

1. אבות ד, ד'

רבי לויטס איש יבנה אומר, מאד מאד הוי שפל רוח, שתקות אנוש רימה.

2. מידות הראיה-ענוה

ד. הענוה היא מחוברת עם השלמות הרוחנית, שכל מה שהאדם משיג יותר את העולם ואת החיים, את שכלולם הרוחני והחמרי, את הצרכים הרבים של הכלל ושל הפרט, אז הוא משיג את קוצר ידו, את עורון השגתו. את מעוט כח רצונו להיטיב, והוא נשפל ברוחו, והוא תמיד הולך ומתעלה על-ידי חפצו ד) הגדול להתקרב ביותר אל הטוב המוחלט ה).

יא. הענוה והשפלות האמתית מוסיפה בריאות וכח, והדמיונית מחליאה ומעציבה. על-כן יבחר לו האדם מדת הענוה והשפלות בצורתה הבהירה למען יחזק ויאמץ וקוי ד' יחליפו כח.

3. להתמודד עם הגאווה**3א. עזרה משמים - תפילה**

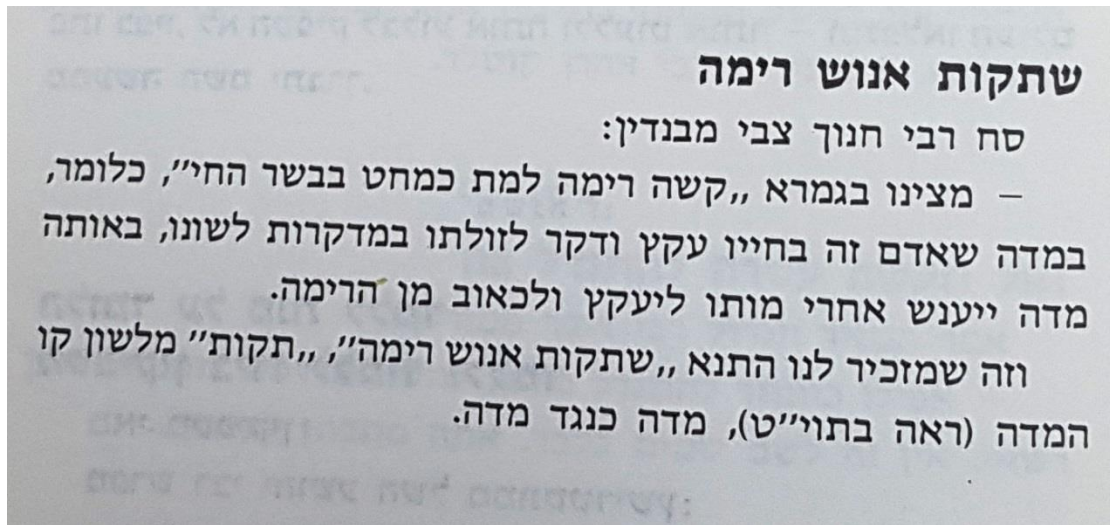
מאד מאד הוי שפל רוח ✓

אומרו בכפל-אזהרה „מאד מאד“, מדייק רבי יצחק אייזיק מקומרנא, מפני חומרת ענין הגאווה שהיא ממש עבודה-זרה ואין עילה להימלט האדם ממנה עד סוף ימיו – אם לא שהקב"ה בעזרו. אפילו גדולי עולם כל זמן שהנשמה בקרבם נאלצו להתגונן מפני יצר הגאווה. האריז"ל, מוסיף ומספר הצדיק מקומרנא, כשיצאה נשמתו רחשו שפתותיו בלשון האיספאניולית „שמרני מידי גאווה“. כמוהו כן רבינו הבעש"ט הקדוש, ברגעים האחרונים של יציאת נשמה, שמעוהו מלחש את המלים „אל תבואני רגל גאווה“.

וכבר היה מעשה, בהושענא רבה שנת תק"כ, שרמו הבעש"ט לתלמידיו כי קרב יומו ויצטרכו לעשות להם רב במקומו. שאלו אותו: איככה נדע אצל מי לדרוש אלקים? אצל צדיק פלוני או פלוני? אמר להם: שאלו ממנו עצה להיפטר מן הגאווה – אם יאמר לכם איזו עצה מעשית אין בו ממש; אבל אם יאמר שרק השי"ת יכול לעזור – אליו תדבקון.

וחסידים מספרים. אחרי הסתלקות הבעש"ט, נכנסו קצת מתלמידיו אצל המגיד הגדול, רבי דובר ממזריץ', ושאלו מפיו: מה יעשה אדם ויעקור מתוכו את הגאווה? מיד השיבם: „הגאווה היא מלבוש אלקי, „ה' מלך גיאות לבש“, אין מציאות להעביר אותה מן העולם, אין עצה להיפטר ממנה אחת ולתמיד, אלא חייב אדם להישמר מפני הגאווה עד נשימת-אפיו האחרונה“. מיד ידעו כי רוח אלקים נוססה בו והמליכו אותו עליהם.

3ב. מה ענין לקנות ענווה מהמחשבה על הרימה שאוכלת את הבשר בקבר?



3ג. איגרת הרמב"ן

וכאשר תנצל מן הכעס, תעלה על לבך מדת הענוה, שהיא מדה טובה מכל מדות טובות, שנקאמר (משלי כב ד): "עקב ענוה, יראת ה'". ובעבור הענוה, תעלה על לבך מדת היראה, כי תתן אל לבך תמיד: מאין באת, ולאן אתה הולך; ושאתה רמה ותולעה בחייה, ואף כי במותך; ולפני מי אתה עתיד לתן דין וחסבון, לפני מלך הכבוד, ... וכאשר תתנהג במדת הענוה להתבושש מכל אדם, ולהתפחד ממנו ומן החטא – אז תשרה עליך רוח השכינה, וזיו כבודה, וחי' עולם הבא. ועתה בני דע ויראה, כי המתגאה בלבו על הבריות – מורד הוא במלכות שמים, כי מתפאר הוא בלבוש מלכות שמים, שנקאמר (תהלים צג א): "ה' מלך גאות לבש", וגו'. ובמה יתגאה לב האדם? אם בעושר – "ה' מוריש ומעשיר" (שמ"א ב ז). ואם בכבוד – הלא לאלהים הוא, שנקאמר (דה"א כט יב): "והעושר והכבוד מלפניך", ואיך מתפאר בכבוד קונו? ואם מתפאר בחכמה: "מסיר שפה לנאמנים, וטעם זקנים יקח" (איוב יב כ). נמצא: הכל שוה לפני המקום, כי באפו משפיל גאים, וברצונו מגביה שפלים. לכן השפל עצמך, וינשאך המקום. על כן אפרש לך איך תתנהג במדת הענוה, ללקת בה תמיד: כל דבריך יהיו בנחת, וראשך כפוף; ועינך יביטו למטה לארץ, ולבך למעלה; ואל תביט בפני אדם בדברך עמו. וכל אדם יהיה גדול ממך בעיניך: אם חכם או עשיר הוא – עליך לכבדו. ואם רש הוא, ואתה עשיר או חכם ממנו – חשב בלבך כי אתה חייב ממנו, והוא זכאי ממך, שאם הוא חוטא – הוא שוגג, ואתה מזיד. בכל דבריך ומעשיך ומחשבותיך, ובכל עת – חשוב בלבך פאלו אתה עומד לפני הקדוש ברוך הוא ושכינתו עליך, כי כבודו מלא העולם. ודבריך יהיו באימה ויראה, כעבד לפני רבו. ותתביש מכל אדם. ואם יקראך איש – אל תענהו בקול רם, רק בנחת כעומד לפני רבו.