 않으셨다. 자제는 약함이 아니라, 죽음에 이르기까지 하나님의 뜻에 굴복한 힘이다.)

## IV. 절제가 맺는 열매 — 그 열매와 면류관

**A. 베드로후서 1:5-6** 이러므로 너희가 더욱 힘써 너희 믿음에 덕을, 덕에 지식을 (6) 지식에 절제를, 절제에 인내를, 인내에 경건을

원어 열쇠 / **STRONG'S**: ■ G1466 egkrateia

지식에 절제를 더하고, 절제에 인내를, 인내에 경건을 더하느니라.

**B. 고린도전서 9:24-25** 운동장에서 달음질하는 자들이 다 달아날지라도 오직 상 얻는 자는 하나인 줄을 너희가 알지 못하느냐 너희도 연도록 이와 같이 달음질하라 (25) 이기기를 다투는 자마다 모든 일에 절제하나니 저희는 썩을 면류관을 얻고자 하되 우리는 썩지 아니할 것을 얻고자 하노라

원어 열쇠 / **STRONG'S**: ■ G1467 egkrateuomai

이기기를 다투는 자마다 모든 일에 절제하나니, 이는 썩지 아니할 면류관을 위함이라.

**C. 디도서 2:11-12** 모든 사람에게 구원을 주시는 하나님의 은혜가 나타나 (12) 우리를 양육하시되 경건치 않은 것과 이 세상 정욕을 다 버리고 근신함과 의로움과 경건함으로 이 세상에 살고

원어 열쇠 / **STRONG'S**: ■ G4996 sophronos

은혜 그 자체가 우리를 가르치되 경건치 않은 것과 이 세상 정욕을 다 버리고 근신함으로 이 세상에 살라 하셨느니라.

(제 개인적인 생각입니다 — 순서를 주목하십시오: 절제는 지식에 더해지고, 인내는 절제 위에 세워집니다. 그리고 은혜는 가르칩니다: 구원을 가져오는 그 은혜가 우리에게 세상의 정욕을 거절하고 *sophronos*(G4996, soberly), 즉 근신함으로, 신중한 마음으로 살도록 가르칩니다. 썩을 승리자의 관을 얻기 위해 달리는 자들은 모든 일에 절제합니다 — *egkrateuomai*(G1467, to be temperate) — 하물며 썩지 아니할 것을 위해서는 우리가 얼마나 더 그러해야 하겠습니까.)

두 증인의 입 — "팔다"라는 단어: 마카르(H4376, 팔다)와 아포디도미(G591, 팔다)

**A. 열왕기상 21:20** 아합이 엘리야에게 이르되 나의 대적이여 네가 나를 찾았느냐 대답하되 내가 찾았노라 네가 스스로 팔려 여호와 보시기에 악을 행하였으므로

원어 열쇠 / **STRONG'S**: ■ H4376 makar

한 왕이 채소밭을 위하여 자신을 팔았도다.

**B. 히브리서 12:16-17** 음행하는 자와 혹 한 그릇 식물을 위하여 장자의 명분을 판 에서와 같이 망령된 자가 있을까 두려워하라 (17) 너희의 아는 바와 같이 저가 그 후에 축복을 기업으로 받으려고 눈물을 흘리며 구하되 버린 바가 되어 회개할 기회를 얻지 못하였느니라

원어 열쇠 / **STRONG'S**: ■ G591 apodidomi

한 그릇 식물을 위하여 장자의 명분을 판 장자가 있었으니, 히브리서는 열왕기가 더하지 아니한 것을 더하는도다 — 곧 그 거래를 다시 사지 못하게 한 눈물이라.

(제 개인적인 생각 — 이 연구에 나오는 모든 사람들 중에서, "팔았다"는 단어가 기록된 사람은 오직 두 명, 곧 아합과 에서뿐입니다. 한 왕은 채소밭을 위해 의를 팔았고, 한 장자는 단 한 끼 식사를 위해 자신의 상속권을 팔았습니다. 열왕기서는 아합을 심판으로 끝맺지만, 오직 히브리서만이 에서를 더 멀리까지 따라갑니다 — 그가 눈물로 그 복을 되찾으려 했으나 회개할 곳을 찾지 못한 그날까지. 자신을 팔지 마십시오; 어떤 거래는 다시 사들일 수 없습니다.)

**C. 전도서 4:12** 한 사람이면 패하겠거니와 두 사람이면 능히 당하나니 삼겹 줄은 쉽게 끊어지지 아니하느니라

둘이 그를 능히 당하리라 + 삼겹줄은 쉽게 끊어지지 아니하느니라.

그림자와 성취 — 삼중 정욕, 그리고 한 분의 순종

**Shadow 창세기 3:6** 여자가 그 나무를 본즉 먹음직도 하고 보암직도 하고 지혜롭게 할 만큼 탐스럽기도 한 나무인지라 여자가 그 실과를 따먹고 자기와 함께한 남편에게도 주매 그도 먹은지라

자기 절제의 첫 번째 실패: 먹음직, 보암직, 지혜롭게 할 만큼 탐스러움에 대한 욕망.

**요한일서 2:16** 이는 세상에 있는 모든 것이 육신의 정욕과 안목의 정욕과 이생의 자랑이니 다 아버지께로 좇아 온 것이 아니요 세상으로 좇아 온 것이라

다시 같은 세 가지가 언급된다.

**Fulfillment 마태복음 4:3-4** 시험하는 자가 예수께 나아가서 가로되 네가 만일 하나님의 아들이어든 명하여 이 돌들이 떡덩이가 되게 하라 (4) 예수께서 대답하여 가라사대 기록되었으되 사람이 떡으로만 살 것이 아니요 하나님의 입으로 나오는 모든 말씀으로 살 것이라 하였느니라 하시니

**마태복음 4:8-10** 마귀가 또 그를 데리고 지극히 높은 산으로 가서 천하 만국과 그 영광을 보여 (9) 가로되 만일 내게 엎드려 경배하면 이 모든 것을 네게 주리라 (10) 이에 예수께서 말씀하시되 사단아 물러가라 기록되었으되 주 너의 하나님께 경배하고 다만 그를 섬기라 하였느니라

식욕과 눈의 정욕으로 시험을 받으셨으나, 그는 말씀으로 대답하시고 다만 하나님만 경배하셨다.

**로마서 5:19** 한 사람의 순종치 아니함으로 많은 사람이 죄인 된 것 같이 한 사람의 순종하심으로 많은 사람이 의인이 되리라

한 사람의 순종치 아니함으로 많은 사람이 죄인 된 것 같이 한 사람의 순종하심으로 많은 사람이 의인이 되리라

(나의 개인적인 생각 — 동일한 세 가지 문, 곧 육신, 눈, 그리고 삶의 자랑이다. 그 나무에서 여자는 보고, 원하고, 취하고, 먹었다. 광야에서 아들은 동일한 문에서 시험을 받았고, 모든 시험에 대해 이렇게 답하셨다, 기록되었으되. 첫 사람이 넘어진 그곳에서, 한 사람의 순종이 많은 사람을 의롭게 하였다.)

## 마무리

**고린도전서 10:13** 사람이 감당할 시험 밖에는 너희에게 당한 것이 없나니 오직 하나님은 미쁘사 너희가 감당치 못할 시험 당함을 허락지 아니하시고 시험 당할 즈음에 또한 피할 길을 내사 너희로 능히 감당하게 하시느니라

하나님은 미쁘사 시험 당할 즈음에 또한 피할 길을 내시느니라.

**베드로후서 1:6** 지식에 절제를, 절제에 인내를, 인내에 경건을

**절제에 인내를, 인내에 경건을.**

(내 개인적인 생각 — 여기 이 연구 전체를 한 줄로 정리하면: 절제, 앵크라테이아(G1466, temperance)는 성령의 열매이며 — 자신이 그의 능력으로 다스림을 받는 것이다. 아합은 자기 자신을 팔았으니, 마카르(H4376, to sell); 에서는 자기의 장자권을 팔았고; 사울, 발람, 하와, 다윗은 각기 하나님의 음성보다 어떤 것을 더 소중히 여겼다. 그러나 아들은 죽음에 이르기까지 자기 자신을 다스리었고, 한 사람의 순종으로 많은 사람이 의롭게 되었다. 그리고 하나님은 미쁘시니: 너희가 감당할 수 없는 시험을 당하게 하지 아니하시고, 시험과 함께 피할 길을 내시느니라. 너희 지식에 절제를 더하고, 썩지 아니할 관을 얻기 위해 달려가라.)

## 연습 퀴즈

1. 갈라디아서 5:22-23 — 오직 성령의 열매는 사랑과 희락과 화평과 오래 참음과 자비와 양선과 충성과 온유와, 그리고:
  - a) 지혜
  - b) 절제
  - c) 지식
2. 열왕기상 21:20 — 네가 스스로 팔려:  
여호와 보시기에 악을 행하였으므로
  - b) 백성들 앞에서 악을 행하다
  - c) 네 조상들의 길로 걸어가라
3. 사무엘상 15:24 — 사울이 이르되 내가 여호와와 명령을 어긴 것은:
  - a) 나는 여호와를 두려워하여 그의 음성에 순종하였다
  - b) 백성이 노략물을 취하였다내가 백성을 두려워하여 그 말을 청종하였음이니이다
4. 베드로후서 2:15 — 브울의 아들 발람이 사랑하다가:
  - a) 점술의 보상
  - b) 옳은 길
  - c) 불의의 샅
5. 베드로전서 2:23 — 욕을 받으시되:
  - a) 대신 욕하지 아니하시고
  - b) 다시 대답하였다
  - c) 그것들을 허락하지 아니하였느니라
6. 히브리서 12:16 — 에서가 한 그릇 식물을 위하여 판 것은:
  - a) 그의 복
  - b) 그의 장자의 명분
  - c) 그의 유업
7. 고린도전서 10:13 — 오직 하나님은 미쁘사 너희가 감당치 못할 시험 당함을 허락지 아니하시고 시험 당할 즈음에 또한 피할 길을 내사
  - a) 피할 길
  - b) 회개의 자리
  - c) 죄의 끝

정답: 1-b, 2-a, 3-c, 4-c, 5-a, 6-b, 7-a

## 이 연구가 어떻게 확장되는가

팔린 자가 어떻게 다시 사심을 받는가: 아합과 에서는 자기를 팔았으나, 너희는 값으로 산 것이 되었으니 (고린도전서 6:20) — 죄 아래 팔렸으나 (로마서 7:14), 율법의 저주에서 속량함을 받았느니라 (갈라디아서 3:13).

성이 지켜지는 방법: 자기의 마음을 다스리지 아니하는 자는 성음이 무너지고 성벽이 없는 것과 같으니라 (잠언 25:28); 그리고 자기의 마음을 다스리는 자는 성을 빼앗는 자보다 나으니라 (잠언 16:32).

→ 경주하는 법: 모든 일에 절제함이 우리 앞에 놓인 경주를 인내로써 달려가게 하며, 예수를 바라보게 하느니라 (히브리서 12:1-2).

사다리가 어떻게 오르는가: 지식에 절제를, 절제에 인내를, 인내에 경건을 (베드로후서 1:5-7) — 너희로 하여금 열매 없는 자도 되지 않고 게으른 자도 되지 않게 하려 함이라 (베드로후서 1:8).

시험받는 자를 돕는 방법: 그가 시험을 받아 고난을 당하셨은즉 시험받는 자들을 능히 도우실 수 있느니라 (히브리서 2:18) — 모든 일에 우리와 한 결같이 시험을 받으셨으되 죄는 없으시니라 (히브리서 4:15).

→ 은혜가 가르치는 것: 근신하며 사는 것은 복스러운 소망과 영광의 나타나심을 바라보게 하며(디도서 2:13) — 선한 일에 열심하는 친 백성이 되게 하느니라(디도서 2:14).

## SOURCES & CREDITS

Scripture: 「성경전서 개역한글판」 (Korean Revised Version, 1961), 대한성서공회 (Korean Bible Society) (Public Domain (copyright expired 2011-12-31; confirmed in writing by the Copyright Department, The Bible Society of Korea, 2026-08-06)) — 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).