

## Day 9 — Gevurah sheb'Gevurah

### Discipline within Discipline

---

#### Core Insight

True strength is self-control 진정한 강함은 자기 절제입니다

Discipline begins within 절제는 내면에서 시작됩니다

---

#### PaRDeS

##### Peshat (Simple)

Practicing self-restraint 자기 절제를 실천하는 것

##### Remez (Hint)

Gevurah reinforces inner strength 게부라는 내적 강함을 강화합니다

##### Drash (Interpretive)

The greatest battle is within oneself 가장 큰 싸움은 자기 자신과의 싸움입니다

##### Sod (Hidden)

Inner restraint creates space for divine order      내적 절제는 신적 질서를 위한 공간을 만듭니다

---

#### Energetic Flow

Inner contraction      내적 수축

Control of impulse      충동의 통제

Stabilization of energy      에너지의 안정

Master your reactions      자신의 반응을 다스리십시오

---

#### Meaning

Without discipline, energy becomes chaotic      절제가 없으면 에너지는 혼란스러워집니다

Self-control leads to clarity      자기 절제는 명확함을 가져옵니다

Strength is shown through restraint      강함은 절제를 통해 드러납니다

---

**Mussar — Focus Trait**

Develop inner control            내적 통제를 발전시키십시오

Choose response over reaction    반응이 아닌 선택을 하십시오

---

**Practice for Today**

Pause before reacting    반응 전에 멈추십시오

Control speech            말을 절제하십시오

Resist impulsive behavior    충동을 억제하십시오

---

**Inner Work Questions**

Do I react impulsively?        나는 충동적으로 반응하는가?

Can I hold back when needed?    필요할 때 멈출 수 있는가?

Do I control my speech?        나는 말을 다스리는가?

---

**Guardrail**

Discipline should not become harshness    절제가 거칠어짐이 되어서는 안 됩니다

---

**Short Meditation**

Let me act with restraint and clarity    절제와 명확함으로 행동하게 하소서