



SEE MORE JESUS • WANTTOSEEMORE.COM

圣经论自制（节制）？——根基篇 • 附斯特朗编号的英王钦定本经文

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

节制——圣经基础教义

开场白

现在请听一句极为需要的话。圣灵所结的果子是节制——希腊字是 *egkrateia* (G1466, 节制), 意为内在的力量, 是治理自己的能力。这不是攻城的力量, 而是治理心灵的力量。这篇学习将两条道路摆在你面前。看那不能治理自己的王: 为了一个菜园, 他躺在床上, 转过脸去, 不肯吃饭——最终他将自己卖了。他并不孤单。扫罗惧怕百姓。巴兰贪爱工价。以娃看见就拿。大卫打发人去拿。每一个人都将某物置于神的话之上, 每一个人都为得到它而将自己出卖。再看那位子。他饥饿, 却不肯命令石头。他看见天下万国, 却不肯下拜。他被人凌辱, 却不以凌辱还人。他虽为子, 却学了顺从。这就是你的安慰: 这治理自己的功课并非单靠你自己的力量——这是他圣灵所结的果子, 神是信实的, 必要开一条出路。你当查考这事。

本次学习解答的三个问题:

1. 什么是节制, 它从何而来?
2. 一个人怎样出卖自己, 像亚哈和以扫出卖自己那样?
3. 谁是自制的完美榜样, 节制又产生什么?

希腊语关键词

“节制” — **G1466 *egkrateia*** — 自制、克制、节制

圣灵所结的果子就是节制

“克己” — **G1467 *egkrateuomai*** — 克制自己, 约束, 节制

凡在场上比武争胜的人, 诸事都有节制

“清醒地” — **G4996 *sophronos*** — 思想健全, 有节制地, 清醒地

恩典教导我们在今世要节制度日

“售” — **G591 *apodidomi*** — 给予, 交出, 出售

以扫为了一口食物, 卖了他长子的名分

“謙卑” — G5013 tapeinoo — 使卑微,使降卑,使谦卑
他就自己卑微,存心顺服,以至于死

“辱骂” — G3058 loidoreo — 斥责, 责骂
他被骂不还口

希伯来关键词

“售” — H4376 makar — 出售,交出
主耶和華眼中,你已经卖了自己去行恶

(我个人的思考——makar (H4376, 出卖)是论到亚哈所说的话; apodidomi (G591, 出卖)是论到以扫所写的话。两种语言,却是同一桩交易:一个人为了他所渴望的东西而出卖自己。节制就是保守自己,使自己不被出卖。)

开场锚句

加拉太书 5:22-23 圣灵所结的果子,就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、[G1466 egkrateia ■]
(23) 温柔、节制。这样的事,没有律法禁止。

节制——自制——是圣灵所结的果子。

(我个人的思考——留意节制在何处:在圣灵所结的果子之中。它首先不是人的工作;乃是果子。egkrateia (G1466, 节制)是内在的力量——自己管理自己。圣灵所居住之处,这果子便生长,这样的事没有律法禁止。)

I. 当自制缺失之时——亚哈

A. 列王纪上 21:1-4 这事以后,又有一事。耶斯列人拿伯在耶斯列有一个葡萄园,靠近撒玛利亚王亚哈的宫。(2) 亚哈对拿伯说:「你将你的葡萄园给我作菜园,因为是靠近我的宫;我就把更好的葡萄园换给你,或是你要银子,我就按着价值给你。」(3) 拿伯对亚哈说:「我敬畏耶和華,万不敢将我先人留下的产业给你。」(4) 亚哈因耶斯列人拿伯说「我不敢将我先人留下的产业给你」,就闷闷不乐地回宫,躺在床上,转脸向内,也不吃饭。

没有节制——他因得不到自己想要的,就闷闷不乐,甚至不吃饭。

B. 列王纪上 21:7 王后耶洗别对亚哈说:「你现在是治理以色列国不是? 只管起来,心里畅畅快快地吃饭,我必将耶斯列人拿伯的葡萄园给你。」

耶洗别提出要越过神的律法,正是亚哈那败坏的饮食所等候的。

C. 列王纪上 21:20 亚哈对以利亚说:「我仇敌啊,你找到我么?」他回答说:「我找到你了;因为你卖了自己,行耶和華眼中看为恶的事。[H4376 makar ■]

亚哈卖了自己,行耶和華眼中看为恶的事。

D. 列王纪上 21:25 (从来没有像亚哈的,因他自卖,行耶和華眼中看为恶的事,受了王后耶洗别的耸动; [H4376 makar ■]

从来没有像亚哈的,他自卖,行耶和華眼中看为恶的事,受了自己妻子的耸动。

(我个人的思考——一个王,却不能管理自己。整个国度是他的,然而一个菜园却使他忧郁,夺去了他的食欲。这个词是makar (H4376, 出卖): 他为了得到自己所欲的,就把自己出卖了。这就是节制的缺失——不是那人拥有欲望,而是欲望拥有那人。)

II. 卖身为奴的模式——任何被看重高过顺服神的事物

A. 撒母耳记上 15:24 扫罗对撒母耳说:「我有罪了,我因惧怕百姓,听从他们的话,就违背了耶和華的命令和你的言语。」

扫罗看重百姓的惧怕和称赞,过于听从耶和華的话。

B. 彼得后书 2:15 他们离弃正路,就走差了,随从比珥之子巴兰的路。巴兰就是那贪爱不义之工价的先知, **巴兰看重不义之工价过于顺从神。**

C. 创世记 3:6 于是女人见那棵树的果子好作食物,也悦人的眼目,且是可喜爱的,能使人有智慧,就摘下果子来吃了,又给她丈夫,她丈夫也吃了。

夏娃看重果子的悦人眼目和使人有智慧的欲望,过于顺服神的话。

D. 撒母耳记下 11:2-4 一日，太阳平西，大卫从床上起来，在王宫的平顶上游行，看见一个妇人沐浴，容貌甚美，(3) 大卫就差人打听那妇人是谁。有人说：「她是以连的女儿，赫人乌利亚的妻拔示巴。」(4) 大卫差人去，将妇人接来；那时她的月经才得洁净。她来了，大卫与她同房，她就回家去了。

大卫看重与她同房的快乐，胜过顺从上帝的命令。

(我个人的思考——注意四个生命中的同一个模式：扫罗惧怕，巴兰贪爱，以伊甸看见，大卫夺取。他们没有一个是被迫的。每个人都把某件事物看得高过神的声音，并为了得到它而出卖了自己。事物不同；交易却相同。)

III. 基督——自制的完美榜样

A. 希伯来书 5:8 他虽然为儿子，还是因所受的苦难学了顺从。

他虽然为儿子，还是因所受的苦难学了顺从。

B. 腓利比书 2:8 既有人的样子，就自己卑微，存心顺服，以至于死，且死在十字架上。 [G5013 tapeinoo ▮]

就自己卑微，存心顺服，以至于死，且死在十字架上。

C. 彼得前书 2:22-23 他并没有犯罪，口里也没有诡诈。 [G3058 loidoreo ▮] (23) 他被骂不还口；受害不说威吓的话，只将自己交托那按公义审判人的主。

他被骂不还口，只将自己交托那按公义审判人的主。

(我个人的思考——亚哈有国度却无法自我约束；圣子拥有全部权柄，却完全掌权治理自己。他自己卑微——tapeinoo(G5013,使卑下)。他受辱骂——loidoreo(G3058,辱骂)——却不还口。节制不是软弱；它是力量向神的旨意俯首，甚至至死不渝。)

IV. 节制所结的果子——果实与冠冕

A. 彼得后书 1:5-6 正因这缘故，你们要分外的殷勤；有了信心，又要加上德行；有了德行，又要加上知识；

[G1466 egkrateia ▮] (6) 有了知识，又要加上节制；有了节制，又要加上忍耐；有了忍耐，又要加上虔敬；

有了知识，又要加上节制；有了节制，又要加上忍耐；有了忍耐，又要加上虔敬。

B. 哥林多前书 9:24-25 岂不知在场上赛跑的都跑，但得奖赏的只有一人？你们也当这样跑，好叫你们得着奖赏。

[G1467 egkrateuomai ▮] (25) 凡较力争胜的，诸事都有节制，他们不过是要得能坏的冠冕；我们却是要得不能坏的冠冕。

凡较力争胜的，诸事都有节制，是要得不能坏的冠冕。

C. 提多书 2:11-12 因为神救众人的恩典已经显明出来， [G4996 sophronos ▮] (12) 教训我们除去不敬虔的心和世俗的情欲，在今世自守、公义、敬虔度日，

恩典本身教训我们除去世俗的情欲，在今世自守度日。

(我个人的一点思考——注意这里的顺序：节制是加在知识上的，而忍耐是建立在节制之上的。恩典也教导我们：那使人得救的恩典，同样教导我们向世俗的私欲说不，并要谨守度日——sophronos (G4996, 谨守、清醒自守)，有健全的心思。那些为一个必朽坏的冠冕奔跑的人，在凡事上都有节制——egkrateuomai (G1467, 节制自守)；何况我们是为那不朽坏的冠冕，岂不更当如此吗。)

两口之言——出售之道：MAKAR (H4376, 出卖) 与APODIDOMI (G591, 出卖)

A. 列王纪上 21:20 亚哈对以利亚说：「我仇敌啊，你找到我么？」他回答说：「我找到你了；因为你卖了自己，行耶和华眼中看为恶的事。 [H4376 makar ▮]

一个王为了一园菜蔬卖了自己。

B. 希伯来书 12:16-17 恐怕有淫乱的，有贪恋世俗如以扫的，他因一点食物把自己长子的名分卖了。

[G591 apodidomi ▮] (17) 后来想要承受父所祝的福，竟被弃绝，虽然号哭切求，却得不着门路，使他父亲的心意回转。这是你们知道的。

长子因一点食物把自己长子的名分卖了，《希伯来书》补充了列王纪没有的内容——虽然号哭切求，却得不着门路挽回这交易。

(我个人的想法——在这次学习所涉及的所有人物中，“卖”这个字只用在两个人身上：亚哈和以扫。一个王为了一个菜园而出卖了公义；一个长子为了一餐饭而出卖了他的产业。列王记记载亚哈的结局是审判，但唯有希伯来书更进一步跟随以扫的脚踪——追到他后来想用眼泪把福分讨回来的那一天，却找不到懊悔的地方。不要出卖自己；有些交易是无法赎回的。)

C. 传道书 4:12 有人攻胜孤身一人，若有二人便能敌挡他；三股合成的绳子不容易折断。

若有二人便能敌挡他 + 三股合成的绳子不容易折断。

影儿与实体——三重的私欲，与那一位的顺服

Shadow 创世记 3:6 于是女人见那棵树的果子好作食物，也悦人的眼目，且是可喜爱的，能使人有智慧，就摘下果子来吃了，又给她丈夫，她丈夫也吃了。

自制的第一次失败：食物、眼目和对智慧的贪求。

约翰壹书 2:16 因为凡世界上的事，就像肉体的情欲，眼目的情欲，并今生的骄傲，都不是从父来的，乃是从世界来的。

再次提到了同样的三样。

Fulfillment 马太福音 4:3-4 那试探人的进前来，对他说：「你若是神的儿子，可以吩咐这些石头变成食物。」 (4) 耶稣却回答说：「经上记着说：人活着，不是单靠食物，乃是靠神口里所出的一切话。」

马太福音 4:8-10 魔鬼又带他上了一座最高的山，将世上的万国与万国的荣华都指给他看， (9) 对他说：「你若俯伏拜我，我就把这一切都赐给你。」 (10) 耶稣说：「撒但〔撒但就是抵挡的意思，乃魔鬼的别名〕，退去吧！因为经上记着说：当拜主你的神，单要事奉他。」

在食欲和眼目的贪欲上受试探，他用道回答，并且只敬拜神。

罗马书 5:19 因一人的悖逆，众人成为罪人；照样，因一人的顺从，众人也成为义了。

因一人的悖逆，众人成为罪人；照样，因一人的顺从，众人也成为义了。

(我个人的思考——同样的三道门：肉体的情欲、眼目的情欲、今生的骄傲。在树前，那女人看见、贪恋、拿来吃了。在旷野中，那子在同样的门前受试探，却句句回答说：经上记着说。第一个人跌倒之处，一人的顺从使许多人成为义了。)

结语

哥林多前书 10:13 你们所遇见的试探，无非是人所能受的。神是信实的，必不叫你们受试探过于所能受的；在受试探的时候，总要给你们开一条出路，叫你们能忍受得住。

神是信实的，在受试探的时候，总要给你们开一条出路。

彼得后书 1:6 有了知识，又要加上节制；有了节制，又要加上忍耐；有了忍耐，又要加上虔敬；

[G1466 egkrateia ■]

有了节制，又要加上忍耐；有了忍耐，又要加上虔敬。

(我的个人感想——这就是整篇研读的浓缩：节制, egkrateia (G1466, 节制), 是圣灵的果子——你自己受祂大能的管治。亚哈把自己出卖了, makar (H4376, 出卖); 以扫卖了自己的长子名分; 扫罗、巴兰、以娃、大卫各人都将某件事物看得比上帝的声音更宝贵。但那位子却治死自己直到死, 借着一人的顺从, 许多人就被称为义了。上帝是忠信的: 你所受的试探, 不会超过你所能忍受的, 在受试探的时候, 祂总要开一条出路, 让你能忍受得住。要在你的知识上加上节制, 为那不能朽坏的冠冕奔跑。)

练习测验

1. 加拉太书 5:22-23 — 圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔，并：

- a) 智慧
- 节制
- 知识

2. 列王纪上 21:20——你卖了自己，去：

- 行耶和华眼中看为恶的事
- b) 在众人面前行恶事
- c) 行你列祖的道路

3. 撒母耳记上 15:24 — 扫罗说：我违背了耶和华的命令，是因为：

- a) 我敬畏耶和华，听从他的话
- b) 百姓夺取了掠物
- 我因惧怕百姓，听从他们的话

4. 彼得后书 2:15——比珥之子巴兰贪爱：

- a) 占卜的报酬
- b) 正确的方式

不义之工价

5. 彼得前书2:23 — 他被骂的时候：

他被骂不还口

b) 再次回答

c) 不容许它们

6. 希伯来书12:16——以扫因一点食物卖了：

a) 他的祝福

他的长子的名分

c) 他的产业

7. 哥林多前书10:13 — 神是信实的，在受试探的时候，总要给你们开一条：

a) 一条出路

b) 悔改的地方

c) 罪的终结

答案：1-b, 2-a, 3-c, 4-c, 5-a, 6-b, 7-a

这项研究如何延伸

被卖的人如何被赎回:亚哈和以扫卖了自己,但你们是重价买来的(哥林多前书6:20)——被卖给罪(罗马书7:14),却从咒诅中被赎出来(加拉太书3:13)。

城池如何得以保守:不能约束自己心思的人,好像毁坏无墙的城邑;治服己心的,强如取城。

赛跑当如何跑:凡事有节制,便能存心忍耐,奔那摆在我们前头的路程,仰望耶稣(希伯来书12:1-2)。

这阶梯如何攀升:在知识上加节制,在节制上加忍耐,在忍耐上加虔敬(彼得后书1:5-7)——使你们既不至于闲懒不结果子(彼得后书1:8)。

→受试探的人如何得到帮助:因他自己曾被试探而受苦,就能帮助那些被试探的人(希伯来书2:18)——凡事受过试探与我们一样,只是他没有犯罪(希伯来书4:15)。

恩典如何教导:生活自守,进而仰望那有福的盼望,并荣耀之显现(提多书2:13)——作特出的子民,热心为善(提多书2:14)。

SOURCES & CREDITS

Scripture: Union Version (Simplified) (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).