|  |
| --- |
|  |
| אורחות צדיקים שער הגאווה |
| עם פירוש קל ונעים מבית תנו שבח |

|  |
| --- |
| נפתלי בן ר' אברהם אדלשטייןי טבת ה' תשפ"ה |

*יען ראיתי רבים עוזבים דברי אלוקים חיים לחצוב להם בורות נשברים. ויפן כה וכה וירא כי אין איש, על כן אזרתי אומץ לפרש דברי רבנו לפי מיעוט ערכי. ויהי רצון מלפני בוראי שלא תצא מכשלה מתחת ידי.*

"ענין הגאוה הוא זה, שהאדם מחשיב עצמו בעצמו" (ספר מסילת ישרים פרק יא)

"שמחזיק עצמו כבעל נפש דהיינו גאוה שחשובה נפשו בעיניו" (רש"י סוטה דף ד עמוד ב)

לכל ענייני הקונטרס ניתן לפנות אל נפתלי אדלשטיין

0533105132

השער הראשון: נדבר בו על מידת הגאווה. ומה טוב שנזדמן תחילה לכל השערים, מפני חיוב האדם להיבדל ממנה, כי היא פתח לרעות רבות, ולא ראינו כזאת לרעה בכל המידות. לכן צריך האדם להתחכם ולהנהיגה אל המנהג הראוי, ולדחות אותה במקום שאינה ראויה בו.

### התפיסה העצמית

גאווה הינו נושא קשה לפתוח ספר אתו, מדוע אם כן בחר המחבר לפתוח את ספרו עם נושא זה. מנמק המחבר: ”כי היא פתח לרעות רבות, ולא ראינו כזאת לרעה בכל המידות.”

אלא שאם כן למה לא לדבר על תאווה או עצלות או כעס או כל מידה אחרת שמורידה את האדם לשאול תחתית, ובמה איפה גאווה גרועה מכל אלו. התשובה לכך, משום שהגאווה נוגעת לחשיבות העצמית של האדם, איך שהאדם מחשיב את עצמו כלפי עצמו וכלפי אחרים, וכאשר יש לאדם תפיסה עקומה על חשיבותו העצמית “הרי זה פתח לרעות רבות".

מלבד זאת אומר המחבר “ולא ראינו כזאת לרעה בכל המידות”, וכי זו היא המידה הרעה מכולן. לא בהכרח, אבל היא רעה לאדם יותר מכולם. כי ללא מבט נכון על חשיבותו העצמית איזו תקווה יש לו בעולמו.

"לכן צריך האדם להתחכם ולהנהיגה אל המנהג הראוי" – לכן, אין להתייחס אל הגאווה כאל מידה שלילית גרידא שיש לדחותה מכל וכל. להפך, הרי עלינו ללמוד כיצד להחשיב את עצמינו באופן הראוי.

"ולדחות אותה (את הגאווה) במקום שאינה ראויה בו" — החשיבות העצמית של האדם הינה מרכיב מרכזי בחייו, ולעיתים היא מקבלת חשיבות רבה גם ללא הקשר אמיתי. העיסוק של האדם בחשיבות העצמית שלו מתחיל כבר מגיל צעיר, ולעיתים קרובות הוא גם חורג מהקשרו.

הגאווה היא המטבע אשר פסל הקדוש ברוך הוא, והזהירנו עליה בתורתו. כמו שנאמר (דברים ו יב) "השמר לך פן תשכח את יי אלקיך, אשר הוציאך מארץ מצרים". כי הגאה ישכח יוצרו, כדכתיב (דברים יג יג-יח) "ובקרך וצאנך ירביון, וכסף וזהב ירבה לך.., ורם לבבך ושכחת את יי אלקיך.., ואמרת בלבבך: כוחי ועוצם ידי עשה לי את החיל הזה. וזכרת את יי אלקיך, כי הוא הנותן לך כוח לעשות חיל". ובמלך נאמר (דברים יז כ) "לבלתי רום לבבו מאחיו". אם הזהירה תורה אפילו במלך – כל שכן בהדיוטות, שלא ישתררו זה על זה.

### ההצלחה

מטבע פסול מייצג דבר שאיבד את ערכו ומשמעותו, וכמו מטבע שפוסלת המלכות, שהופך מיד לחסר שימוש וביקוש, כמו כן כל התבטאות עצמית שמתחילה עם האדרת ה"אני" אין לה שום משמעות במלכות ה', "הגאווה היא המטבע אשר פסל הקדוש ברוך הוא", והמאדיר את ה"אני" עליו נאמר "ושכחת את ה'".

האם אין מקום לאדם להחשיב את הצלחתו. האם ראוי שלא ירגיש שייכות אל פרי עמלו. הרי טבעו של אדם לראות את הישגיו כחלק ממנו (כוחי), ובמיוחד כשהוא מצליח ביותר (ועוצם ידי, עשה לי את החיל הזה). אכן בעת שהאדם חש הצלחה, לבו מתרומם, אך השאלה המרכזית היא: להיכן מוביל אותו הרגש הזה. האם לריחוק מהבורא (- ושכחת) או לקירוב אליו (- וזכרת).

על כך מתריע משה רבנו ואומר "השמר לך פן תשכח את ה'", כיצד מגיע האדם לשכחת ה'. "ורם לבבך ושכחת" - הרוממות שמביאה ההצלחה עלולה לגרום לשכחת ה'. אכן המבט הנכון הוא: "וזכרת את ה' אלוקיך" - לא לבדך הגעת להישגיך, "כי ה' הוא הנותן לך כח" מאז ומעולם "לעשות חיל".

**דוגמת המלך** היא המחמירה ביותר: התורה מזהירה שגם מלך, על אף מעמדו המיוחד, אסור לו להתנשא על עמו. ואם למלך אסור להרגיש שונה מאחיו, קל וחומר לאדם מן השוק שאין לו להחשיב את עצמו.

הגאווה מתחלקת לשני חלקים: האחד גאוות האדם בגופו, והחלק השני גאוות האדם במעלות החכמה ובמעשיו.

### שתי הבחנות בגאוות האדם

מידת הגאווה חלוקה לשני הרגשים עיקריים, "גאוות האדם בגופו" – החשיבות העצמית שהאדם מרגיש מצד גופו, ו"גאוות האדם במעלות החכמה ובמעשיו" – החשיבות העצמית שהאדם מרגיש מצד חכמתו ומעשיו.

גאוות האדם בגופו יש בו שני חלקים: האחד טוב, והאחד רע. וזאת היא גאוות האדם בגופו הרעה: בעת שתתגבר הגאווה בלב האדם, אז תמשול על האדם מקודקודו עד כף רגלו: בראשו ובגרונו, כדכתיב (ישעיהו ג טז): "יען כי גבהו בנות ציון, ותלכנה נטויות גרון". בידיו וברגליו, דכתיב (תהלים לו יב): "אל תבואני רגל גאווה, ויד רשעים אל תנדני". ועל רגל גאווה נענשה בת רבי חנינא בן תרדיון, שנגזר עליה לישב בקובה של זונות. כי פעם אחת הלכה לפני גדולי רומי, ושמעה שאמרו: כמה נאה פסיעותיה של ריבה זו! ואז דקדקה יותר (עבודה זרה יח א).

###  גאוות האדם בגופו

כאשר אדם מרגיש שפל, הוא נוטה לכופף את קומתו ולהשפיל את מבטו. לעומת זאת, כאשר הוא חווה תחושת רוממות, הוא מתייצב בקומה זקופה ומגביה את עיניו. אם כן, מהן אותן נטיות גרון ועיניים רמות שמהן אומר המחבר שראוי להתרחק.

המכנה המשותף לתופעות אלו הוא העיסוק של האדם במראהו החיצוני. טבע האדם הוא להקפיד על הופעתו, אך כאשר הדבר נעשה מתוך תחושת חשיבות, לא זו בלבד שאין בכך להוסיף לערכו בעיני הזולת, אלא ההפך – הינו מרחיק את עצמו מאחרים.

כאשר בלב האדם מתעוררת תחושת חשיבות בגופו, תחושה זו משפיעה מיידית על כל תנועותיו: הוא מתייצב זקוף יותר, מישיר מבט, מקפיד בתנועותיו ואף מדקדק בצעידתו. דוגמה לכך ניתן למצוא בביתו של רבי חנינא בן תרדיון. כששמעה את גדולי רומי משבחים את הליכתה ואומרים, "כמה נאות פסיעותיה של ריבה זו," היא החלה להקפיד עוד יותר על צעדיה – ובעבור כך נענשה באופן מחפיר.

בעיניים, כדכתיב (משלי ו יז): "עינים רמות". באזניים: לא ישמע דברי העניים האומללים. בריח אפו: בעמדו אצל עניים או כשנכנס לבתיהם, הם סרוחים בעיניו. ואף בדבריו ידבר על צדיק עתק בגאווה.

###  מעמד חברתי

**"עיניים רמות**" – גאווה פנימית המביאה אדם לבטל אחרים בלבו (מכתב מאליהו, חלק ב', עמוד 95).

מעמד חברתי תופס מקום חשוב אצל האדם. ללא מעמד חברתי, האדם חש לעיתים קרובות בודד. עם זאת, פעמים שהמעמד החברתי משמש כעילה להתעלמות מהשונה. כאשר האדם חווה תחושת הצלחה, הוא עלול לראות עצמו נבדל מאלה שאינם בני מעמדו, עד כדי כך שהוא אינו שומע את מצוקותיהם של העניים כפי שהיה שומע לו היה בן-חברתם. ואם יעמוד במחיצתם או ייכנס לביתם, הם ייראו בעיניו נחותים, ואפילו הריח שלהם עלול להַדְחות אותו. יתרה מכך, תחושת חשיבות כזו עשויה להוביל אדם להמציא דברים שקריים ומנותקים מן המציאות ('עָתָק'), על אנשים טובים וצדיקים - אם איננו רואה אותם כבני מעמדו.

וגם ניכרת (הגאווה) בעניין מאכל ומשקה, ובמלבושי בגדי גאווה מלבושי נכרי. ועל זה הוזהרנו בתורת משה, שנאמר )ויקרא כ כג): "ולא תלכו בחוקת הגוי"; וכתיב (ויקרא יח ג) "ובחוקותיהם לא תלכו"; ונאמר (דברים יב ל) "השמר לך פן תנקש אחריהם" – הכל בעניין אחד הוא מזהיר, שיהא ישראל מובדל במלבושיו ובדבריו ובכל מנהגיו מן הגויים. וכן הוא אומר (ויקרא כ כו) "ואבדיל אתכם מן העמים".

### שינוי בהתנהגות

החשיבות העצמית עלולה לגרום לאדם לשנות את דפוסי התנהגותו. המאכל האהוב עליו בעבר עשוי להיראות שפל בעיניו; המשקה שהיה ערב לחיכו נעשה חסר טעם; ובגדיו, שהיו מותאמים לרוחו, שוב אינם מוצאים חן בעיניו. והוא מאמן את עצמו בכל דרכיו רק כדי שיתקבל בעיני הבריות (ע"פ מלבי"ם דברים כז).

הלבוש התייחד בכך שהוא מבטא את אופיו ואת מהותו של האדם. הנגר לובש בגדי נגר, האופה בגדי אופה, ובני מדינה אחת נבדלים בהרגלי לבושם מבני מדינה אחרת. התורה מזהירה את האדם לא ליפול למלכודת של תפיסה זו, המבקשת להחליף את זהותו באמצעות חיקוי מנהגי העמים. זוהי טעות מרה לחשוב שבדרך זו ניתן להשיג חשיבות כלשהי. למעשה, אדם המאמץ גישה זו מאבד את זהותו האמיתית היעודה לו.

בעלי הגאווה הם מתועבים בעיני השם, שנאמר (משלי טז ה): "תועבת יי כל גבה לב". והוא נמסר ביד יצרו, כי אין עזר השם עמו, אחרי אשר הוא תועבת השם. ואפילו לא נתגאה על שום אדם, לא בדיבור ולא במעשה, אך בלבו לבד הוא מתגאה – נקרא "תועבה", שנאמר: "תועבת יי כל גבה לב" – אפילו אין לו גבהות אלא בלב נקרא "תועבה". אמרו רבותינו: כל מי שיש בו גסות הרוח – כאילו עובד עבודת כוכבים; כתיב הכא (משלי טז ה): "תועבת יי כל גבה לב", וכתיב התם (דברים ז כו): "לא תביא תועבה אל ביתך". ויש אומרים: כאילו בא על עריות, דכתיב (ויקרא יח כז): "כי את כל התועבת האל עשו". ויש אומרים: כאילו בנה במה (סוטה ד ב). ואמרו: כל אדם שיש בו גסות הרוח – מתמעט, שנאמר (איוב כד כד): "רומו מעט ואיננו". וראוי לגדעו כאשרה, שנאמר (ישעיהו י לג): "ורמי הקומה גדועים". ואין עפרו ננער, והשכינה מיללת עליו. אמר הקדוש ברוך הוא: אין אני והוא יכולים לדור בעולם, שנאמר (תהלים קא ה): "גבה עינים ורחב לבב, אתו לא אוכל" (סוטה ה א). ואמרו: האי מאן דיהיר, אפילו אאנשי ביתיה לא מתקבל, שנאמר (חבקוק ב ה): "גבר יהיר ולא ינוה" – אפילו בנווה שלו (בבא בתרא צח א).

### בועת החשיבות העצמית

מדוע מי שמחשיב את עצמו הינו מרוחק בתכלית הריחוק (מתועב) לפני ה' עד כדי כך שכבר 'אין עזר ה' עמו'. מדוע אדם שכזה ראוי לנטוש אותו בידי היצרים שלו.

"כל מי שיש בו גסות הרוח, כאילו עובד עבודת כוכבים" - תחושת החשיבות העצמית ופולחן עבודת אלילים שווים הם בכך שהם נותנים לאדם "רשות" כביכול לחיות ולפעול כפי רצונו. שכן איננו רואה את עצמו כפוף לרצון אחרים ולא לרצון האלוקים, דעתו היא הקובעת, וכל אשר איננו תואם את דעתו איננו תופס מקום חשוב אצלו, שכן יש לו 'במה' - מקום פולחן פרטי, שם יוכל לשגשג ולפרוח. מתוך גישה זו עלול האדם אף להתיר לעצמו את המעשים המתועבים ביותר אילו רק היה חושב שזוהי דרכו המיועדת.

התיעוב שבגישה זו איננו בגין דיבור או מעשה מסוים אלא הוא נמצא בליבו של האדם. "רומו מעט" אכן החשיבות מרוממת אותו, אך רק לזמן מועט "ואיננו" – ומיד כבר איננה. אין בה שם ממשות ועל כן איננה מתקבלת אצל הסובבים אותו כלל - אפילו לא בקרב אנשי ביתו הקרובים אליו ביותר.

""ורמי הקומה גדועים, ואין עפרו ננער והשכינה מיללת עליו" - מזומנת היא ההאדרה העצמית לקטיעה, ואף אין שום טעם שיקום אדם שכזה לתחיית המתים, שכן בליבו כבר לא נותר מקום פנוי עבור השראת השכינה.

הגאוה מביאה לידי רדיפת ממון, להשתרר על בני אדם. וכבר ידעת מה אירע לקורח ועדתו מחמת גאוותו, שביקש להתגדל, ולקח גדולה שלא ניתנה לו מן השמים. ומתוך כך נכנס למחלוקת, ומן המחלוקת יצאה קנאה ושנאה. וכל אלו מידות פחותות מאוד, כאשר יתבאר בעזרת השם.

### הרצון להכרה

מתוך הרצון להכרה, האדם שואף לשררה, ומאמין בליבו שאם יהיה בעל ממון ומעמד חשוב שיחשיבוהו בני אדם בגין כך. אך אם נביט בסיפורו של קורח נראה שסופו של בעל מעמד, שמעמדו יהיה בעוכריו.

קורח האמין שעליו להיאבק למען מעמדו ומתוך כך ראה עצמו גם כנציג של אחרים. "מדוע לא יוכל כל אחד להיות כהן או לוי" הוא שאל, "למה כולנו כפופים בכל דבר למשה עבד ה'", "האין ראוי לתת לכל אחד הזדמנות שווה". אלו היו השאלות שלו על משה.

קורח עשיר גדול היה[[1]](#footnote-1), והחשיבות העצמית שקנה לעצמו בגין כך היא זו שהכשילה אותו, שורש מחלוקתו של קורח לא היה לשם שמיים, שאלותיו ומחלוקתו לא היתה מהותית, אלא שהם צמחו מתוך הגדולה שהוא ביקש לעצמו.

האדם, כאשר הוא מחשיב את עצמו, מחפש הכרה לחשיבות העצמית. ואם אינו מקבל את הכבוד שלדעתו מגיע לו, הוא עלול להיגרר למחלוקת בשל כך, ואף להיכנע ליצרים השפלים של קנאה ושנאה – בדיוק כמו שקורח עשה.

סוף דבר, כל המקשט את גופו כדי להתגאות – הרי זה שוכח השם ברוך הוא, ולא יחוש על המצוות, ולא ירדוף אחר מעשים טובים. כי כל כוונתו על עצמו, לקשט גופו הכלה, אשר אחריתו רימה. והמקשט גופו הוא קרוב לזימה, כי יתראה לפני נשים לישא חן בעיניהן, ומתוך כך יתקרב אצלן, ויבוא לידי שחוק וקלות ראש. וגם האישה המקשטת לפני האנשים – בזה היא מדלקת לבם ומכנסת הרהורים בליבם; ובזה עונשה גדול מאוד, שהיא נותנת מכשול לפני רבים. הלוא אסרו חכמים להסתכל בבגדי צבעונים של נשים השטוחים בכותל, אפילו כשאינה מלובשת בהן (עבודה זרה כ ב( - כל שכן שיש עונש גדול לאישה המתקשטת לפני אנשים המסתכלים בה .

### האדרת הגוף

תרבות האדרת הגוף הייתה מרכיב מרכזי בתרבות היוונית ההלניסטית, ושיקפה את הפילוסופיה של היוונים אשר ראו בגוף האדם ביטוי לשלמות. אולם, העיסוק בהאדרת הגוף עלול להוביל לכהות חושים כלפי ערכים מהותיים וחשובים. אדם הממוקד בגופו עשוי לשכוח את הקשר שלו עם הקב"ה ולהזניח את קיום המצוות, ולא ירדוף עוד אחרי מעשים טובים - "כי כל כוונתו הוא על עצמו". ובשביל מה. לשם תחושת חשיבות חולפת, "לקשט גופו הכלה, אשר אחריתו רימה (ריקבון)".

בסופו של דבר, אדם שכזה עשוי להפוך לאדם זול וקל דעת, המנסה למצוא חן בעיני נשים בצורה שטחית ומבזה. דברים אלו נכונים גם כלפי אישה המאדרת את גופה בפומבי, מעודדת היא בכך תרבות ריקנית ומושחתת בכדי לקבל הרגשת חשיבות עצמית מדומה.

ועוד הגאווה מביאה לידי תאווה. כי המתגאה – לבו רחב ומתאווה לכל דבר. ותאווה היא המידה הרעה שבכל המידות, כי יתאווה מחמת גאוותו להתלבש בבגדים יקרים, ולבנות פלטרין גדולים, ולאכול מאכלים טובים. כי המתגאה – לעולם לדברים גבוהים יחמוד; ואולי אינו משיג ידו לדברים אלו, ומתוך כך יבוא לידי גניבה וגזילה. כי המתגאה לבו חומד, ורחב כים להתעשר, ולא יהיה שמח בחלקו, כי ימעט בעיניו מה שיש לו לפי רוב הוצאות תאוות גאוותו.

### שאפתנות

המחשיב את עצמו רואה בכל דבר בעולם יעד אפשרי, אם רק ירצה בכך. בין אם מדובר בבגדים יקרים, בית מפואר, או מאכלים משובחים – לא ימנע מעצמו דבר אם רק יש בידו להשיגו. ובאם לא יוכל להשיג את מבוקשו, תחושת החמצה תתעורר בליבו, תחושה שעלולה להובילו למעשים של גניבה או גזלה, מתוך תפיסה כי הוא רודף אחר מה שלדעתו מגיע לו. לבו רחב בקרבו, וחומד לנחול טובה לעצמו, ואיננו מעריך עוד את מה שכבר יש לו ברשותו, שכן הדבר אינו תואם את שאיפותיו המופרזות.

ועוד הגאווה גורמת שלא יהא סבלן לסבול על הבריות. ואין צורך להאריך בפחיתת מי שאינו סבלן, כי ידוע הוא לכל.

### סבלנות כלפי אחרים

אדם חסר סבלנות, אנשים מתרחקים ממנו, ולו רק כדי להגן על עצמם. אדם המחשיב את עצמו בעיניו, קשה לו להיות סבלן כלפי אחרים - אם הוא רואה בהם או במעשיהם סתירה לשאיפותיו.

וזאת היא גאוות הגוף שהיא טובה: שמא יאמר האדם, הואיל והגאווה היא מידה רעה כל כך, אפרוש ממנה ביותר – עד שלא יאכל בשר ולא ישתה יין, ולא ישא אשה, ולא ישב בדירה נאה, ולא ילבש מלבוש נאה אלא השק והצמר, וקרועים ומלוכלכים; ומשתמש בכלים מלוכלכים ומאוסים, ולא ירחץ פניו ידיו ורגליו עד שישחיר תארו משאר אנשים. וכל זה כדי שיתרחק מן הגאווה, עד שלא יוכל להתרחק יותר.

המהלך בדרך זה נקרא "חוטא". הרי הוא אומר בנזיר (במדבר ו יא): "וכפר עליו מאשר חטא על הנפש"; אמרו חכמים (תענית יא א): ומה זה שלא פרש עצמו אלא מן היין נקרא "חוטא", המונע עצמו מכל דבר על אחת כמה וכמה. אמרו חכמים (ירושלמי נדרים ט א): לא דייך מה שאסרה תורה, אלא שאתה אוסר עליך דברים אחרים.! על עניין זה וכיוצא בזה אמר שלמה (קהלת ז טז): "אל תהי צדיק הרבה, ואל תתחכם יותר, למה תשומם" .

### פרישות יתר

אדם, כדי לחיות, צריך להחשיב את גופו במידת מה. פרישות יתר עלולה להוביל את האדם להתנהגות קיצונית פסולה. מתוך פרישותו, עלול הוא להשחית את אורח חייו. אך טועה הוא בהשקפתו: אין זו צדקות ואין זו דרך התורה, להתנזר בצורה קיצונית, אלא אדרבה "המהלך בדרך זו נקרא חוטא".

הדרך הישרה באדם: שיהא נקי בכל ענייניו, כי הנקיות הוא גדר של מעשים טובים. כיצד. ילבש בגדים בינונים, ולא מלבושים עניים המבזים לובשם; אלא בגדים בינונים נאים ונקיים, העני לפי עניו והעשיר לפי עשרו. ואסור שיימצא כתם או שמנונית על בגדיו, ולא יהיו קרועים. ולא יהיו מתוקנים כבגדי גסי הרוח . גם מאכלו יהא נקי. ולא יאכל מעדני מלך, אך מאכל בינוני ומשקה בינוני לפי השגת ידו. ולא ישתה ולא יאכל בכלים מאוסים, פן יעבור על "אל תשקצו את נפשתיכם" (ויקרא יא מג), אלא הכל יהא בנקיות. גם שולחנו גם מיטתו יהיו נקיים, וכל ענייניו יהיו נקיים. גם גופו יהא נקי ולא מזוהם. אך יזהר לרחוץ פניו ידיו ורגליו, גם כל גופו לעתים, כאשר מצינו בהלל הזקן (ויקרא רבה לד ג( שבשעה שהיה נפטר מתלמידיו היה מהלך והולך עמם. אמרו לו תלמידיו: רבי, להיכן אתה הולך. אמר להם: לעשות מצוה. אמרו לו: וכי מה מצוה זו. אמר להם: לרחוץ בבית המרחץ. אמרו לו: וכי זו מצוה היא. אמר להם: הן! מה אם איקונין של מלכים, שמעמידים אותו בבתי תיאטראות ובבתי קרקסאות, מי שנתמנה עליהן הוא מורקן ושוטפן, והן מעלין לו מזונות, ולא עוד אלא שהוא מתגדל עם גדולי מלכות. אני שנבראתי בצלם ובדמות, דכתיב )בראשית ט ו( "כי בצלם אלהים עשה את האדם" – על אחת כמה וכמה! ועוד, דכתיב )משלי טז ד) "כל פעל יי למענהו" (שבת נ ב( וכל הנזהר בדברים האלו לשם מצוה, ולא כדי להתקשט ולהתגאות, אף על פי שאלו דברים נראים כמו גאווה, כיון שכוונתו לשם שמים – יש בו מצוה.

**נקיות הולמת**

שמירה על הופעה הולמת הינו מרכיב חיוני בכבודו העצמי של האדם. אדם המזלזל בהופעתו עלול להזניח גם תחומים חשובים אחרים, כגון עשיית מעשים טובים. באופן דומה, אין ראוי שאדם יתנהג בביזיון באכילת מזון שאינו ראוי לו או בשימוש בכלים שאינם ראויים.

הלל לימד זאת לתלמידיו על ידי כך שהמחיש להם את חשיבות הטיפול בניקיון הגוף. שכן מי שמזלזל בניקיונו האישי חסרה לו הבנה בסיסית במעלתו של האדם - אשר נברא בצלם אלוקים. עניין זה נוגע אל כל סביבת האדם, המיטה והשולחן וכל דבר אשר ישנו בו משמעות לניקיון.

"והנזהר בדברים האלו לשם מצוה, ולא כדי להתקשט ולהתגאות, אף על פי שאלו דברים נראים כמו גאווה, כיון שכוונתו לשם שמים, יש בו מצוה" – מצוה מלשון ציווי, אין עניינים אלו אחריות אישית בלבד בין האדם לעצמו, אלא אחריות עמוקה יותר מצד תפקידו של האדם בעולם הזה.

גאות חכמה ומעשים טובים יש בה שני חלקים: האחד טוב, והאחד רע. הגאוה הרעה היא: אשר יבזה בני אדם בלבו ובפיו, וכלם קטנים ופחותים בעיניו. ומהלל ומשבח עצמו שהוא גדול בחכמה, ומתוך כך לא יודה על האמת מרב גאותו. ולעולם נראה בעיניו חכמתו ועצתו, ודבריו ומעשיו, שהם משובחים ממעשה וחכמת עצת חבריו. ומתפאר תמיד בחכמתו ובמעשיו, כי הוא חפץ לקבל שבח וכבוד על דבריו הישרים. ועל זה אמר שלמה (משלי כז ב): "יהללך זר ולא פיך״.

### חכמת אדם

הרגשת החשיבות שיש לאדם בגין חכמתו ומעשיו הטובים, גם היא טובה ונצרכת לאדם, ומאידך עלולה היא גם לגרום לאדם רעה.

המחשיב את חכמתו עלול הוא לבוא מתוך כך שלא להחשיב אנשים אחרים בליבו ובדיבורו, קשה יהיה לו להודות באמת שכן יש בכך סתירה לחשיבות שהינו מרגיש, ותמיד ייתן עדיפות ראשונה לחכמתו ולעצתו ולמעשיו על פני אלו של אחרים, ויחפש שיכירו בני אדם בחשיבות אשר הוא מייחס לחכמתו ולמעשיו הטובים, ויתפאר בהם בדרך זו או אחרת בפני אחרים.

הגאה לעולם יחזיק טובה לעצמו. ומתוך כך לא יטרח על התורה, כי לא יחוש על כבוד שמים, רק שיודו לו העולם שהוא אדם טוב וחכם, ובזה יש לו די. ותמיד הוא שמח במכשול חבריו ובמעוט ידיעתם, ומתכבד בקלון חבריו. וזה אחד מעשרים וארבעה דברים המעכבים את התשובה.

###  הישגים

החשיבות העצמית שיש לאדם בהישגיו, עלולה להביאו לידי כך שלא יחפש לטרוח בעבור היקר והחשוב באמת אלא יסתפק בכך שיקבל אישור מאחרים על חשיבותו. ולא יחפש אלא רק להצליח יותר מחבריו וכאשר תתגשמנה שאיפה זו – ישמח, שכן עתה יכירו בחשיבותו אשר הוא מדמה לעצמו. המתרגל בכך קשה יהיה לשנות מבט זה שכן תמיד יחסר לו הטובה אשר הוא רוצה להחזיק לעצמו.

אדם שכל מעשיו טובים הם ומתהלל בהם להתכבד, דומה לתבשיל חשוב מאוד בכל אבקת רוכל וראשי בשמים, ועומד אצל האש עד שיהא מקדיח ומסריח, עד שלא שווה לאכול מחמת מרירות שרפת האש; כך האדם המתפאר במעשים, מקדיח ומסריח במהללו מעשיו הטובים.

והמתפאר בחכמתו ובמעשיו שאין בו – אין מידה רעה כמותה ואין דוגמתה. והלוא אמרו חכמים (ירושלמי שביעית י ח): אם מכבדים את האדם מחמת שסוברים שהוא יודע שתי מסכתות, ואינו יודע רק אחת, יאמר להן שאינו יודע אלא אחת. כל שכן וכל שכן שלא יטעה את העולם שיחזיקוהו בחוזקה גדולה שאינו בו.

ודע שאנחנו מחוייבים שיהיו כל מעשינו מיוחדים לשם הבורא יתעלה, בגלוי ובסתר. וכל מעשה עבודת אלוקים יהיה להגיע אל רצונו בלבד, בלתי רצון בני אדם, לקוות שבח על מעשהו ולקבל כבוד. אך יעשה הכל לשם הא-ל המשקיף אל הלב, כמו שאמר הכתוב (ירמיהו יז י): "אני יי חוקר לב, בוחן כליות"; ואומר )דברים כט כח): "הנסתרת ליי אלהינו".

### ערכם של מעשים טובים

המחפש שיכירו אחרים במעשיו הטובים טועה טעות חמורה. לא זו בלבד שאינו מחזק או מאשר את מעשיו הטובים, אלא אף מקלקל ומאבד את ערכם האמיתי. שכן החשיבות שהוא רוצה לייחס אליהם תופסת את מקומה של חשיבותם העצמית.

לעיתים יש ומייחסים לאדם חכמה שאינה שלו. מוטב לו להתנער מייחוס זה ולתקן את הטעות, מאשר ליהנות מחשיבות מדומה שאינה מוצדקת. ואפילו אם יש גרעין של אמת בייחוס, על אחת כמה וכמה כאשר אין לו כל יסוד במציאות.

התורה והמצוות ניתנו לנו מאת ה' כמתנה וכתפקיד. כיצד נוכל, אם כן, לשאוף לקבל הכרה או הערכה מאחרים בגין קיומן. בכך אנו מאבדים את כל תוכנן ותכליתן האמיתית. הרי מצוות אלו ניתנו לנו מאת ה' אשר בוחן לב וכליות, ויודע את טיב כוונתו של האדם ואם רצונו האמיתי לפעול למען שמו יתברך. על כן, רק כאשר יקיים האדם את התורה והמצוות לשם שמיים בלבד וללא מניעים חיצוניים, יוכל להשיג מעלה אמיתית.

לכן אם לא יזהר בחכמה ובזריזות להינצל מן הגאווה, אף על פי שיש בידו תורה ומעשים טובים – הוא יורש גיהנם. כי היצר אורב לו, ומביא טענות וראיות להביא האדם לידי גאווה, ותהיה חכמתו לטרדו מן העולם. לכן אל יתעצל מלנצח היצר הרע יום יום, וזה נקרא "מלחמה גדולה". כמו שמצינו באחד מן החסידים, שפגע באנשים הבאים מן המלחמה ושללו שלל גדול. אמר להם: שבתם מהמלחמה הקטנה, ועדיין אתם עתידים למלחמה הגדולה. אמרו לו: מה היא המלחמה. אמר להן: היצר וחילותיו! כי כל אויב שיש לך, שתנצח אותו פעם אחת או שתים או שלוש – אז יניח אותך. אבל היצר אינו פוסק ממך אף אם יהיה ניצוח מאה פעמים, כמו שאמרו רבותינו (אבות ב ד(: ואל תאמן בעצמך עד יום מותך. כי כל ימיך יארוב לך אולי תעלים עיניך ממנו, ואם ינצחך בקל שבקלות – סוף ינצחך בחמור שבחמורות.

### התמודדות תמידית

לא זו בלבד שהאדם אינו צריך לחפש או לדרוש במודע אחר חשיבותו העצמית, אלא עליו להתרחק ממנה בחריצות ובחכמה. כי ברגע אחד, הזוהר של רגש החשיבות העצמית עלול להפוך את הישגיו המשמעותיים ביותר לסיבת כישלונו.

היצר מלווה את האדם לאורך כל חייו, ואורב לו בכל פינה. אין אדם שיודע מתי וכיצד יידרש להתמודד מול ניסיון זה, ייתכן אף פעמים רבות. ואם יתעצל פעם אחת, הרי שזהו פתח קטן שעלול להובילו בסופו של דבר להפסדם של כל הישגיו.

ובעבור שהגאווה שורש להרבה מידות פחותות, וגם היצר משתתף ומתערב בלב האדם, וכל עניין היצר הוא להכזיב האמת ולאמת השקר, והוא מלמד את האדם להתגאות ומביא לו ראיות, ולכן צריך אתה להתחכם כנגדו.

תחילת תחבולותיו של היצר הוא מקשה לבו ומגביהו, וממתיק לו הגאווה ושאר מידות רעות. ואף כי יודע האדם בוודאי שיש פשע ועוון בגאוותו, אפילו הכי עובר במזיד ומתגאה, כי היצר מבעיר את לבו אחר הכבוד עד שלא יחוש על העבירה.

### התנהלות חכמה

היצר טבוע בליבו של האדם ומסוגל להטעות את מחשבותיו. ומכיוון שרגש החשיבות העצמית עשויה להוביל אדם ללכת אחר מידותיו הפחותות, חובה על כל אחד ללמוד ולהעמיק כיצד פועל היצר בליבו, ובמיוחד בהקשר זה.

ראשית, היצר מחזק את לבו של האדם ומעניק לו תחושה טובה בעת מילוי רצונותיו. בשל כך, האדם עלול לשאוף לממש את רצונותיו גם כאשר הדבר בא על חשבון מחויבויותיו, שכן בליבו הוא חש שהוא פועל לטובתו האישית. ואפילו אם האדם מזהה בשכלו את טעותו, עדיין עשוי הוא לחפוץ להעצים את חשיבותו בשל הכבוד והחשיבות העצמית שהוא מקווה להפיק מכך.

אבל האדם שהוא זך במעשיו, ולא יתגאה ולא יהלל עצמו כשיודע שיש עבירה בדבר, אז יבוא היצר הרע ויערוך עוד מלחמה להפילו ללכדו ברשתו, ויורה היתר ומסביר לו סברות שיש לו מצווה ושכר על מה שמתהלל ומתפאר. וכך יאמר לו היצר: "כבר הגעת למעלת חכמה וחסידות, וראוי לך להתרצות ולהשתדל למצוא חן בעיני העולם ולהחניף להם, לגלות להם חכמתך וצדקתך כדי שיאהבוך". ויביא לך ראיה מדברי רבותינו (אבות ג י(: כל שרוח הבריות נוחה הימנו – רוח המקום נוחה הימנו. וכל זה ראיות שקר, כי אותה הסברא היא ענף מן הגאווה. אבל העניין הזה הוא כמו שאמר הכתוב (משלי טז ז( "ברצות יי דרכי איש, גם אויביו ישלים אתו". וכך פירוש העניין: אם האדם לא יתהלל לפני בני אדם, ולא ישתדל למצוא חן בעיניהם בעשותו מעשיו הטובים, ואף על פי כן אוהבים אותו – זהו ראיה גדולה שהקדוש ברוך הוא אוהב אותו, וזרע לו אהבה בלבות בני אדם, ושם לו שם טוב על לשונם. ואמת היא, שיש כמה בני אדם הנאהבים לבריות והקדוש ברוך הוא שונאם כשאינם מקיימים את המצוות, כי אין הקדוש ברוך הוא אוהב אלא לומדי תורה ומקיימים אותה.

### התקבלות בחברה

"כל שרוח הבריות נוחה הימנו, רוח המקום נוחה הימנו" - ההתקבלות בעיני החברה מעידה על האדם שהוא טוב וישר.

לעיתים אדם, אף שאין במעשיו הטובים פניות אחרות, שואף הוא שאחרים יכירו בהם. לא לשם הגדלת חשיבותו העצמית, אלא מתוך הרצון להשתייך ולהתקבל חברתית.

תפיסה כזו עלולה להיראות לכאורה חיובית, שהרי אין מדובר ברצון להאדרה עצמית, אלא בשאיפה טובה להשתייכות לחברה. אולם תפיסה זו מבוססת על ההנחה שהתקבלותו של האדם בחברה משקפת את ערכו. תפיסה כזו עלולה להוביל למסקנה שגויה, לפיה כל אדם המקובל בחברה נחשב לאדם טוב, גם אם אינו מקיים את חובותיו בעולמו.

חז"ל, באמרם "כל שרוח הבריות נוחה הימנו – רוח המקום נוחה הימנו," ביקשו ללמדנו את ההיפך הגמור: ההתקבלות בחברה הינה תוצאה של מהות פנימית טובה. ולעומת זאת הרצון לקבל אישור חיצוני או לבסס את ערכו של האדם על פי דעות החברה, מהווה ביטוי לחנופה. והשואף לכך עשוי להיסחף אחר רצון זה עד כדי הצגת חזות שאינה משקפת את פנימיותו, מתוך מטרה למצוא חן בעיני אחרים ולהתקבל בחברתם.

אחר כך יסיתך היצר לגלות חסידותך ומעשיך הטובים לפני העם, ומביא ראיה: "אולי יעשו גם הם כמוך." וגם זה נמשך מן הגבהות: אף על פי שמצינו כמה גדולים שנשתבחו (סוכה כח א), לא עשו אלא לפני תלמידיהם וחבריהם כדי שימשכו אחריהם ויחזיקו במעשיהם; וודאי זה מצווה כדי לחבב להם מעשים טובים. ואפילו בפני אלו לא יתגאה בלבו באמרו "זה אני יודע" או "זה אני עושה", אבל לפני העולם באמת אסור לגלות להם.

### לספר ולשתף

מתוך רצון להיטיב עם אחרים, האדם עשוי לבקש לשתף ולספר על התנסויותיו במידות ובמעשים טובים, במטרה לעורר חיבור אל עניינים אלו אצל השומעים. בתלמוד מתואר על כמה גדולים ששיתפו את תלמידיהם וחבריהם במעשיהם הטובים, כדי שיימשכו ויתחברו אל עניינים אלו.

אך שיתוף כזה, נושא ערך אמיתי אך ורק כאשר הכוונה נקייה לחלוטין. אחרת, הרווח שבדבר עשוי להפוך להפסד - כשהאדם מרחיק את עצמו מעצם המהות האמיתית של מה שהוא מבקש להעביר. באופן דומה, ראוי להימנע מלספר ולשתף בפני אלו שאינם מושפעים ישירות מהסיפור, שכן בנסיבות כאלו עלולה לחדור לסיפור הדברים שמץ של התפארות, ולעוות את מטרת השיתוף.

גם אם תלך בענווה ותעמוד להתפלל באריכות ותלמד בקביעות, יפתך היצר להתגאות ויאמר לך: "עתה הרואים אותך בני אדם יחשבוך ויכבדוך בעבור דרכיך הטובים. ויש רווח גדול בזה: מתוך שאתה חשוב בעיניהם – יקבלו מוסרך ותוכחתה." כל זה הבל, כי בעשותך מעשה הטוב לשם הבורא ברוך הוא לבד, דברי תוכחתך יתקבלו בפני העולם גם אם לא תחשוב כך, כי אין קבלת התוכחה תלויה במחשבותיך.

### הסביבה

לעיתים האדם מכיר בחשיבות מעשיו, ובמיוחד כאשר הוא עוסק במעשים הנתפסים מטבעם בעיני אחרים כהנהגות חשובות, כגון ענווה, תפילה באריכות, ולימוד תורה בקביעות. במצבים אלה, כמעט בלתי נמנע שהאדם יהרהר כיצד מעשיו נתפסים בעיני אחרים, ויהרהר, אולי בזכותם יוכל לשמש מקור להשפעה חיובית על סביבתו. אך הרהורים אלו נובעים מהערכת יתר של האדם כלפי מחשבות ליבו, שכן יכולתו של האדם להשפיע לטובה על אחרים איננה תלויה כלל בהרהוריו או בשיקוליו הפנימיים, אלא בעצם מהותם של מעשיו.

ואחרי שתסתלק מכל זה, יסיתך היצר ויאמר לך: "לא יתכן שתהיה עבודתך שלמה עד שתתרחק מהן לגמרי, כגון שתכסה מעשיך הטובים, ולהורות הפוך ממה שהיה כבר בלבך: תתפלל קצר, וכשתרצה ללמוד שום חכמה תתייחד, ולא ידע שום אדם זולת הבורא ברוך הוא. ולא תראה שום מידה טובה, אך להראות העצלות במעשה העבודה, כדי שלא יצא לך שם ותפסיד שכרך. ולא תצווה על הטוב ולא תזהיר מן הרע, ולא תודיע חכמתך לאיש זולתך, ולא תראה סימן ירא שמים ולא אות, כגון תפילין ומזוזה וציצית. אלא תתנהג במנהגם ותלך בדרכיהם, ותהיה מערב עמהם במאכל במשתה, ובחדווה וברוב השחוק." כל זה מענייני היצר ללכוד בני אדם ברשתו, והעושה עניין זה לשם מצווה מפסיד אלף אלפים יותר משכרו, ודומה לבורח מאש קטנה לאש גדולה.

אך הישר הוא: להתפלל בכוונה באריכות, ויצווה על הטוב ויזהיר מהרע, ויעשה כל הטובות בגלוי ובסתר. ואם יכבדוהו על זה וישבחוהו – אין מזיק לו בשבח, אחרי שלא כוון לזה בשעת המעשה. לכן בעת אשר תעשה מעשה הטוב, תבחין בעצמך ממי אתה מקווה הגמול: אשר מהאל – הוא שלם, אבל אם מאחרים – אינו שלם. וגם תבחין אם זה המעשה אשר תעשה לפני העולם, אם היית עושה בייחוד בחדרי חדרים בזה העניין אשר אתה עושה ברבים, ואם יתברר לך זה – אז מעשך שלם.

### שלימות המעשים

מתוך הרצון להגיע לשלמות המעשים, האדם עשוי להימנע מהנהגות טובות בכל מצב שבו עלולה להתערב החיצוניות. אמנם, בהשקפה ראשונה נראה כי הסתרת המעשים הטובים היא דבר חיובי, אך למעשה האדם עלול לאבד בכך את התנהגותו הטובה במקום לחזק אותה. שכן כאשר מעשיו הטובים של האדם אינם נראים כלפי חוץ כלל, ממילא הרי הוא מפחית בהם ואף לא יראה בכך פגם, מתוך מחשבה שכוונתו "לשם שמים". אך בפועל, הוא מרחיק את עצמו ממטרתו האמיתית – לעשות מעשים טובים.

המעשה הישר אינו נמדד על פי השבחים שיזכה להם, ואין בכך להעלות או להפחית מערכו האמיתי. ערכו של המעשה נמדד לפי כוונת העושה: אם הוא נעשה עם תקווה לזכות בהכרה מבני אדם, הרי שהעושה עוד לא הגיע לשלמותו של מעשה זה. אך אם המעשה נעשה בכנות, וללא פניה מלבד רצון ה', אזי המעשה נחשב שלם ואמיתי.

כל מה שסיפרנו נגד יצר הרע אינו כי אם טיפה מהים נגד מה שהוא חייב להיזהר בו, כי בכל דבר ובכל מעשה ובכל מידה – בא היצר לשחת ולקלקל. ופתחנו פתח להודיע עניין היצר למי שלא ידע תחילת דרכיו. והחכם יבין, וימהר לסלקהו מתוכו, "וטהר ידים יוסיף אומץ" (איוב יז ט).

### השפעת היצר

אין דבר בעולם שבו היצר של האדם בצורתו הטבעית פועל בו לטובתו. האדם אשר מעולם לא למד את דרכי פעולת היצר והלך מחשבתו, עלול לפעול כל פעולותיו מתוך ערכים מסולפים ובלא יודעין כלל.

אי אפשר להסתלק מן היצר על ידי התגברות בלבד, אלא ה"חכם" המכיר את דרכי פעולת היצר "יבין, וימהר לסקלו מתוכו". "וטהר ידים יוסיף אומץ" – דווקא אם מעשיו טהורים ללא פניות אחרות, אזי יוכל להוסיף ולהתחזק במעשיו הטובים.

הגאווה במעלת החכמה משובחת שנאמר (ירמיהו ט כג): "כי אם בזאת יתהלל המתהלל השכל וידוע אותי". ויוסיף הודאה לבורא ברוך הוא, וגם דעה והשכל ומידות טובות בתפילה לומר: "מודה אני לפניך, שנתת חלקי מיושבי בית המדרש, ולא מיושבי קרנות." וכמו: "אשרינו מה טוב חלקנו ומה נעים גורלנו." ועל זה נאמר (דברי הימים ב יז ו): "ויגבה לבו בדרכי יי", כי יהיה אדם יקר רוח וגבה לב בענייני העולם הבא, שלא יספיק לו במה שיזדמן לו, ולא יאמר די במה שימצא ידו מהם; אלא ימעט בעיניו כל מעשהו, ותגבה נפשו למעלה תמיד, ויתרעם בנפשו כמו שמקצר מעבודת הבורא ברוך הוא. וזאת הגאווה אינה מזקת לענווה אך מסייעתו, וגורמת לו לשמוח במעלות הטובות, ולשמוח בכבוד חבריו ולחוס על כבודם.

### הוקרת הטוב

"ויגבה לבו בדרכי יי" - למרות שהשפלות וההסתפקות במועט מידה טובה היא, בנוגע לעבודת ה' ההיפך הוא הנכון, על האדם להיות גבה לב ולא להסתפק במה שיש לו.

החשיבות שהאדם מייחס אל עסקו בחכמה ובעבודת ה', טובה ומשובחת היא. שכן איננו מחשיב את עצמו בזה, אלא את העבודה שהוא עסוק בה. ומתוך כך מוקיר ומעריך את עבודתו ומודה לה' עליה, ויוקיר ויעריך אף אחרים העוסקים בה. והמתהלל ואומר "אשרינו מה טוב חלקנו" אין בכך שום התנשאות, אלא אדרבה מידות טובות הם, להלל ולשבח את ה' על גורלו הטוב.

והגאווה נגד הרשעים היא משובחת מאוד, להוכיחם ולהכלים אותם, ולא ייכנע להם. ויצווה על הטוב ויזהיר מהרע כפי יכולתו, אף על פי שזה דומה בעיני העולם כמשתרר וכמתגאה, אחרי שלבו לשם שמים – הרי זה משובח. ולא ייכנע לרשעים, כמו מרדכי שלא נכנע להמן (אסתר ג). ובכל מקום שיש מצוה עליו לעשות, ולא ייכנע כלל לרשעים לעזוב הטוב מפני השפלתו לפניהם. וזה צריך חכמה: מתי ישתרר נגדם בדבר מצוה, כי פעמים אינו שווה שיעמוד נגדם, שאם יעז פניו נגדם בעבור מצוה אחת – יפסיד אותם מאה מצוות. לכך צריך החכם להתבונן לפי השעה והעניין, ולפי זה יסדר מעשיו; כי יש דבר שצריך לעזוב בשבילם, ויש דבר שלא יניח בשבילם בשום עניין. וצריך בגופו ובמאודו לעמוד נגדם, ולא ייכנע להם. וכל זה בדבר מצווה, אבל בעניין משא ומתן – ייכנע לפניהם ויעשה עמהם לפנים משורת הדין בכל דבר, וזהו מצווה גדולה.

### התוכחה

להוכיח אחרים נתפס לעיתים כהשתררות וכמעשה שעשוי להביך את האדם המוכח, אך אין להימנע משום כך מהוכחת הזולת כאשר יש בכך תועלת אמיתית. אמנם האדם המוכיח עלול להתמודד עם קשיים ואף יידרש לפעמים לאומץ מיוחד כדי לומר את דבריו, אך עליו לזכור שאין בכך סיבה מספקת כדי להזניח את הטוב ולהניח לזולת להמשיך ברעתו.

תכליתה של התוכחה אינה מסתכמת בעצם האמירה, אלא במידת השפעתה על המקבל. יש להבחין בין קנאות לבין תוכחה. הקנאות נועדה להעמדת האמת על מכונה והיא פועלת לפי כללים מיוחדים משלה. לעומת זאת, מטרתה של התוכחה היא להיטיב עם האדם המקבל, ולפיכך יש להפעיל שיקול דעת: אם התוכחה תגרום למקבל התוכחה שירשיע במקומות אחרים, אזי טוב יותר להימנע ממנה.

בענייני משא ומתן, התועלת שבשתיקה לעיתים עולה על התוכחה ועל עמידה על עקרונות היושר. לעיתים רבות עדיף לפעול לפנים משורת הדין, ויש בזה מצווה גדולה.

ומי שיש בו מידת הגאווה – צריך להשתדל ולשוב ממנה. כי היא מגונה מאוד, וההיזק שלה רב ומצוי תמיד, והתועלת שיש בה מעט. לפיכך צריך להתרחק ממנה מאוד, כי הגאווה מביאה את האדם לשבר ושפלות, כמו שנאמר (משלי טז יח): "לפני שבר גאון"; ונאמר (שם כט כג): "גאוות אדם תשפילנו". וכבר ידעת מה ארע לפרעה באמרו (שמות ה ב) "מי יי..", ולגלית הפלשתי שאמר (שמואל א יז י) "אני חרפתי את מערכות ישראל", ולסנחריב שאמר (ישעיהו לו כ) "מי בכל אלהי הארצות אשר הצילו את ארצם מידי, כי יציל יי את ירושלים מידי", ונבוכדנצר באמרו (דניאל ג טו) "ומן הוא אֶלֹהַ די ישיזבינכון מן ידי", והדומה להן אשר אמרו כדבריהם – ואחריתם היה בוז וקלון. ומי שהוא במידה זו – אינו ניצול מחטא ועוון, כמו שאמר החכם (משלי כא כד): "זד יהיר לץ שמו, עושה בעברת זדון".

### הנזק שבחשיבות העצמית

החשיבות העצמית נותנת לאדם השקפה מעוותת על ערכו, ומתוך כך ירגיש בנפשו יכולות מוגזמות אשר בסופו של דבר יובילו אותו אל כשלון[[2]](#footnote-2). ההיסטוריה מלאה באנשים שהחשיבו את עצמם יתר על המידה, ובתחילה אף הצליחו בשל כך, אך אחריתם היה בוז וקלון. לכן מי שטובתו האישית חשובה לו ישתדל[[3]](#footnote-3) למען נפשו להתרחק מהחשיבות העצמית לבל יינזק מחמת כן.

מלבד זאת, היהירות גורמת לאדם שלא ישקול את מעשיו אם ראויים הם, אלא יתהלך לפי רצונו ודעתו ועל ידי זה אף יעבור עבירות בזדון אם כך יחליט.

וכיון שהגיע דברינו עד הנה לדבר על הגאווה, שמע דברי חכמים. חכם אחד אמר: מי הוא אשר לא תיפרד ממנו הדאגה. זה המבקש לעלות מעלה שהיא למעלה ממנה. ואמרו: מי שמחזיק עצמו בחזקת דעתן – מחזיקין אותו בני אדם לשוטה. ואמרו: סמוך לגאווה – מעללים רעים. ומי שיש בו מעללים רעים, תהיה עליו שנאת הבריות, והנפשות נוטות מעליו. ואמר חכם אחד: כאשר נעימות הצורה אור הגוף, כך נעימות המידות אור הנפש. ואמר עוד: אין החשיבות בנפש שיהיה המלך מתגאה, כל שכן בני אדם אחרים זה אל זה. ואמר: שהיה מלך אחד יושב על כסא מלכותו, ולפניו היו כסאות זו למעלה מזו. ואמר להם המלך: איך ישבתם זה למעלה מזה בלא רשותי. והשיב העליון: גודל ייחוס משפחתי הושיבני ממעל לרעי. ואמר השני: עליתי על אשר תחתי מפני רוב חכמתי. וענה השלישי: שפלות נפשי ודכאות לבי הושיבני תחתיהם. והעלהו המלך וגידלו. ועל זה נאמר (משלי כה ז): " כִּי טוֹב אֲמָר-לְךָ עֲֽלֵה הֵנָּה מֵֽהַשְׁפִּילְךָ לִפְנֵי נָדִיב".

### מאמרי חכמה בעניין הגאווה

"מי הוא אשר לא תיפרד ממנו הדאגה. זה המבקש לעלות מעלה שהיא למעלה ממנה[[4]](#footnote-4)" – האדם המבקש להיפטר מהדאגות ומתרברב בביטחון מופרז, הוא זה אשר לא תיפרד ממנו הדאגה, שכן תמיד יצטרך לדאוג לשמר את מעמדו ובטחונו אשר הוא מדמה לעצמו.

"מי שמחזיק עצמו בחזקת דעתן – מחזיקין אותו בני אדם לשוטה" – אדם שהוא 'בעל דעה' ומחשיב את דעתו, לא יחשיבוהו בני אדם אלא דומה הוא בעיניהם כשוטה חסר דעה המביע את דעתו בכל מקום.

"סמוך לגאווה, מעללים רעים. ומי שיש בו מעללים רעים, תהיה עליו שנאת הבריות, והנפשות נוטות מעליו" – החשיבות שהאדם מרגיש בליבו לכאורה איננה גורמת רע לאחרים, אך בקרבת הגאווה כבר יבוא האדם לידי רוע מעשים. והמתגאה בליבו גורם לעצמו שישנאוהו אחרים בגין רוע המעשים שמרגיל לעצמו בגין כך.

"כאשר נעימות הצורה אור הגוף, כך נעימות המידות אור הנפש" – כפי שהצורה החיצונית של האדם מקרינה את יופיו של הגוף, כך גם המידות הטובות מקרינות את יופייה של נפש האדם.

"אין החשיבות בנפש שיהיה המלך מתגאה, כל שכן בני אדם אחרים זה אל זה" – גם למלך, שיש לו מעמד עליון, אין לו סיבה להחשיב את נפשו יותר מאחרים, וכל שכן שאין לאנשים רגילים להחשיב את נפשם יותר מעמיתיהם.

"כִּי טוֹב אֲמָר-לְךָ עֲֽלֵה הֵנָּה מֵֽהַשְׁפִּילְךָ לִפְנֵי נָדִיב" - יותר טוב לך לשבת במקום השפלים והאומר יאמר לך עלה הנה לשבת במקום הגדולים, משתגביה לשבת וְיֵאָמֵר לך, הִשָפֵל וָרֵד לפני הנדיב ואל תשב במקומו (מצודת דוד משלי פרק כה פסוק ז).

בעת שרואה אדם שמידת הגאווה מתגברת עליו, צריך לחשב דברים המבהילים את לבו: שבא מטפה סרוחה, וישוב לעפר ורימה, ויתן דין וחשבון לפני מלך מלכי המלכים הקדוש ברוך הוא. ויחשוב: כמה גאים שנתגאו ועברו מן העולם, נשתכחו והיו כלא היו מעולם. ומה הועילה להם גאוותם.

### ביטחון עצמי

כאשר מתעורר בלבו של האדם רגש של חשיבות עצמית, ניתן לערערו באמצעות מחשבות המפחיתות את תחושת הביטחון העצמי. "שבא מטיפה סרוחה, וישוב לעפר ורימה, וייתן דין וחשבון לפני מלך מלכי המלכים, הקדוש ברוך הוא".

מחשבות מעין אלו רחוקות מחיי היום-יום של רוב האנשים. הם נוטים לראות בהן רעיונות חשובים אך לא מציאות עכשווית. נשאלת השאלה: מדוע אם כן מציע המחבר דוגמאות אלו כאמצעי מעשי לערעור תחושת הביטחון העצמי. וכיצד יוכל אדם להזכיר לעצמו שמקורו בטיפה סרוחה – הרי גם אם ירצה בכך, לא יוכל לדמיין זאת בנפשו.

תחושת הביטחון העצמי הטבעי שמלווה את האדם מושתתת ביסודה על תפיסתו שמציאותו מצד עצמה היא עיקר האדם. אולם, אם האדם יתבונן היטב, יוכל להבחין בשפלות גופו, ויגלה שאין לאדם משמעות אמיתית בחייו אלא דרך מעשיו הטובים.

גישה זו עומדת בניגוד מוחלט לרגש החשיבות העצמית - שמעמיד את האדם עצמו במרכז ומזניח את מעשיו. לעומת זאת, תפיסה זו מדגישה את הערך המהותי של המעשים הטובים ומעמידם כמרכז קיומו.

אך אין בכח רעיונות אלו בלבד להשפיע על הנפש, כאשר האדם רוצה להשפיע על נפשו דרוש הוא לצייר ציורים מוחשיים לעצמו. וכגון, אם יצייר כיצד גופו נמצא בתוך הקבר והעפר מכסהו והתולעים אוכלים ומכרסמים בו, אף אם הציור איננו משקף את המציאות האמיתית שבקבר – אם הציור מבטא אצלו רעיון זה, אזי יש בכחו להשפיע על נפשו באופן הרצוי.

גדר להתרחק מן הגאווה ומשאר מידות רעות: הרוצה לעקור הגאות מלבו מכל וכל, לא יוכל לעשות זה במחשבה לבד. אלא בתחילה צריך להתרחק מן הגבהות עד קצה האחרון. כיצד. אדם שהיה רגיל ללבוש בגדים חשובים ומתוקנים כמלבושי גסי הרוח, ורוצה לשוב מזה, אם ילבש בגדים טובים ויתקן אותם במידה בינונית – בזה לא יעקור מלבו הגאות. או אם היה מנהגו להתכבד ולהשתדל בדבריו או בשאר מעשיו – אין תקנה לתקן עד שינהיג עצמו בביזיון הרבה, וישב למטה מן הכל, וילבש בלויי הסחבות המבזים את לובשיהם, וכיוצא בדברים אלו, עד שיעקור גובה הלב ממנו. וכן מי שהוא בעל חמה וכעס הרבה, תחילה ינהג עצמו שאם היכו אותו או קיללו אותו – לא ירגיש כלל, וילך בדרך זו זמן רב עד שיעקור שורש הגאווה ממנו; ואז יחזור וילך בדרך האמצעי, וילך בה כל ימיו. ועל דרך זה יעשה בכל המידות הרעות: מתחילה יתרחק ממנה עד שלא יוכל להתרחק יותר, וינהג בזה זמן רב, ואז יחזור ויתפוס הדרך הבינוני. ועניין זה הוא רפואה שלימה לכל מידות רעות. ומי שדעתו נמשכת לעבוד הבורא ברוך הוא בכל חלק וחלק בחלק המובחר שבה – ישים זה הדרך לפניו ולפני חברו. ועל זה נאמר (תהלים נ כג): "ושם דרך, אראנו בישע אלהים".

### כיצד לחולל שינוי במידות

לא ניתן להתגבר על רגש החשיבות העצמית באמצעות התבוננות בלבד; יש לנקוט בפעולות מעשיות כדי להתרחק ממידה זו. יתרה מכך, אם האדם יסתפק רק בהימנעות, לא יצליח לתקן בכך כלום. רק באמצעות התנהגות הפוכה במהותה לרגש החשיבות העצמית, ניתן לעקור מידה זו מלבו. ולאחר זמן לכשיתחולל השינוי בקרבו, ישוב ויתנהג במידה בינונית.

וזו הדרך לתיקון כל מידה רעה, בתחילה ינהג זמן רב בהתנהגות מנוגדת למידה הרעה שבקרבו ולאחר מכן ישוב להתנהג במידה בינונית.

המחבר נוקט לדוגמא: "וילבש בלויי סחבות המבזים את לובשיהם". אין הכוונה שינהג כאחד המשוגעים, אלא שינהג בצורה הפוכה למה שהוא רוצה לתקן. ומסיבה זו מי שהורגל בבגדים חשובים אם רק יתנהג בשפלות ויבזה את עצמו לריק לא יתקן כלום בזה, אלא צריך הוא להתנהג בשפלות במלבושו, וללבוש בגדים **שהוא** מתבזה בהם כדי לעקור את הרגל האדרת הלבוש שהתרגל בו.

🙢 🙠 🙡 🙣

1. "עושר שמור לבעליו לרעתו - כעשרו של קרח שעל ידי כן נתגאה וירד לשאול" (רש"י קהלת פרק ה פסוק יב). "ואמר רבי לוי: משוי שלש מאות פרדות לבנות היו מפתחות של בית גנזיו של קרח, וכולהו אקלידי וקילפי דגילדא (כל אותם מפתחות ומנעולים היו עשויים מעור שהוא קל ממתכת ואעפ"כ היה צריך שלוש מאות פרדות לשאתם). אמר רבי חמא ברבי חנינא: שלש מטמוניות הטמין יוסף במצרים, אחת נתגלתה לקרח" (תלמוד בבלי מסכת סנהדרין דף קי עמוד א). [↑](#footnote-ref-1)
2. המתגאה מראה שאינו מבין ערכו וכו', וזה עצמו תשפילנו. וגם יהיה זה דרך גמול ועונש כמ"ש לפני שבר גאון וכו' (מלבי"ם משלי פרק כט פסוק כג). [↑](#footnote-ref-2)
3. וענין השתדל - האבק עם נפשך ומושכה לקניית המעלות (רמב"ם אבות פרק ב משנה ה). [↑](#footnote-ref-3)
4. בספר תיקון מידות הנפש לר' שלמה אבן גבירול (חלק א שער א) ישנו נוסח אחר: "מי הוא אשר לא תפרד ממנו הדאגה המבקש לעלות אל מעלות מי שהוא גדול ממנו", כלומר המשתרר ומבקש להתדמות לפלוני שהוא גדול ממנו, לא תפרד ממנו הדאגה שכן תמיד ישווה את מעשיו אל אלו של פלוני. [↑](#footnote-ref-4)