



SEE MORE JESUS · WANTTOSEEMORE.COM

Што кажа Біблія пра самавалоданне (устрыманасць)? — Штодзённае разважанне і малітва · Пісанні KJV з нумарамі Стронга

**АДДАНАСЦЬ І МАЛІТВА · КАРОТКАЕ ЧЫТАННЕ, КАБ НЕСЦІ З САБОЮ, І МАЛІТВА НА
ЗАВЕРШЭННЕ**

Устрыманасць — Асноватворнае біблейскае вучэнне

ПАЧАТКОВАЕ СЛОВА

Сёння, перш чым дзень панясе цябе куды захоча, прымі першае правіла: кіруй сваім уласным духам. Гэта найвялікшая сіла, дадзеная чалавеку, — большая, чым узяць горад. Ты сустрэнеш дазваленую рэч, якая хоча авалодаць табою, і недазваленую рэч, якая хоча прадаць цябе; і чалавек, які валодае сабою, кажа "не" абодвум. Будзь цвярозы. Заставайся чуйным. Трымай сваё цела ў паслушэнстве і не давай месца плоці. Табе не трэба быць моцным самому па сабе, бо самакіраванне — плод Духа, — яно расце на Яго вінаграднай лазе, а не на тваёй. Вырашы ў сваім сэрцы яшчэ да таго, як прыйдзе гадзіна спакусы, так, як Данііл вырашыў яшчэ да таго, як перад ім паставілі царскую ежу; і калі грэх схопіцца за твой адзенне, бяжы, так, як бег Іосіф. Тое, што ты пакінеш дзеля Яго, — гэта кавалак адзення; тое, што ты захаваш, — гэта ты сам. Благадаць вучыць цябе казаць "не" нячэсцю, і чалавек, які валодае сабою, бяжыць за венцом, які ніколі не вяне. Даследуй гэта.

ГРЭЧАСКІЯ КЛЮЧАВЫЯ СЛОВЫ

“узджержлівасць” — **G1466 egkrateia** — самакантроль

Плод духа: лагоднасць, устрыманасць — гэта вырастае з Яго.

“be sober (быць цвярозым)” — **G3525 nepho** — каб быць разважлівым, каб пільнаваць будзьце цвярозыя, чуйныя, бо супраціўнік ходзіць.

ЯЎРЭЙСКІЯ КЛЮЧАВЫЯ СЛОВЫ

“правіла” — **H4910 mashal** — панаваць, мець уладу
Той, хто валодае духам сваім, лепшы за таго, хто ўзяў горад.

“правіла” — **H4623 matsar** — Кантроль, стрымліванне
той, хто не валодае сваім духам, падобны на горад без сцен.

I. КІРУЙ СВАІМ УЛАСНЫМ ДУХАМ

ПРЫПОВЕСЫЦІ 16:32 Лепш павольны на гнеў, чым магутны, і той, які пануе над духам сваім, чым заваёўнік гораду. **[H4910 mashal ■]**

ТОЙ, ЯКІ ПАНУЕ НАД ДУХАМ СВАІМ = ЛЕПШЫ ЗА ТАГО, ЯКІ ЗАВАЁЎВАЕ ГОРАД.

(Мае асабістыя думкі — сёння вялікая бітва не там, звонку, а ўнутры цябе. Ты, магчыма, ніколі не заваюеш горад, але ты можаш кіраваць сваім духам, і Бог лічыць гэта большай перамогай. Будзь сёння павольны на гнеў; трымай свой дух, як начальнік трымае горад, і ты мацнейшы за магутных.)

II. УМЕРАНЫЯ ВА ЎСІМ

1 КАРЫНЬЦЯНАЎ 9:25 А кожны, хто змагаецца, устрымліваецца ад усяго: тыя — каб атрымаць вянок зьнішчальны, а мы — незьнішчальны. **[G1467 egkrateuomai ■]**

ХТО ЗМАГАЕЦЦА = УСТРЫМЛІВАЕЦЦА АД УСЯГО → ВЯНОК НЕЗЬНІШЧАЛЬНЫ.

(Мае асабістыя думкі — заўважце меру: устрыманы ва ўсім, а не толькі ў нечым. Атлет у трэніроўках адмаўляе сабе ў многіх дазволеных рэчах дзеля аднаго вянка, які вяне. Адмоўся сёння сабе ў нечым адным дзеля вянка, які не вяне, і ты добра прабяжыш.)

СЛОВА, ЯКІЯ ТРЭБА СХАВАЦЬ У СЭРЦЫ

ГАЛЯТАЎ 5:22 Плод жа Духа — любоў, радасьць, супакой, доўгацярплівасьць, ласкавасьць, добрасьць, вера

ГАЛЯТАЎ 5:23 ціхасьць, стрыманасьць. Супраць гэтакіх няма Закону.

ПЛОД ЖА ДУХА — ЛЮБОЎ, РАДАСЬЦЬ, СУПАКОЙ, ДОЎГАЦЯРПЛІВАСЬЦЬ, ЛАСКАВАСЬЦЬ, ДОБРАСЬЦЬ, ВЕРА, ЦІХАСЬЦЬ, СТРЫМАНАСЬЦЬ.

МАЛІТВА

Госпадзе, Ты — Бог, Які дае Духа, і плод Духа — уздзяжлівасць; таму я прашу не сваёй сілы, а Тваёй. Навучы мяне сёння валодаць сваім духам, што большая справа, чым узяць горад; зрабі мяне павольным на гнеў, цярплым і чуйным, бо вораг мой блукае вакол. Трымай маё цела ў паслуху, і няхай нікая дазволена рэч не завалодае мною; не дай мне пакінуць месца для плоці, каб задаволіць яе жаданні. Пакладзі рашэнне ў маё сэрца яшчэ да часу спакусы, як загадзя вырашыў Данііл; а калі грэх схопіць мяне, дай мне ногі Іосіфа, каб уцячы і захаваць сябе чыстым. І паколькі любоў многіх астыне, дай мне уздзяжлівасць трымацца да канца і не астудзіцца — захавай мяне ў змаганні па правілах, каб я не быў адхілены, але атрымаў вянец, які ніколі не бляднее. Навучы ж мяне, па Тваёй ласцы, казаць "не" нягоднасці і мірскім жаданням, і жыць разважліва, праведна і набожна, чакаючы таго бласлаўленага спадзявання. Амін.

ЗАКАНЧЭННЕ

1 КАРЫНЬЦЯНАЎ 10:13 Вас наведала спакуса ня іншая, як чалавечая. Але верны Бог, Які не пакіне вас быць спакушанымі больш, чым вы можаце [вытрымаць], але са спакусай зробіць і выхад, каб вы маглі яе перанесці.

БОГ ВЕРНЫ → АЛЕ СА СПАКУСАЙ ЗРОБИЦЬ І ВЫХАД, КАБ ВЫ МАГЛІ ЯЕ ПЕРАНЕСЬЦІ.

SOURCES & CREDITS

Scripture: Belarusan Bible (CC BY-NC 4.0) — 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).