> Kto przestrzega karności, idzie ścieżką życia, a kto gardzi upomnieniem, błądzi.
>
> *— Przysłów 10:17*

Książka: Stary Testament / Przysłów
Tematy: życie, sluchac, posłuszeństwo

*Interpretacja:*
Mądrość jest jednym z kluczowych tematów Biblii; wiąże się ona nierozerwalnie z radami, jakie otrzymujemy od osób bardziej doświadczonych. Księga Przysłów zawiera wiele fragmentów zachęcających do korzystania z takich rad, a *werset 10:17* jest jednym z nich. Rada to wiedza czerpana od innych – wskazówki uczące nas, jak postępować w określonych sytuacjach i jak podejmować lepsze decyzje życiowe.

**Co oznacza korzystanie z rad?**

Rada jest niczym ścieżka prowadząca nas przez życie; wskazuje właściwy kierunek i pomaga unikać błędów, które mogłyby nam zaszkodzić. Korzystanie z rad oznacza nie tylko przyjmowanie i stosowanie wiedzy przekazywanej przez otoczenie, ale także słuchanie i przyjmowanie upomnień od osób, którym zależy na naszym dobru.

**Odrzucenie upomnienia prowadzi do błędu**

Każdy, kto odrzuca upomnienie – kierując się pychą i pragnieniem, by zawsze mieć rację – popełnia błąd. Nie wolno nam zapominać, że jesteśmy ludźmi i wszyscy jesteśmy podatni na popełnianie błędów. Przyjmowanie upomnień i wyciąganie z nich wniosków pomaga nam się rozwijać i stawać lepszymi ludźmi z każdym dniem.

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

---

> Obłudnik ustami niszczy swego bliźniego, a sprawiedliwi bywają wybawieni dzięki wiedzy.
>
> *— Przysłów 11:9*

Książka: Stary Testament / Przysłów
Tematy: plotka, sprawiedliwosc, głoszenie, mądrość

*Interpretacja:*
Księga *Przysłów 11:9* mówi o hipokryzji i mądrości, które znajdują odzwierciedlenie w naszych słowach i czynach. W tym kontekście hipokryta to osoba, która w kontaktach z innymi udaje kogoś, kim nie jest, posługując się przy tym mową pełną fałszu i złośliwości; dla odmiany ludzie prawi – postępujący uczciwie – nie obawiają się konsekwencji swoich słów.

**Hipokryzja: grzech krzywdzący innych**

Gdy hipokryta zabiera głos, jego celem nie jest wyrażenie szczerej opinii czy przekazanie wartościowych informacji, lecz manipulowanie innymi dla własnych korzyści. Księga *Przysłów 11:9* wskazuje, że takie postępowanie może zaszkodzić osobom, do których kierowane są słowa hipokryty. Komunikowanie się w ten sposób szkodzi reputacji, poczuciu własnej wartości oraz relacjom z innymi ludźmi.

**Mądrość: antidotum na hipokryzję**

Mądrość natomiast stanowi alternatywę: polega na działaniu i mówieniu z uczciwością, jasnością oraz szczerością. Dostrzegając rolę, jaką odgrywamy w życiu innych, możemy mądrze dobierać słowa i wyrażać siebie w sposób prawdziwy oraz konstruktywny.

Pozwala nam to nieść pocieszenie, dodawać otuchy i wspierać innych, a tym samym wzbogacać nasze relacje i wnosić pozytywny wkład w ich życie.

---

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

---

> Gniew głupiego objawia się od razu, a roztropny skrywa hańbę.
>
> *— Przysłów 12:16*

Książka: Stary Testament / Przysłów

Tematy: gniew, samokontrola, mądrość

*Interpretacja:*

W 12. rozdziale Księgi Przysłów (werset 16.) znajdujemy mądrą radę dotyczącą panowania nad emocjami – a konkretnie nad gniewem. Werset ten mówi o dwóch rodzajach ludzi: głupich i roztropnych. Według Słowa Bożego głupcem jest ten, kto w każdej sytuacji natychmiast wyraża swój gniew, natomiast osoba roztropna ignoruje obelgi i dzięki temu panuje nad swoimi emocjami.

**Kim są głupcy?**

Biblia opisuje głupców jako osoby, które działają bez zastanowienia nad konsekwencjami swoich czynów i nie pozwalają, by mądrość kierowała ich decyzjami. W kontekście tego wersetu głupcy to ci, którzy pozwalają, by gniew dyktował ich postępowanie i słowa.

Choć gniew jest naturalną emocją, może popychać ludzi do impulsywnych działań, których często później żałują. Dlatego tak ważne jest, aby uczyć się panowania nad sobą i nie pozwalać, by emocje brały nad nami górę.

**Roztropność: klucz do panowania nad emocjami**

Werset ten wskazuje również na roztropność jako klucz do panowania nad emocjami. Roztropność to umiejętność zastanowienia się przed podjęciem działania lub wypowiedzeniem słów. Ludzie mądrzy nie ulegają gniewowi; zamiast tego rozważają sytuację przed podjęciem decyzji, by wybrać najlepsze możliwe rozwiązanie.

Zatem roztropność pomaga nam zarządzać emocjami i myśleć przed działaniem, chroniąc nas przed wpadnięciem w pułapkę gniewu. Gdy zatrzymamy się na chwilę refleksji, uświadamiamy sobie, że gniew często nie jest najlepszą reakcją na daną sytuację, i możemy poszukać innych sposobów rozwiązania problemu.

---

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

---

> Ręka pracowitych będzie panowała, a leniwa będzie płaciła daninę.
>
> *— Przysłów 12:24*

Książka: Stary Testament / Przysłów
Tematy: nagroda, niewola, praca

*Interpretacja:*
Księga Przysłów zawiera mądrość niezbędną do prowadzenia sprawiedliwego i mądrego życia. W *Przysłów 12:24* autor uczy nas, że pracowitość jest cnotą prowadzącą do sukcesu, podczas gdy zaniedbanie prowadzi do porażki.

**Czym jest pracowitość?**

Pracowitość polega na wykonywaniu zadania starannie i z nieustannym skupieniem uwagi. To umiejętność koncentracji na celu i ciężkiej pracy nad jego osiągnięciem. Pracowitość jest cnotą wysoko cenioną w Biblii, o czym świadczą również inne fragmenty, takie jak Księga *Przysłów 10:4: „Leniwa ręka prowadzi do nędzy, a ręka pracowita*

*ubogaca”*.

---

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

---

> Gdzie nie ma rady, nie udają się zamysły; powiodą się zaś przy mnóstwie doradców.
>
> *— Przysłów 15:22*

Książka: Stary Testament / Przysłów
Tematy: planowanie, głoszenie

*Interpretacja:*
Księga Przysłów to skarbnica mądrości, która uczy nas, jak prowadzić pełne i szczęśliwe życie zgodne z Bożymi zasadami. Werset *Przysłów 15:22* podkreśla znaczenie zasięgania rady w naszym codziennym życiu.

Jednym z największych błędów, jakie możemy popełnić, jest próba radzenia sobie ze wszystkim w pojedynkę, bez korzystania z rad i mądrości innych ludzi. Rada jest niezbędna przy podejmowaniu ważnych decyzji życiowych; bez niej nasze myśli mogą stać się chaotyczne.

**Poszukiwanie mądrych doradców**

W życiu powinniśmy szukać mądrych doradców i otaczać się nimi. W wersecie 15, 22 słowo „mnóstwie” odnosi się do licznego grona doradców, którzy mogą pomóc nam w podejmowaniu mądrych i przemyślanych decyzji. Dlatego tak ważne jest, aby szukać rad u godnych zaufania, mądrych osób, które potrafią wskazać nam właściwą drogę.

O radę możemy zwracać się do rodziców, bliskich przyjaciół, mentorów czy przywódców duchowych. Warto pamiętać, że Bóg nie stworzył nas do życia w izolacji, lecz jako istoty społeczne, powołane do życia we wspólnocie.

**Pokonywanie rozczarowania**

Werset ten podkreśla również rolę rady w przezwyciężaniu rozczarowania, które może pojawić się, gdy brakuje nam jasnego kierunku działania. Gdy czujemy się zagubieni lub zdezorientowani, rady i wskazówki mądrych ludzi pomagają nam odzyskać równowagę i ruszyć naprzód. Pocieszeniem jest świadomość, że nie jesteśmy sami i że istnieją ludzie gotowi nam pomóc.

---

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

---

> Poważna mowa nie przystoi głupiemu, tym mniej kłamliwe usta dostojnikowi.
>
> *— Przysłów 17:7*

Książka: Stary Testament / Przysłów
Tematy: kłamstwo, głoszenie, mądrość

*Interpretacja:*
Księga Przysłów stanowi zbiór praktycznych mądrości przydatnych w codziennym życiu. Werset 7. rozdziału 17. przypomina o znaczeniu mówienia prawdy oraz posługiwania się elokwentną i szczerą mową, zamiast uciekania się do kłamstwa – co zdarza się niekiedy władcom czy przywódcom. Fragment ten podkreśla kluczową rolę prawdy w naszych słowach i czynach oraz wskazuje, że fałsz może pociągać za sobą negatywne konsekwencje nie tylko dla nas samych, ale i dla innych.

Zdaniem niektórych badaczy, słowo „głupiec” użyte w tym wersecie nie oznacza osoby nieświadomej czy niewykształconej, lecz kogoś upartego lub buntowniczego. Taka osoba może mieć trudności ze zrozumieniem elokwentnej mowy, która zakłada jasną i skuteczną komunikację. Dlatego tak ważne jest, aby osoby pełniące funkcje przywódcze lub wywierające wpływ na innych mówiły szczerze, używając jasnego i uczciwego języka. W przeciwnym razie ryzykują one wywołanie zamętu i nieufności wśród swoich odbiorców.

W kontekście przywództwa kluczowe jest, aby osoby sprawujące władzę wypowiadały się szczerze i otwarcie, unikając „kłamliwych warg”, o których mowa w wersecie. Gdy lider wprowadza w błąd lub kłamie, traci zaufanie swoich podwładnych. Może to nie tylko rodzić nieufność na linii lider–zespół, ale także szkodzić organizacji poprzez błędne decyzje i działania.

Prawdomówność odgrywa kluczową rolę we wszelkich relacjach międzyludzkich, zarówno w domu, jak i w pracy. Uczciwość w mówieniu sprzyja budowaniu silnych i trwałych więzi. Co więcej, szczerość i jasność przekazu pomagają zapobiegać niepotrzebnym nieporozumieniom oraz konfliktom.

Z drugiej strony, kłamstwo może mieć negatywne skutki zarówno w perspektywie krótko-, jak i długoterminowej. Choć w krótkim okresie łatwo jest skłamać, by uniknąć konfrontacji z prawdą, na dłuższą metę kłamstwo jedynie pogarsza sytuację, utrwalając błąd lub błędne przekonanie.

Ostatecznie werset ten przypomina nam o znaczeniu skutecznej i uczciwej komunikacji. Mówiąc prawdę, możemy budować silniejsze, trwałe relacje, unikać zbędnych konfliktów i stawać się skuteczniejszymi liderami. Choć bycie uczciwym w każdej sytuacji bywa wyzwaniem, w dłuższej perspektywie prawda zawsze zwycięża. Kłamstwa prowadzą jedynie do negatywnych konsekwencji – zarówno dla nas samych, jak i dla naszego otoczenia.

---

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które

mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

---

> Głupi nie ma upodobania w rozumie, lecz w tym, co serce mu objawia.
>
> *— Przysłów 18:2*

Książka: Stary Testament / Przysłów
Tematy: egoizm, głoszenie, mądrość

*Interpretacja:*
Werset ten rozpoczyna się od słowa *„głupiec”*. W Biblii termin ten odnosi się do osoby nierozsądnej lub nieświadomej – kogoś, kto nie jest zainteresowany nauką ani przyjmowaniem rad innych. Osoby takie skupiają się raczej na własnych opiniach i chętnie popisują się swoją wiedzą. Postawa ta bywa niebezpieczna, gdyż sprzyja arogancji i pysze, co z kolei może prowadzić do konfliktów i trudności w codziennym życiu.

Druga część wersetu wskazuje, że głupiec czerpie przyjemność nie z mądrości, *lecz z wygłaszania własnych poglądów*. Innymi słowy, satysfakcję daje mu nie zdobywanie wiedzy czy zrozumienia, ale po prostu możliwość zabrania głosu. Takie nastawienie hamuje dialog i wymianę myśli; jeśli każdy upiera się przy własnym zdaniu, nie słuchając innych, znalezienie skutecznych rozwiązań problemów staje się niemożliwe.

Jak zatem możemy odnieść ten werset do naszego codziennego życia? Przede wszystkim musimy zachowywać otwartość umysłu. Powinniśmy chętnie słuchać innych i uczyć się od nich. Musimy też zachować pokorę i uznać, że nie wiemy wszystkiego. Świadomość, że zawsze można nauczyć się czegoś nowego, jest kluczem do osobistego rozwoju i budowania zdrowych relacji.

*Po drugie, musimy wystrzegać się pychy i arogancji*. Nie powinniśmy zakładać, że zawsze mamy rację lub że nasze zdanie jest jedynym słusznym. Zamiast tego należy szanować poglądy innych i być gotowym przyznać się do błędu.

---

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

---

> Słowa plotkarza są jak rany i przenikają do głębi wnętrzności.
>
> *— Przysłów 18:8*

Książka: Stary Testament / Przysłów
Tematy: plotka, głoszenie

*Interpretacja:*
Księga *Przysłów 18,8* mówi o plotkowaniu i jego zdolności do krzywdzenia osób, których ono dotyczy. Werset ten opisuje plotkarza jako kogoś, kto wypowiada słowa przenikające głęboko do duszy, co wskazuje, że taka mowa może być wysoce destrukcyjna i mieć ogromny wpływ na osoby, o których się mówi.

**Czym według Biblii są plotki?**

Plotkowanie to bardzo powszechne zjawisko – choć często potępiane zarówno w Kościele, jak i w świecie świeckim – polegające na mówieniu źle o drugiej osobie pod jej nieobecność, często z intencją wyrządzenia jej krzywdy. Jako chrześcijanie musimy pamiętać, że plotkowanie jest formą grzechu, który często objawia się w subtelny sposób.

W Biblii plotkowanie wiąże się z pojęciem „narzekania” lub „utyskiwania” – motywem obecnym w wielu innych fragmentach Pisma. Zamiast plotkować czy narzekać, Biblia zachęca nas do rozwiązywania problemów i konfliktów bezpośrednio z zainteresowaną osobą oraz do dążenia do porozumienia poprzez pełen miłości i konstruktywny dialog.

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

---

> Dom i bogactwo są dziedzictwem po ojcach, ale roztropna żona jest od PANA.
>
> *— Przysłów 19:14*

Książka: Stary Testament / Przysłów
Tematy: pieniądze, relacje

*Interpretacja:*
Księga *Przysłów 19:14* rozpoczyna się od słów: *„Dom i bogactwo są dziedzictwem po ojcach”*. Wskazuje to, że na rodzicach spoczywa odpowiedzialność za stworzenie rodzinie stabilnego i bezpiecznego domu, a także za pozostawienie dzieciom dziedzictwa.

Oznacza to, że rodzice muszą pilnie pracować, aby zapewnić rodzinie utrzymanie i dom, w którym można żyć w godnych warunkach i budować pomyślność. Zadanie to nie należy jednak wyłącznie do rodziców; jest ono również rolą roztropnej kobiety.

**Roztropna kobieta jako dar od Pana**

Druga część wersetu z Księgi *Przysłów 19:14* mówi, że *„ale roztropna żona jest od PANA”*. Oznacza to, że mądra i rozsądna kobieta stanowi dar Boga dla domu. Rodzice mogą powierzyć roztropnej kobiecie troskę o dom i rodzinę.

Roztropna kobieta potrafi podejmować mądre decyzje i rozumie, co jest najlepsze dla jej rodziny. Zanim podejmie działanie, zastanawia się nad nim i dba o dobro wszystkich domowników. Jej obecność w domu jest nieoceniona, gdyż nie tylko zaspokaja ona codzienne potrzeby, ale także stara się uczynić dom miejscem harmonii i pokoju.

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

---

> On zachowuje prawdziwą mądrość dla prawych; on jest tarczą dla tych, którzy postępują uczciwie.
>
> *— Przysłów 2:7*

Książka: Stary Testament / Przysłów
Tematy: Niewinny, błogosławieństwo, ochrona, sprawiedliwosc

*Interpretacja:*
Księga Przysłów słynie ze swojej mądrości, a werset 2,7 ukazuje Boga jako Tego, który obdarza sprawiedliwych prawdziwą mądrością. Co jednak oznacza bycie sprawiedliwym? Innymi słowy, człowiek sprawiedliwy to taki, który przestrzega prawa i postępuje uczciwie. Określenie to wskazuje na prawość i rzetelność – opisuje osobę, która nie zbacza z prostej drogi.

**Boża mądrość**

Werset ten przypomina nam, że to Bóg udziela sprawiedliwym prawdziwej mądrości. Mądrość, którą daje Bóg, różni się od mądrości tego świata, skupionej na wiedzy i intelekcie. Boża mądrość koncentruje się na charakterze człowieka i jego relacji z Bogiem. Jest to mądrość pochodząca z wysoka, która prowadzi nas ku życiu w sprawiedliwości.

**Tarcza i ochrona**

Bóg nie tylko obdarza mądrością, ale jest też naszą tarczą i ochroną. Werset ten mówi, że jest On tarczą dla tych, którzy postępują w prawości. Oznacza to, że osoby zachowujące uczciwość i kroczące Bożą drogą znajdują się pod Jego opieką. Bóg chroni nas przed pokusami świata i pomaga nam trwać niezachwianie w wierze.

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

---

> Przez cały dzień pożąda on zachłannie, a sprawiedliwy daje i nie szczędzi.
>
> *— Przysłów 21:26*

Książka: Stary Testament / Przysłów
Tematy: pragnienie, dawanie, chciwość, materializm

*Interpretacja:*
Księga Przysłów jest jedną z najbardziej znanych i lubianych ksiąg Biblii. Znajdujemy w niej wiele cennych nauk, które pomagają nam zrozumieć mądrość i sprawiedliwość leżące u podstaw biblijnych zasad. Nie inaczej jest w przypadku wersetu z Księgi *Przysłów 21:26*, który skłania do refleksji nad chciwością i sprawiedliwością.

**Człowiek chciwy pragnie nieustannie**

Werset ten rozpoczyna się od opisu człowieka chciwego, który dąży do gromadzenia dóbr materialnych i jest gotów zrobić wszystko, by osiągnąć ten cel. Tekst mówi, że osoba ta nieustannie czegoś pożąda, co sugeruje brak wewnętrznego spokoju w dążeniu do coraz większego bogactwa. Ta obsesja na punkcie gromadzenia dóbr materialnych może stać się prawdziwą formą niewoli.

Kwestia chciwości nie jest w Biblii czymś nowym. W *Nowym Testamencie Jezus* naucza o daremności gromadzenia bogactw materialnych i o tym, jak rzeczy te odciągają nas od tego, co naprawdę istotne. W Ewangelii *Mateusza 6:24 Jezus* mówi: *„Nikt nie może dwom panom służyć, gdyż albo jednego będzie nienawidził, a drugiego będzie miłował, albo jednego będzie się trzymał, a drugim pogardzi. Nie możecie służyć Bogu i mamonie”*.

**Sprawiedliwi dają bez wahania**

Z drugiej strony werset ten mówi o ludziach sprawiedliwych. Taka osoba nie jest ani samolubna, ani chciwa; prezentuje natomiast odmienną postawę wobec pieniędzy i posiadanych dóbr. Czytamy w nim, że sprawiedliwi dają bez wahania, co świadczy o gotowości do niesienia pomocy innym i dzielenia się tym, co posiadają.

Jezus również zachęcał w Nowym Testamencie do takiej bezinteresownej postawy wobec pieniędzy i dóbr materialnych. W Ewangelii *Mateusza 6:19–21* wskazuje, byśmy skupiali się raczej na bogactwach duchowych niż materialnych. Mówi: *„Nie gromadźcie sobie skarbów na ziemi, gdzie mól i rdza niszczą i gdzie złodzieje włamują się i kradną; Ale gromadźcie sobie skarby w niebie, gdzie ani mól, ani rdza nie niszczą i gdzie złodzieje nie włamują się i nie kradną. Gdzie bowiem jest wasz skarb, tam będzie i wasze serce”*.

---

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*

---

> Człowiek, który nie panuje nad swoim duchem, jest jak miasto zburzone i bez muru.
>
> *— Przysłów 25:28*

Książka: Stary Testament / Przysłów
Tematy: pragnienie, samokontrola

*Interpretacja:*
Księga Przysłów słynie ze swoich mądrych rad i praktycznego podejścia do codziennego życia. Werset *Przysłów 25:28* stanowi wymowny przykład tego, co się dzieje, gdy nie panujemy nad swoimi emocjami i pragnieniami, pozwalając im przejąć nad nami kontrolę. Zamiast cieszyć się siłą i poczuciem bezpieczeństwa, nasze życie wewnętrzne upodabnia

się do zrujnowanego miasta – pozbawionego ochrony i stabilności.

**Znaczenie tego wersetu**

W swojej istocie werset ten przypomina nam o znaczeniu panowania nad sobą. Życie bywa przytłaczające, a emocje takie jak strach, niepokój, smutek czy gniew mają moc podważania naszej równowagi psychicznej i emocjonalnej. Jeśli nie zachowamy czujności, możemy pozwolić, by to one dyktowały kierunek naszego życia, co prowadzi do podejmowania nietrafionych decyzji i budowania toksycznych relacji.

Słowa te wzywają nas do podjęcia świadomych działań, które zapobiegną zdominowaniu naszego życia przez wspomniane emocje. Kluczowe jest uświadomienie sobie własnych uczuć i poszukiwanie zdrowych sposobów ich wyrażania. Powściąganie własnego ducha nie oznacza tłumienia czy ignorowania emocji; chodzi raczej o naukę skutecznego i konstruktywnego zarządzania nimi.

---

Uwaga! Jest to jedna z możliwych interpretacji, oparta na komentarzach uznanych teologów, które mogą się między sobą różnić. Jeśli interpretacja pochodzi z innego języka, jej sens mógł ulec zmianie w trakcie tłumaczenia. *Mt 7, 7–8*