

Maar de vrucht van de Geest is liefde, blijdschap, vrede, lankmoedigheid, vriendelijkheid (SV goedertierenheid), goedheid, trouw (SV geloof), zachtmoedigheid, zelfbeheersing (SV matigheid).

Echte vrijheid is gebondenheid aan de liefde van de Heer. Zelfbeheersing kun je ook weergeven met matigheid, ingetogenheid.

Definitie: Letterlijk: Jezelf in je macht hebben. Jezelf onder controle hebben. Ons vlees zit vol driften, begeerten en neigingen. De oude mens laat zich hierdoor beheersen. Wie zich door de Geest laat leiden, en in liefde wil leven, die kent matigheid, zelfcontrole, discipline want een tekort aan zelfbeheersing gaat altijd ten koste van de anderen. Dit geldt voor alle terreinen van het leven.

De zelfbeheersing bij Jezus:

I. Mattheüs 4 vers 1 t/m 11

In dit gedeelte wordt de messiaanse roeping van Jezus op de proef gesteld door de duivel.

vers 1: toen: na zijn doop door Johannes. De Geest, die Jezus naar de woestijn dreef, is de Heilige Geest, die op Hem is neergedaald. Als een duif (3 vers 16). De verzoeking gaat uit van de duivel. Het woord duivel betekent ook belasteraar of aanklager. De duivel ziet zijn rijk door Jezus bedreigd (Zie Joh.12:31). Hij treedt in het Nieuwe Testament op als de grote tegenstander van Jezus. Hij is het, die Judas tot verraad aanzet (Lucas 22:3, Johannes 13 vers 2 en 27) en Jezus' kruisdood veroorzaakt (1 Corintiërs 2:8). Jezus beschouwt dan ook de vernietiging van zijn heerschappij als noodzakelijke voorwaarde voor de stichting van het Godsrijk (Mattheüs 12:26 tot 28).

De duivel zal ook Jezus' volgelingen bestrijden (1 Petrus 5 vers 8, Joh. 8 vers 44, Openbaring 2 vers 10 en 13).

Plek van de verzoeking is de woestijn. De klassieke plaats voor de strijd met de boze geesten.

vers 2: Vasten hier in de zin van volkomen onthouding (Lucas 4 vers 2). Het vasten dient hier als voorbereiding op zijn openbaar naar buiten treden als de gekomen Messias. Het getal 40 doet denken aan het 40 jarig verblijf van Israël in de woestijn. Jezus herkende zichzelf in de geschiedenis van het volk Israël, Hij is immers de Israëliet bij uitstek.

vers 3: Verzoeken moeten wij opvatten als tot zonde verleiden. Indien Gij Gods Zoon zijt: nauw en logisch verband met de woorden uitgesproken door de Vader (hoofdstuk 3:17). Doel van de duivel is om Jezus ontrouw te doen worden aan zijn messiaanse roeping. De Messias moet toch de macht hebben om op wonderbare wijze zijn honger te stillen. Waarom geen stenen in broden veranderen? Het zondige zou hierin hebben bestaan, dat Jezus de macht welke Hem tot uitoefening van zijn messiaanse taak verleend was, voor zijn persoonlijk nut gebruikte.

vers 4: Jezus slaat de aanval bij deze verzoeking: (en ook bij de 2 die nog volgen) af met een woord uit de Heilige Schrift ontleend aan Israëls verblijf in de woestijn (Deuteronomium 8 vers 3). Israël werd met manna gevoed om te leren, dat de mens niet alleen van brood leeft, maar van alles wat uit Gods mond komt. Jezus vertrouwt volkomen op Gods zorg voor hem.

vers 5: De tweede verzoeking stelt het volkomen vertrouwen van Jezus op Gods zorg voor Hem op de proef. De duivel neemt Jezus mee naar de heilige stad, naar de rand van het dak van de tempel. We moeten hier denken aan de uiterste rand van de zuilengang, die de tempel en voorhoven omringde en die hoog boven het dal uitstak.

vers 6: Als je door duizeling overvallen wordt, voel je een eigenaardige aandrang om jezelf naar beneden te werpen. Daartoe wil de satan Jezus verleiden met een beroep op Psalm 91:11 e.v. De tekst belooft Gods bescherming aan alle rechtvaardigen, die op Hem vertrouwen. Zou God zijn Messias niet door zijn engelen laten opnemen en dragen? Bovendien zou Jezus zijn messiaanse waardigheid voor alle aanwezigen bewijzen.

vers 7: Het gehoor geven aan deze verzoeking zou zonde zijn omdat daardoor Gods wondermacht zonder reden opgeëist wordt (Denk ook aan Mozes bij het halen van water uit de rots). Jezus wil Gods wonderbare bescherming niet eigenhandig opeisen en wacht de door God vastgestelde tijd af, om zijn messiaanse waardigheid te openbaren. Zijn antwoord is ontleend aan Deuteronomium 6 vers 16.

vers 8 en 9: De duivel treedt nu op als koning van de wereld en verklaart zich bereid de heerschappij aan Jezus af te staan. De Messias zou dan zonder slag of stoot zijn rijk in bezit kunnen nemen. Zou Jezus aan deze verzoeking gehoor hebben gegeven dan zou Jezus' rijk niet een Godsrijk maar een rijk van de duivel geweest zijn. Hij zou dan zijn messiaanse roeping opgegeven hebben voor een politiek koningschap zoals de joden van de Messias verwachten. De bedoeling van de duivel komt openlijk aan de dag door de voorwaarde: Jezus moest neervallen en hem aanbidden d.w.z. hem als god en koning van de wereld erkennen.

vers 10: Bij deze derde verzoeking zet de duivel alles op het spel. Hij vroeg Jezus de verloochening van de enig ware God door een daad van afgoderij. Jezus volstaat nu niet met een weigering maar jaagt de duivel weg. De duivel had zich n.l. in al zijn boosheid geopenbaard. Weg satan, zijn voorstel was in strijd met de grondslag van het geloof. Jezus verwijst naar Deuteronomium 6 vers 13.

vers 11: De duivel geeft de strijd op omdat hij weet, dat hij verslagen is. Engelen komen en dienen Jezus, zo zegt God Jezus omdat Hij onvoorwaardelijk op Hem was blijven vertrouwen.

II. Mattheüs 27 vers 39 en 40.

vers 39: Terwijl Lucas alleen maar zegt, dat het volk stond toe te zien, spreken Mattheüs en Marcus van de bespottung door de voorbijgangers. Zij schudden hun hoofd als teken van verachting (2 Koningen 19 vers 21, Jesaja 37 vers 22 en Psalm 44 vers 15).

vers 40: Vervolgens bespotten zij Jezus met de beschuldiging die tegen Hem bij het Sanhedrin was ingebracht over het afbreken en opbouwen van de tempel (Mattheüs 26 vers 61) en zij wisten, dat Hij zich de zoon van God had genoemd (Mattheüs 26 vers 64). Je kunt hier denken aan Psalm 22 vers 8.

De zelfbeheersing bij Paulus: 1 Corinthiërs 9 vers 24 t/m 27

vers 24: Het beeld van de wedloop komt vaak voor bij Paulus. (2 Thess.3:1, Galaten 2:2, Philip.2:16). Voor de Corinthiërs waren de wedloop en de worstelwedstrijden bekend. In hun nabijheid werden elke 2 jaar de beroemde Isthmische spelen gehouden. Zij wisten zeer goed, dat velen aan de wedloop deelnamen maar dat slechts één de prijs behaalde. Zij wisten ook dat de overwinning alleen ten koste van een geweldige inspanning behaald werd. Allen kunnen in het geloof winnen, maar dan moeten ze wel grote offers brengen.

vers 25: Het is niet genoeg zich bij de wedloop zelf in te spannen. Nee, men moet zich al maanden van tevoren daarop door allerlei offers voorbereiden. De wedlopers onthielden zich van wijn, vlees, seksuele omgang en van alles wat hun lichaamskracht verminderde. Wanneer zij zich zo inspannen voor een vergankelijke krans, hoeveel te meer wij, die een onvergankelijke krans te winnen hebben. Christenen moeten zich omwille van de hemelse heerlijkheid vele ontberingen en beperkingen opleggen.

vers 26 en 27: Paulus heeft dit zelf al in praktijk gebracht. Hij is een wedloper, die niet in den blinde loopt d.w.z. met omwegen en doelloos maar hij loopt recht op het doel af, vastberaden en met inspanning van alle krachten. Hij voegt hier het beeld van de vuistkamp aan toe. Hij slaat niet in de lucht maar deelt rake en krachtige slagen uit. De tegenstander is zijn eigen lichaam, dat hij tuchtigt door vasten, ontberingen, harde arbeid, vaste voettochten, enz. Zo wil hij op de dag van het oordeel niet ondeugdelijk bevonden worden.

De zelfbeheersing bij Petrus: 2 Petrus 1 vers 3 t/m 11

vers 3 en 4: In deze verzen worden de gelovigen gewezen op hetgeen ze van Christus ontvangen hebben. Ze worden n.l. herinnerd aan de onschatbare goederen, die hun door het geloof zijn ten deel gevallen. Zijn goddelijke macht heeft hen alles geschonken wat nodig is voor een leven in dienst van God. De uitdrukking goddelijke macht wijst naar Christus. Het is de goddelijke macht van de verheerlijkte Heiland, die aan de gelovigen alles geschonken heeft voor een leven in dienst van God. Wat is voor een dergelijk leven nodig? Kennis van Hem, die ons geroepen heeft door zijn

eigen glorie en macht. Hoe meer ze groeien in kennis van Hem des te meer zal hun leven een leven zijn in dienst van God. Bovendien heeft Hij hen grote en waardevolle beloften gedaan. Beloften, die zoals uit het vervolg van de brief blijkt (1 vers 11,16,3 vers 4, 3 vers 8 t/m 13), vooral betrekking hebben op de komst van Christus en zijn eeuwig rijk. Daardoor bent u ontsnapt aan de verderfelijke hebzucht die in de wereld heerst en krijgt u deel aan Gods eigen wezen. Wat een bevrijding voor kinderen van de Heer - geen hebzucht meer, deel aan Gods eigen wezen. Zoals Hij er in de wereld was vol liefde er mogen zijn in relatie tot God en je medemensen.

vers 5 t/m 7: Omdat Christus hen alles geschonken heeft, omdat Hij hen zulke grote beloften gedaan heeft, juist daarom moeten zij hun uiterste best doen hun geloof te verrijken met deugdzaamheid, deugdzaamheid met kennis, kennis met zelfbeheersing, zelfbeheersing met volharding, volharding met vroomheid, vroomheid met onderlinge vriendschap, vriendschap met liefde. De opsomming van een aantal deugden was in de Oudheid een bekende stijlfiguur (Galaten 5 vers 22). Hier is sprake van acht deugden waarvan de ene telkens uit de andere schijnt voort te komen. Het is een climax, vaker voorkomend. Bij Paulus o.a. Romeinen 5 vers 3 e.v, 8 vers 29 e.v, 10 vers 14 e.v. Deze climax begint bij het geloof en eindigt met de liefde. Als vierde wordt de zelfbeheersing genoemd zo blijf je bewaard voor zelfzucht en staat Christus in je leven centraal (vers 4).

vers 8: Als u deze gaven in toenemende mate bezit, zullen ze uw kennis van onze Heer Jezus Christus werkzaam en vruchtbaar maken. Met andere woorden blijf in je leven gericht op Christus, sta open voor het werk van Gods Geest, groei in de deugden, blijf in zuiverheid verbonden met God. Zo alleen kun je blijven ontvangen.

vers 9: De positieve gedachte van vers 8 wordt nu negatief herhaald. Wie ze mist, is kortzichtig, ja blind. Hij is vergeten, dat hij van zijn zonden vroeger is gereinigd. De reiniging van de zonden was bij hem zichtbaar geworden in de doop.

vers 10: Daarom moeten ze zich nog meer inspannen om hun roeping en uitverkiezing veilig te stellen. Dan komen ze niet te vallen. Blijkbaar is Petrus bevreesd voor afval van sommigen.

vers 11: Wanneer ze zich inspannen dan zal hen vrije toegang verleend worden tot het eeuwig Koninkrijk van onze Heer en Redder, Jezus Christus.

1 Hoe wordt zelfbeheersing bij Jezus zichtbaar?

2 Hoe bij de sportman? Wat kunnen de christenen daarvan leren?

3 Zelfbeheersing daardoor geen zelfzucht maar gericht op Christus. Hoe bij ons?