



SEE MORE JESUS · WANTTOSEEMORE.COM

Hva Sier Bibelen Om Selvkontroll (Måtehold)? — Grunnlaget · KJV-skrifter med Strong's numre

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

Temperance — Grunnleggende bibelsk doktrine

ÅPNINGSORD

Hør nå et sårt tiltrengt ord. Åndens frukt er måtehold — det greske ordet er egkrateia (G1466, temperance), styrke i det innerste, herredømme over seg selv. Det er ikke den styrke som inntar en by; det er den styrke som styrer en ånd. Denne studien legger to veier fram for deg. Se på en konge som ikke kunne styre seg selv: for en grønnsakhage la han seg på sengen, vendte ansiktet bort og ville ikke ete noen mat — og til slutt solgte han seg selv. Og han er ikke alene. Saul fryktet folket. Bileam elsket lønn. Eva så og tok. David sendte bud og tok. Hver enkelt satte noe over Guds røst, og hver enkelt ga seg selv bort for å få det. Se så på Sønnen. Han var hungrig, og ville ikke befale stenene. Han så alle rikene, og ville ikke bøye seg. Han ble hånet, og hånte ikke igjen. Skjønt han var en Sønn, lærte han lydighet. Og her er din trøst: dette å styre seg selv er ikke ditt verk alene — det er hans Ånds frukt, og Gud er trofast til å gjøre en utgang mulig. Gransk det ut.

TRE SPØRSMÅL DENNE STUDIEN BESVARER:

1. Hva er avholdenhet, og hvor kommer den fra?
2. Hvordan selger et menneske seg selv, slik Akab og Esau solgte seg selv?
3. Hvem er det fullkomne eksempel på selvbeherskelse, og hva frembringer måteholdenhet?

GRESKE NØKKELOD

“**temperament**” — **G1466 egkrateia** — selvkontroll, avholdenhet, måtehold
frukten av Ånden er avholdenhet

“**temperert**” — **G1467 egkrateuomai** — å utøve selvbeherskelse, å beherske, være temperert
hver den som strider i veddekjempen, er avholdende i alle ting

“**nøkternt**” — **G4996 sophronos** — med sunt sinn, moderat, edrueelig

nåden lærer oss å leve sindig i denne nåværende verden

“selges” — **G591 apodidomi** — å gi bort, å gjengi, å selge
Esau solgte for én rett mat sin førstefødselsrett

“ydmyket” — **G5013 tapeinoo** — å gjøre lav, å fornedre, å ydmyke
han ydmykede seg selv og ble lydig til døden

“hånet” — **G3058 loidoreo** — å bebreide, å håne
da han ble utskjelt, skjelte han ikke igjen

HEBRAISKE NØKKELOD

“selges” — **H4376 makar** — å selge, å overgi
du har solgt deg selv til å gjøre det som ondt er for Herrens øyne

(Mine personlige tanker — makar (H4376, å selge) er ordet som ble talt over Ahab; apodidomi (G591, å selge) er ordet som er skrevet om Esau. Two Two språk, én og samme handel: et menneske gir seg selv bort for det han attrår. Måtehold er å bevare deg selv, så at du ikke blir solgt.)

ÅPNENDE ANKER

Galaterne 5:22-23 Men Andens frukt er kjærleik, gleda, fred, langmod, mildskap, godleik, truskap
[G1466 egkrateia ■] (23) [Stu21: 22] spaklynde, fråhald. [Stu21: 23] Mot slike er ikkje lovi.

TEMPERANCE — FRÅHALD — ER ANDENS FRUKT.

(Mine personlige tanker — legg merke til hvor måtehold står: blant Åndens frukt. Det er ikke først og fremst et menneskeverk; det er frukt. egkrateia (G1466, måtehold) er styrke innvendig — ens eget selv behersket. Der Ånden bor, vokser denne frukten, og mot slike ting er det ingen lov.)

I. NÅR SELVBEHERSKELSE ER FRAVÆRENDE — AKAB

A. 1. Kongebok 21:1-4 Sidan hende denne tilburden: Jizre’eliten Nabot, hadde ein vinhage som låg i Jizre’el innåt slottet til Ahab, kongen i Samaria. (2) Og Ahab tala med Nabot og sagde: «Lat meg få vinhagen din, so eg kann hava honom til kålhage, for han ligg so nær innåt huset mitt. Eg skal gjeva deg ein betre vingard i staden, eller um du so tykkjer, skal eg greida verdet ut i reide pengar.» (3) Men Nabot sagde til Ahab: «Aldri i verdi vil eg gjeva deg fedrearven min!» (4) Då gjekk Ahab heim, mismodig og harm for det svaret jizre’eliten Nabot hadde gjeve honom då han sagde: «Eg vil ikkje gjeva deg fedrearven min.» Og han lagde seg i sengi og snudde seg burt og vilde ikkje eta.

INGEN SELVBEHERSKELSE — HANS UFORMÅENHET TIL Å FÅ DET HAN VILLE, GJORDE HAM TUNG TIL SINNS, MISFORNØYD OG UTEN MATLYST.

B. 1. Kongebok 21:7 Då sagde Jezabel, kona hans, til honom: «Er det du som no hev kongevelde i Israel? Statt upp, et og ver i godlag! Eg skal gjeva deg vinhagen åt jizre’eliten Nabot.»

JEZABELS TILBUD OM Å SETJE GUDS LOV UR KRAFT VAR NETTOPP DET AHAB RÅTNE MATLYST VENTA PÅ.

C. 1. Kongebok 21:20 Ahab sagde til Elia: «Hev du funne meg, du fienden min?» Han svara: «Ja, eg hev funne deg. Sidan du hev selt deg til å gjera det som vondt er i Herrens augo **[H4376 makar ■]**

AHAB HADDE SELT SEG TIL Å GJERA DET SOM VONDT ER I HERRENS AUGO.

D. 1. Kongebok 21:25 Aldri hev det vore nokon slik som Ahab, som selde seg sjølv til å gjera det som vondt var i Herrens augo, av di Jezabel, kona hans, eggja honom. **[H4376 makar ■]**

ALDRI HAR DET VORE NOKON SLIK SOM AHAB, SOM SELDE SEG SJØLV TIL Å GJERA DET SOM VONDT VAR, EGGJA AV SI EIGA KONA

(Mine personlige tanker — en konge, og han kunne ikke styre seg selv. Et helt kongerike var hans, likevel gjorde en grønnsakshage ham nedstemt og tok fra ham matlysten. Ordet er makar (H4376, å selge): han solgte seg selv for å få det han begjærte. Dette er avholdenhet i fravær — mannen eier ikke begjæret, begjæret eier mannen.)

II. MØNSTERET FOR Å SELGE DEG SELV — ENHVER TING SATT HØYERE ENN LYDIGHET MOT GUD

A. 1. Samuelsbok 15:24 Saul sagde til Samuel: «Eg hev synda med di eg hev gjorde tvert imot det Herren baud meg og du tala til meg. Folket var eg rædd og gjorde deim til viljes.

SAUL SATTE FRYKTEN FOR OG LOVPRISNINGEN FRA FOLKET HØYERE ENN LYDIGHET MOT GUDS RØST.

B. 2. Peter 2:15 Dei hev vike av frå den beine vegen og fare vilt, med di dei hev fylgt Bileam Beorssons veg, han som elska urettferds løn

BILEAM VERDSETTE URETTFERDS LØN HØGRE ENN LYDNAD MOT GUD.

C. 1. Mosebok 3:6 Og kona såg at treet var godt å eta av, og tykte det var ein hugnad for augo, og eit gildt tre, med di det kunde gjera ein klok. So tok ho av frukti og åt, og gav mannen sin og med seg, og han åt.

EVA VERDSETTE FRUKTENS UTSJÅNAD OG ATTRÅA ETTER VISDOM HØGARE ENN LYDNAD MOT GUDS ORD.

D. 2. Samuelsbok 11:2-4 No bar det so til ein dag ved kveldstid David reis upp frå kvila si og gjekk og dreiv på taket på kongshalli, at han såg frå taket ei kona som lauga seg. Kona var ovleg væn å sjå til. (3) David let spyrja etter kven kona var. Han fekk til svar: «Det er Batseba Eliamsdotter, kona åt hetiten Uria.» (4) David sende nokre folk og let henta henne. Ho kom upp, og han låg med henne. Ho hadde nett helga seg etter ho hadde vore urein. Og so for ho heim att.

DAVID VERDSETTE GLEDEN AV HENNES SELSKAP HØGRE ENN LYDNAD MOT GUDS BUD.

(Mine personlige tanker — legg merke til det ene mønsteret i fire liv: Saul fryktet, Bileam elsket, Eva så, David tok. Ingen av dem ble tvunget. Hver enkelt verdsatte en ting høyere enn Guds røst, og ga seg selv bort for å få den. Tingen er forskjellig; handelen er den samme.)

III. KRISTUS — DET FULLKOMNE FORBILDET PÅ SELVBEHERSKELSE

A. Hebreerne 5:8 og soleis lærde han, endå han var son, lydnad av det han leid;

ENDÅ HAN VAR SON, LÆRDE HAN LYDNAD AV DET HAN LEID.

B. Filipperne 2:8 nedra han seg sjølv, so han vart lydug alt til dauden, ja til dauden på krossen.

[G5013 tapeinoo ■]

SO HAN VART LYDUG ALT TIL DAUDEN, JA TIL DAUDEN PÅ KROSSEN.

C. 1. Peter 2:22-23 Han gjorde ikkje synd, og det fanst ikkje heller svik i hans munn; **[G3058 loidoreo ■]** (23) han skjelte ikkje att når han vart utskjelt, ikkje truga ham når han leid, men gav det yver til honom som dømmer rettferdigt;

UTSKJELT, SKJELTE HAN IKKJE ATT, MEN GAV DET YVER TIL HONOM SOM DØMER RETTFERDIGT.

(Mine personlige tanker — Akab hadde et rike og ingen herredømme over seg selv; Sønnen hadde all makt og fullt herredømme. Han ydmyket seg selv — tapeinoo (G5013, å gjøre lav). Han ble hånet — loidoreo (G3058, å skjelle ut) — og svarte ikke igjen. Selvbeherskelse er ikke svakhet; det er styrke bøydd under Guds vilje, like til døden.)

IV. HVA MÅHOLD FRAMBRINGER — FRUKTEN OG KRONEN

A. 2. Peter 1:5-6 so gjer dykk og just difor all umak, og vis i trui dykkar dygd, og i dygdi skynsemd

[G1466 egkrateia ■] (6) og i skynsemdi fråhald, og i fråhaldet tolmod, og i tolmodet gudlegdom

FRÅHALD VERT LAGT TIL SKYNSEMD, OG FRÅ FRÅHALD KJEM TOLMOD, OG FRÅ TOLMOD, GUDLEGDOM.

B. 1. Korinter 9:24-25 Veit de ikkje, at dei som kapprenner på skeidvollen, dei renner vel alle, men ein tek sigersprisen? Renn då soleis, so de kann få honom! **[G1467 egkrateuomai ■]** (25) Kvar den som er med i tevling, er fråhaldande i alt, hine so dei kann få ein forgjengeleg krans, men me ein uforgjengeleg.

KVAR DEN SOM ER MED I TEVLING, ER FRÅHALDANDE I ALT, FOR EIN UFORGJENGELEG KRANS.

C. Titus 2:11-12 For Guds nåde er openberra til frelsa for alle menneskje **[G4996 sophronos ■]** (12) med di han uppsedar oss til å segja frå oss gudløysa og dei verdslege lyster og liva viseleg og rettferdigt og gudleg i den verdi

GUDS NÅDE LÆRER OSS SJØLV Å SEGJA FRÅ OSS DEI VERDSLEGE LYSER OG LIVA VISELEG I DEN VERDI.

(Mine personlige tanker — legg merke til rekkefølgen: måtehold blir lagt til kunnskap, og tålmodighet er bygget på måtehold. Og nåden lærer: den samme nåde som bringer frelse lærer oss å si nei til verdslige lyster og å leve édruelig — sophronos (G4996, ædruelig), med et sindig sinn. De som løper for en forgjengelig krans, er avholdende — egkrateuomai (G1467, å være avholdende) — i alle ting; hvor mye mer bør vi være det, for en uforgjengelig.)

MUNN AV TO — ORDET SOLGT: MAKAR (H4376, Å SELGE) OG APODIDOMI (G591, Å SELGE)

A. 1. Kongebok 21:20 Ahab sagde til Elia: «Hev du funne meg, du fienden min?» Han svara: «Ja, eg hev funne deg. Sidan du hev selt deg til å gjera det som vondt er i Herrens augo **[H4376 makar ■]**

EIN KONGE SELDE SEG SJØLV FOR EIN URTEHAGE.

B. Hebreerne 12:16-17 at ingen må vera ein horkar eller ein vanheilag liksom Esau, som for ein einaste rett mat selde odelsretten sin. **[G591 apodidomi ■]** (17) For de veit, at han og sidan, då han vilde erva velsigningi, vart burtvist - for han fann ikkje rom for bot - endå han søkte henne med tårar.

EIN FYRSTEFØDD SON SELDE ODELSRETTE SIN FOR EIN EINASTE RETT MAT, OG HEBREARBREVET LEGG TIL DET SOM KONGEBØKENE IKKJE SEIER — TÅRORNE SOM IKKJE KUNNE KJØPA HANDELEN TILBAKE.

(Mine personlige tanker — av alle mennene i denne studien er det skrevet om bare to at de solgte seg: Akab og Esau. En konge byttet rettferdighet mot en grønnsakshage; en førstefødt byttet sin arv mot ett eneste måltid. Kongebøkene ender Akab med dom, men det er kun Hebreerne som følger Esau videre — inn i dagen da han med tårer forsøkte å få velsignelsen tilbake, og ikke fant rom for omvendelse. Selg deg ikke selv; noen byttehandler kan ikke kjøpes tilbake.)

C. Forkynneren 4:12 Og um nokon kann vinna yver den som er åleine, so kann tvo standa seg imot honom, og tritvinna tråd slit ein ikkje av so snart.

SO KANN TVO STANDA SEG IMOT HONOM + OG TRITVINNA TRÅD SLIT EIN IKKJE AV SO SNART.

SKYGGEN OG OPPFYLLELSEN — DEN TREFOLDIGE LYST, OG ÉN MANNS LYDIGHET

Shadow 1. Mosebok 3:6 Og kona såg at treet var godt å eta av, og tykte det var ein hugnad for augo, og eit gildt tre, med di det kunde gjera ein klok. So tok ho av frukti og åt, og gav mannen sin og med seg, og han åt.

DET FØRSTE SVIKTET I SJØLKONTROLL: MAT, AUGO, OG ATTRÅ ETTER VISDOM.

1. Johannes 2:16 For alt det som er i verdi: kjøtslyst og augnelyst og storlæte i livnad, det er ikkje av Faderen, men av verdi.

DE SAMME TRE ER NEMNT IGJEN.

Fulfillment Matteus 4:3-4 Og freistaren kom og sagde til honom: «Er du Guds Son, so seg at desse steinarne skal verta til brød!» (4) Men han svara: «Det stend skrive: «Menneskja liver ikkje berre av brød, men av kvart ord som kjem frå Guds munn.»»

Matteus 4:8-10 So tok djevelen honom med seg upp på eit ovhøgt fjell, og synte honom alle verdsens rike og deira herlegdom og sagde: (9) «Alt dette gjev eg deg, dersom du fell på kne og tilbed meg.» (10) Då sagde Jesus til honom: «Gakk frå meg, Satan! For det stend skrive: «Herren, din Gud, skal du tilbede; honom og ingen annan skal du tena.»»

FRISTA I MATLYST OG I AUGNENS BEGJÆR, SVARA HAN MED ORDET OG TILBAD BERRE GUD.

Romerne 5:19 For liksom dei mange vart syndarar ved ulydnaden åt det eine menneskjet, so skal og dei mange verta rettferdige ved lydnaden åt den eine.

VED DET EINE MENNESKJET SIN ULYDNAD VART DEI MANGE SYNDARAR; VED DEN EINE SIN LYDNAD VERT DEI MANGE RETTFERDIGE.

(Mine personlige tanker — de samme tre portene: kjødet, øynene og livets stolthet. Ved treet så kvinnen, hun ble fristet, hun tok, og hun åt. I ørkenen ble Sønnen fristet ved de samme portene, og han svarte på hver enkelt: Det står skrevet. Der den første mann falt, har den enes lydighet gjort mange rettferdige.)

LUKKING

1. Korinter 10:13 Dykk hev ingi freisting råka som menneskje ikkje kann bera; men Gud er trufast, som ikkje skal lata dykk verta freista utyver det de toler; men skal gjera både freistingi og utgangen slik at de

kann halda det ut.

GUD ER TRUFAST, OG SKAL GJERA BÅDE FREISTINGI OG UTGANGEN SLIK AT DE KANN HALDA DET UT.

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

(Mine personlige tanker — her er hele studiet i én linje: avholdenhet, egkrateia (G1466, avholdenhet), er Åndens frukt — deg selv styrt av hans kraft. Ahab solgte seg selv, makar (H4376, å selge); Esau solgte sin førstefødselsrett; Saul, Bileam, Eva og David satte alle en ting høyere enn Guds røst. Men Sønnen styrte seg selv like til døden, og ved den enes lydighet blir mange rettferdige. Og Gud er trofast: du skal ikke bli fristet over det du kan bære, og med fristelsen skaper han en vei til å slippe unna. Legg avholdenhet til din kunnskap, og løp for den uforgjengelige kronen.)

ØVELSESQUIZ

1. Galaterne 5:22-23 — Men Andens frukt er kjærleik, glede, fred, langmod, mildskap, godleik, truskap, spaklynde, og:

- a) visdom
- b) fråhald
- c) kunnskap

2. 1 Kongebok 21:20 — Du hev selt deg til å:

- Ja, eg hev funne deg. Sidan du hev selt deg til å gjera det som vondt er i Herrens augo
- b) gjøre ondt for folkets øyne
- c) vandre på dine fedres vei

3. 1 Samuel 15:24 — Saul sagde til Samuel: «Eg hev synda med di eg hev gjorde tvert imot det Herren baud meg og du tala til meg. Folket var eg rædd og gjorde deim til viljes.

- a) Jeg fryktet HERREN, og adlød hans røst
- b) folket tok av byttet
- Jeg var rædd folket og gjorde deim til viljes

4. 2. Peters brev 2:15 — Bileam Beorsson elska:

- a) spådommens belønninger
- b) den rette veien
- c) urettferds løn

5. 1 Peter 2:23 — Då han vart utskjelt, han:

- a) skjelte ikkje att
- b) svarte igjen
- c) tillot dem ikke

6. Hebrews 12:16 — Esau selde for ein einaste rett mat:

- a) hans velsignelse
- hans odelsrett
- c) hans arv

7. 1 Korintierne 10:13 — Gud er trufast, som ikkje skal lata dykk verta freista utyver det de toler, men skal gjera:

- a) en utveg
- b) et sted for anger
- c) en slutt på synd

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

HVORDAN DENNE STUDIEN GRENER SEG UT

HVORDAN DE SOLGTE BLIR KJØPT TILBAKE: AKAB OG ESAU SOLGTE SEG SELV, MEN DERE ER KJØPT MED EN PRIS (1 KORINTER 6:20) — SOLGT UNDER SYNDEN (ROMERNE 7:14), MEN LIKEVEL FORLØST FRA FORBANNELSEN (GALATERNE 3:13).

→ HVORDAN BYEN HOLDES: DEN SOM IKKE HAR HERREDØMME OVER SIN EGEN ÅND, ER LIK EN NEDBRUTT BY UTEN MURER (SALOMOS ORDSPROG 25:28); OG DEN SOM STYRER SIN ÅND, ER BEDRE ENN DEN SOM INNTAR EN BY (SALOMOS ORDSPROG 16:32).

→ HVORDAN LØPET LØPES: AVHOLDENHET I ALLE TING FØRER VIDERE TIL Å LØPE MED TÅLMODIGHET DET LØP SOM ER SATT FOSS FOR OSS, MED BLIKKET FESTET PÅ JESUS (HEBREERNE 12:1-2).

SLIK STIGER STIGEN: TIL KUNNSKAP AVHOLD, TIL AVHOLD TÅLMODIGHET, TIL TÅLMODIGHET GUDSFRYKT (2 PETER 1:5-7) — AT I IKKE SKAL VÆRE UVIRKSOMME ELLER UFRUKTBARE (2 PETER 1:8).

→ HVORDAN DE FRISTEDE BLIR HJULPET: SIDEN HAN SELV HAR LIDT OG BLITT FRISTET, KAN HAN HJELPE DEM SOM BLIR FRISTET (HEBREERNE 2:18) — FRISTET PÅ ALLE MÅTER SLIK SOM VI ER, DOG UTEN SYND (HEBREERNE 4:15).

HVORDAN NÅDEN LÆRER: LEVE SEDELIG FØRER VIDERE TIL Å SE ETTER DET SALIGE HÅP OG DEN HERLIGE ÅPENBARELSE (TITUS 2:13) — ET EIENDOMSFOLK, NIDKJÆRT TIL GODE GJERNINGER (TITUS 2:14).

SOURCES & CREDITS

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

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

Strong's numbering & original-language data: OpenScriptures Hebrew Bible (CC BY 4.0); STEPbible.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).