



SEE MORE JESUS · WANTTOSEEMORE.COM

O Que a Bíblia Diz Sobre o Autocontrole (Temperança)? — O Fundamento · Escrituras KJV com Números de Strong

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

Temperança — Doutrina Bíblica Fundamental

PALAVRA DE ABERTURA

Ouçam agora uma palavra bem necessária. O fruto do Espírito é a temperança — a palavra grega é egkrateia (G1466, temperança), força interior, o governo de si mesmo. Não é a força que toma uma cidade; é a força que governa um espírito. Este estudo põe diante de vós dois caminhos. Olhai para um rei que não pôde governar-se: por uma horta ele se deitou em sua cama, desviou o rosto e não quis comer alimento algum — e no fim vendeu-se a si mesmo. E ele não está só. Saul temeu o povo. Balaão amou o salário. Eva viu e tomou. Davi mandou e tomou. Cada um pôs algo acima da voz de Deus, e cada um se entregou para obtê-lo. Olhai agora para o Filho. Teve fome, e não quis mandar às pedras. Viu todos os reinos, e não quis inclinar-se. Foi insultado, e não insultou de volta. Ainda que fosse Filho, aprendeu a obediência. E aqui está a vossa consolação: este governo de vós mesmos não é obra vossa somente — é o fruto do seu Espírito, e Deus é fiel para abrir um caminho de escape. Buscai isso.

TRÊS PERGUNTAS QUE ESTE ESTUDO RESPONDE:

1. O que é temperança, e de onde ela vem?
2. Como uma pessoa se vende, da forma como Acabe e Esaú se venderam?
3. Quem é o exemplo perfeito de autocontrole, e o que a temperança produz?

PALAVRAS-CHAVE GREGAS

“**temperança**” — **G1466 egkrateia** — autocontrole, continência, temperança
o fruto do Espírito é a temperança

“**temperante**” — **G1467 egkrateuomai** — exercer autodomínio, conter-se, ser temperante

todo aquele que luta pelo domínio próprio é temperante em todas as coisas

“**sobriamente**” — **G4996 sophronos** — com mente sã, moderadamente, sobriamente
a graça nos ensina a viver sobriamente neste mundo presente

“**vendido**” — **G591 apodidomi** — dar, entregar, vender
Esaú por um bocado de comida vendeu o seu direito de primogenitura

“**humilhado**” — **G5013 tapeinoo** — abaixar, humilhar, humilhar-se
ele se humilhou, e fez-se obediente até a morte

“**difamado**” — **G3058 loidoreo** — repreender, injuriar
quando ele era ultrajado, não retorquia com ultraje

PALAVRAS-CHAVE HEBRAICAS

“**vendido**” — **H4376 makar** — para vender, para entregar
te vendeste para praticar o mal à vista do SENHOR

(Meus pensamentos pessoais — makar (H4376, vender) é a palavra falada sobre Acabe; apodidomi (G591, vender) é a palavra escrita sobre Esaú. Duas línguas, um único e mesmo negócio: uma pessoa se entrega por aquilo que deseja. Temperança é guardar-se, para que não sejas vendido.)

ÂNCORA DE ABERTURA

Gálatas 5:22-23 Mas o fruto do Espírito é: o amor, o gozo, a paz, a longanimidade, a benignidade, a bondade, a fidelidade. **[G1466 egkrateia ■]** (23) a mansidão, o domínio próprio; contra estas coisas não há lei.

TEMPERANÇA — DOMÍNIO PRÓPRIO — É FRUTO DO ESPÍRITO.

(Meus pensamentos pessoais — note onde a temperança se encontra: entre o fruto do Espírito. Ela não é, antes de tudo, uma obra do homem; é fruto. egkrateia (G1466, temperança) é força interior — o próprio eu governado. Onde o Espírito vive, esse fruto cresce, e contra tais coisas não há lei.)

I. QUANDO O DOMÍNIO PRÓPRIO ESTÁ AUSENTE — ACABE

A. 1 Reis 21:1-4 Sucedeu depois destas coisas que, tendo Nabote, o jizreelita, uma vinha em Jizreel, junto ao palácio de Acabe, rei de Samária (2) falou este a Nabote, dizendo: Dá-me a tua vinha, para que me sirva de horta, porque está vizinha, ao pé da minha casa; e te darei por ela outra vinha melhor; ou, se desejares, dar-te-ei o seu valor em dinheiro. (3) Respondeu, porém, Nabote a Acabe: Guarde-me o Senhor de que eu te dê a herança de meus pais. (4) Então Acabe veio para sua casa, desgostoso e indignado, por causa da palavra que Nabote, o jizreelita, lhe falara; pois este lhe dissera: Não te darei a herança de meus pais. Tendo-se deitado na sua cama, virou a rosto, e não quis comer.

SEM DOMÍNIO PRÓPRIO — A SUA INCAPACIDADE DE CONSEGUIR O QUE QUERIA FÊ-LO FICAR PESADO, DESGOSTOSO E SEM COMER.

B. 1 Reis 21:7 Ao que Jezabel, sua mulher, lhe disse: Governas tu agora no reino de Israel? Levanta-te, come, e alegre-se o teu coração; eu te darei a vinha de Nabote, o jizreelita.

A OFERTA DE JEZABEL PARA ANULAR A LEI DE DEUS ERA A PRÓPRIA COISA QUE O APETITE PODRE DE ACABE ESTAVA ESPERANDO.

C. 1 Reis 21:20 Ao que disse Acabe a Elias: Já me achaste, ó inimigo meu? Respondeu ele: Achei-te; porque te vendeste para fazeres o que é mau aos olhos do Senhor. **[H4376 makar ■]**

ACABE VENDEU-SE PARA FAZER O QUE É MAU AOS OLHOS DO SENHOR.

D. 1 Reis 21:25 (Não houve, porém, ninguém como Acabe, que se vendeu para fazer o que era mau aos olhos do Senhor, sendo instigado por Jezabel, sua mulher. **[H4376 makar ■]**

NÃO HOUVE NINGUÉM COMO ACABE, QUE SE VENDEU PARA FAZER O QUE ERA MAU, INSTIGADO POR SUA PRÓPRIA MULHER.

(Meus pensamentos pessoais — um rei, e ele não conseguia governar a si mesmo. Um reino inteiro era seu, contudo uma horta o deixou deprimido e lhe tirou o apetite. A palavra é makar (H4376, vender): ele se vendeu para obter o que desejava. Isso é a temperança ausente — o homem não possui o desejo; o desejo possui o homem.)

II. O PADRÃO DE VENDER-TE A TI MESMO — QUALQUER COISA VALORIZADA ACIMA DA OBEDIÊNCIA A DEUS

A. 1 Samuel 15:24 Então disse Saul a Samuel: Pequei, porquanto transgredi a ordem do Senhor e as tuas palavras; porque temi ao povo, e dei ouvidos a sua voz.

SAUL VALORIZOU O TEMOR E O LOUVOR DO POVO ACIMA DA OBEDIÊNCIA À VOZ DE DEUS.

B. 2 Pedro 2:15 os quais, deixando o caminho direito, desviaram-se, tendo seguido o caminho de Balaão, filho de Beor, que amou o prêmio da injustiça

BALAÃO ESTIMOU O PRÊMIO DA INJUSTIÇA ACIMA DA OBEDIÊNCIA A DEUS.

C. Gênesis 3:6 Então, vendo a mulher que aquela árvore era boa para se comer, e agradável aos olhos, e árvore desejável para dar entendimento, tomou do seu fruto, comeu, e deu a seu marido, e ele também comeu.

EVA VALORIZOU O ASPECTO DO FRUTO E O DESEJO DE SABEDORIA ACIMA DA SUBMISSÃO À PALAVRA DE DEUS.

D. 2 Samuel 11:2-4 Ora, aconteceu que, numa tarde, Davi se levantou do seu leito e se pôs a passear no terraço da casa real; e do terraço viu uma mulher que se estava lavando; e era esta mulher mui formosa à vista. (3) Tendo Davi enviado a indagar a respeito daquela mulher, disseram-lhe: Porventura não é Bate-Seba, filha de Eliã, mulher de Urias, o heteu? (4) Então Davi mandou mensageiros para trazê-la; e ela veio a ele, e ele se deitou com ela (pois já estava purificada da sua imundícia); depois ela voltou para sua casa.

DAVI VALORIZOU O PRAZER DA COMPANHIA DELA ACIMA DA OBEDIÊNCIA AO MANDAMENTO DE DEUS.

(Meus pensamentos pessoais — note o mesmo padrão em quatro vidas: Saul temeu, Balaão amou, Eva viu, Davi tomou. Nenhum deles foi forçado. Cada um valorizou uma coisa acima da voz de Deus, e entregou-se para obtê-la. A coisa é diferente; o negócio é o mesmo.)

III. CRISTO — O EXEMPLO PERFEITO DE AUTOCONTROLE

A. Hebreus 5:8 ainda que era Filho, aprendeu a obediência por meio daquilo que sofreu;

AINDA QUE ERA FILHO, APRENDEU A OBEDIÊNCIA POR MEIO DAQUILO QUE SOFREU.

B. Filipenses 2:8 e, achado na forma de homem, humilhou-se a si mesmo, tornando-se obediente até a morte, e morte de cruz. **[G5013 tapeinoō ■]**

HUMILHOU-SE A SI MESMO, TORNANDO-SE OBEDIENTE ATÉ A MORTE, E MORTE DE CRUZ.

C. 1 Pedro 2:22-23 Ele não cometeu pecado, nem na sua boca se achou engano; **[G3058 loidoreō ■]** (23) sendo injuriado, não injuriava, e quando padecia não ameaçava, mas entregava-se àquele que julga justamente;

SENDO INJURIADO, NÃO INJURIAVA, MAS ENTREGAVA-SE ÀQUELE QUE JULGA JUSTAMENTE.

(Meus pensamentos pessoais — Acabe tinha um reino e nenhum domínio sobre si mesmo; o Filho tinha todo o poder e pleno domínio. Ele se humilhou — tapeinoō (G5013, tornar baixo). Ele foi insultado — loidoreō (G3058, injuriar) — e não respondeu. O autocontrole não é fraqueza; é força inclinada à vontade de Deus, mesmo até à morte.)

IV. O QUE A TEMPERANÇA PRODUZ — O FRUTO E A COROA

A. 2 Pedro 1:5-6 E por isso mesmo vós, empregando toda a diligência, acrescentai à vossa fé a virtude, e à virtude a ciência **[G1466 egkrateia ■]** (6) e à ciência o domínio próprio, e ao domínio próprio a perseverança, e à perseverança a piedade

À CIÊNCIA ACRESCENTA-SE O DOMÍNIO PRÓPRIO, E DO DOMÍNIO PRÓPRIO VEM A PERSEVERANÇA, E DA PERSEVERANÇA, A PIEDADE.

B. 1 Coríntios 9:24-25 Não sabeis vós que os que correm no estádio, todos, na verdade, correm, mas um só é que recebe o prêmio? Correi de tal maneira que o alcanceis. **[G1467 egkrateuomai ■]** (25) E todo aquele que luta, exerce domínio próprio em todas as coisas; ora, eles o fazem para alcançar uma coroa corruptível, nós, porém, uma incorruptível.

TODO AQUELE QUE LUTA EXERCE DOMÍNIO PRÓPRIO EM TODAS AS COISAS, PARA ALCANÇAR UMA COROA INCORRUPTÍVEL.

C. Tito 2:11-12 Porque a graça de Deus se manifestou, trazendo salvação a todos os homens **[G4996 sophronos ■]** (12) ensinando-nos, para que, renunciando à impiedade e às paixões mundanas, vivamos no presente mundo sóbria, e justa, e piamente

A PRÓPRIA GRAÇA NOS ENSINA A RENUNCIAR ÀS PAIXÕES MUNDANAS E VIVER SOBRIAMENTE NO PRESENTE MUNDO.

(Meus pensamentos pessoais — observe a ordem: a temperança é acrescentada ao conhecimento, e a paciência é edificada sobre a temperança. E a graça ensina: a mesma graça que traz a salvação nos ensina a dizer não às concupiscências mundanas e a viver sobriamente — sophronos (G4996, sobriamente), com mente sã. Aqueles que correm por uma coroa perecível são temperantes — egkrateuomai (G1467, ser temperante) — em todas as coisas; quanto mais devemos nós, por uma imperecível.)

BOCA DE DOIS — A PALAVRA VENDIDO: MAKAR (H4376, VENDER) E APODIDOMI (G591, VENDER)

A. 1 Reis 21:20 Ao que disse Acabe a Elias: Já me achaste, ó inimigo meu? Respondeu ele: Achei-te; porque te vendeste para fazeres o que é mau aos olhos do Senhor. **[H4376 makar ■]**

UM REI VENDEU-SE POR UMA HORTA DE ERVAS.

B. Hebreus 12:16-17 e ninguém seja devasso, ou profano como Esaú, que por uma simples refeição vendeu o seu direito de primogenitura. **[G591 apodidomi ■]** (17) Porque bem sabeis que, querendo ele ainda depois herdar a bênção, foi rejeitado; porque não achou lugar de arrependimento, ainda que o buscou diligentemente com lágrimas.

UM FILHO PRIMOGÊNITO VENDEU O SEU DIREITO DE PRIMOGENITURA POR UMA SIMPLES REFEIÇÃO, E HEBREUS ADICIONA O QUE REIS NÃO DIZ — AS LÁGRIMAS QUE NÃO PUDEAM RECOMPRAR A TROCA.

(Meus pensamentos pessoais — de todos os homens neste estudo, a palavra vendido é escrita sobre apenas dois: Acabe e Esaú. Um rei trocou a justiça por uma horta; um primogênito trocou sua herança por uma única refeição. O livro de Reis encerra Acabe com juízo, mas somente Hebreus acompanha Esaú mais adiante — até o dia em que ele tentou recuperar a bênção com lágrimas, e não achou lugar para arrependimento. Não te vendas; algumas trocas não podem ser resgatadas.)

C. Eclesiastes 4:12 E, se alguém quiser prevalecer contra um, os dois lhe resistirão; e o cordão de três dobras não se quebra tão depressa.

DOIS RESISTIRÃO A ELE + O CORDÃO DE TRÊS DOBRAS NÃO SE ROMPE FACILMENTE.

A SOMBRA E O CUMPRIMENTO — A TRÍPLICE CONCUPISCÊNCIA, E A OBEDIÊNCIA DE UM

Shadow Gênesis 3:6 Então, vendo a mulher que aquela árvore era boa para se comer, e agradável aos olhos, e árvore desejável para dar entendimento, tomou do seu fruto, comeu, e deu a seu marido, e ele também comeu.

A PRIMEIRA FALHA DO DOMÍNIO PRÓPRIO: COMIDA, OLHOS E DESEJO DE SABEDORIA.

1 João 2:16 Porque tudo o que há no mundo, a concupiscência da carne, a concupiscência dos olhos e a soberba da vida, não vem do Pai, mas sim do mundo.

AS MESMAS TRÊS SÃO CITADAS DE NOVO.

Fulfillment Mateus 4:3-4 Chegando, então, o tentador, disse-lhe: Se tu és Filho de Deus manda que estas pedras se tornem em pães. (4) Mas Jesus lhe respondeu: Está escrito: Nem só de pão viverá o homem, mas de toda palavra que sai da boca de Deus.

Mateus 4:8-10 Novamente o Diabo o levou a um monte muito alto; e mostrou-lhe todos os reinos do mundo, e a glória deles; (9) e disse-lhe: Tudo isto te darei, se, prostrado, me adorares. (10) Então ordenou-lhe Jesus: Vai-te, Satanás; porque está escrito: Ao Senhor teu Deus adorarás, e só a ele servirás.

TENTADO NO APETITE E NA CONCUPISCÊNCIA DOS OLHOS, ELE RESPONDEU COM A PALAVRA E ADOROU SOMENTE A DEUS.

Romanos 5:19 Porque, assim como pela desobediência de um só homem muitos foram constituídos pecadores, assim também pela obediência de um muitos serão constituídos justos.

PELA DESOBEDIÊNCIA DE UM SÓ HOMEM MUITOS FORAM CONSTITUÍDOS PECADORES; PELA OBEIÊNCIA DE UM, MUITOS SÃO CONSTITUÍDOS JUSTOS.

(Meus pensamentos pessoais — os mesmos três portões: a carne, os olhos, o orgulho da vida. Na árvore, a mulher viu, desejou, tomou e comeu. No deserto, o Filho foi tentado nos mesmos portões, e respondeu a cada um: Escrito está. Onde o primeiro homem caiu, a obediência de um só fez justos a muitos.)

FECHAMENTO

1 Coríntios 10:13 Não vos sobreveio nenhuma tentação, senão humana; mas fiel é Deus, o qual não deixará que sejais tentados acima do que podeis resistir, antes com a tentação dará também o meio de saída, para que a possais suportar.

DEUS É FIEL, E COM A TENTAÇÃO DARÁ TAMBÉM O MEIO DE SAÍDA.

2 Pedro 1:6 e à ciência o domínio próprio, e ao domínio próprio a perseverança, e à perseverança a piedade **[G1466 egkrateia ■]**

AO DOMÍNIO PRÓPRIO A PERSEVERANÇA + À PERSEVERANÇA A PIEDADE.

(Meus pensamentos pessoais — aqui está o estudo inteiro numa linha: temperança, egkrateia (G1466, temperança), é fruto do Espírito — tu mesmo governado pela sua força. Acabe se vendeu, makar (H4376, vender); Esaú vendeu o seu direito de primogenitura; Saul, Balaão, Eva e Davi cada um estimou uma coisa acima da voz de Deus. Mas o Filho se governou a si mesmo até à morte, e pela obediência de um só, muitos são feitos justos. E Deus é fiel: não sereis tentados além do que podeis suportar, e com a tentação ele dará a saída. Acrescenta temperança ao teu conhecimento, e corre para a coroa incorruptível.)

QUESTIONÁRIO PRÁTICO

1. Gálatas 5:22-23 — Mas o fruto do Espírito é: o amor, o gozo, a paz, a longanimidade, a benignidade, a bondade, a fidelidade, a mansidão, e:

- a) sabedoria
- b) domínio próprio
- c) conhecimento

2. 1 Reis 21:20 — Tu te vendeste para:

- a) fazeres o que é mau aos olhos do Senhor
- b) fazer o mal à vista do povo
- c) anda no caminho de teus pais

3. 1 Samuel 15:24 — Saul disse: transgredi a ordem do Senhor, porque:

- a) Temi ao SENHOR, e obedeci à sua voz
- b) o povo tomou do despojo
- c) temi ao povo, e dei ouvidos a sua voz

4. 2 Pedro 2:15 — Balaão, filho de Beor, amou:

- a) as recompensas da divinação
- b) o caminho certo
- c) o prêmio da injustiça

5. 1 Pedro 2:23 — Sendo injuriado, ele:

- a) Sendo injuriado, não injuriava
- b) respondeu novamente
- c) não lhes permitiu

6. Hebreus 12:16 — Esaú por uma simples refeição vendeu:

- a) sua bênção
- o seu direito de primogenitura
- c) sua herança

7. 1 Coríntios 10:13 — mas fiel é Deus, o qual com a tentação dará também:

- a) uma saída
- b) um lugar de arrependimento
- c) um fim do pecado

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

COMO ESTE ESTUDO SE RAMIFICA

→ **COMO OS VENDIDOS SÃO RECOMPRADOS: ACABE E ESAÚ VENDERAM-SE, MAS VÓS SOIS COMPRADOS POR PREÇO (1 CORÍNTIOS 6:20) — VENDIDO AO PECADO (ROMANOS 7:14), PORÉM REDIMIDO DA MALDIÇÃO (GÁLATAS 3:13).**

→ **COMO A CIDADE É GUARDADA: AQUELE QUE NÃO TEM DOMÍNIO SOBRE O SEU PRÓPRIO ESPÍRITO É COMO UMA CIDADE DERRIBADA, E SEM MUROS (PROVÉRBIOS 25:28); E MELHOR É AQUELE QUE DOMINA O SEU ESPÍRITO DO QUE AQUELE QUE TOMA UMA CIDADE (PROVÉRBIOS 16:32).**

→ **COMO SE CORRE A CORRIDA: TEMPERANTE EM TODAS AS COISAS LEVA A CORRER COM PACIÊNCIA A CORRIDA QUE NOS ESTÁ PROPOSTA, OLHANDO PARA JESUS (HEBREUS 12:1-2).**

→ **COMO A ESCADA SOBE: AO CONHECIMENTO TEMPERANÇA, À TEMPERANÇA PACIÊNCIA, À PACIÊNCIA PIEDADE (2 PEDRO 1:5-7) — PARA QUE NÃO SEJAIS NEM OCIOSOS NEM INFRUTÍFEROS (2 PEDRO 1:8).**

COMO OS TENTADOS SÃO AJUDADOS: POIS, HAVENDO ELE MESMO PADECIDO, SENDO TENTADO, É PODEROSO PARA SOCORRER AOS QUE SÃO TENTADOS (HEBREUS 2:18) — TENTADO EM TUDO, SEGUNDO A NOSSA SEMELHANÇA, MAS SEM PECADO (HEBREUS 4:15).

→ **COMO A GRAÇA ENSINA: VIVER SOBRIAMENTE CONDUZ A AGUARDAR AQUELA ESPERANÇA BENDITA, E O APARECIMENTO GLORIOSO (TITO 2:13) — UM POVO PECULIAR, ZELOSO DE BOAS OBRAS (TITO 2:14).**

SOURCES & CREDITS

Scripture: João Ferreira de Almeida (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).