

1. תחושה של עגמת נפש – הנשמה צועקת מבפנים, אני לא באה לידי ביטוי

ד. יש שהלב דוחק תמיד מפני עגמת-נפש, בלא טעם וסבה, וזה בא ממקור התשובה, שהאור העליון של זיו השכינה מתגלה בעומק הנפש בצורה מכווצת מאד. וצריך להזיל על נקודה גרעינית זו פלגים גדולים ממעין הדעה העליונה, ואז תצא לאור עולם בהרבה נגהות, גדולות ומפוארות, ותקיף את כל רז החיים, ועץ החיים יגלה בהדרת פארותיו על הנשמה. והתעלה והתקדש אז האדם, ויהפך אבלו לששון, וינחם וישמח מיגונו, "ומאופל ומחשך עיני עורים תראינה".

2. לא להרפות מהרצון לשפר – גם שמקבל תשעות חן חן. והטיפול הנכון

בגאווה

ה. חשיבות הקדושה של האדם בעיני הבריות אינה צריכה להחליש את הדעת מפני התביעות שיש לו על עצמו, שהן הנה יסודות התשובה, המביאה לכל ההתעלות, המושיעה את היחיד ואת העולם כולו. אמנם צריכה היא החשיבות הזאת לעורר את תכונת הענוה בכל מלואה, שההתעמקות בשרשה מביאה היא את העטרה של החכמה כולה. ולשמירת הענוה, לחדורה בכל מחבואי הנשמה, תכונת הגבורה דרושה היא. וההדר החיצוני הבא מתוך החברה הרי הוא מחזק את היסוד של הגבורה, שיוכל לצאת בבהירות צחצחיותו אחרי שמזדקק מתוך הזוהמא של הגאווה.

ענוה וגאווה

3. **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 הגדול להתקרב ביותר אל הטוב המוחלט. (מידות הראיה ענוה ד)

4. הכרח הוא לאוהב השלמות האמתי לנער מלבו כל אבק הגאווה, שהיא מסלקת את כל הוד הרוח, וכשתסולק הגאווה, מפני ההכרה הפנימית שעם זוהמתה אי-אפשר לבא אל השלמות האמתי, שהיא המגמה האנושית, תסולק בסילוק טהור ותשאיר אחריה רושם של שמחה המחובר עם שפלות הרוח באמת. (מידות הראיה גאווה א)

כל זמן שהגאווה היא בלב אי-אפשר לשוב בתשובה ואי-אפשר להשכיל כל שכל טהור. (מידות הראיה גאווה ד)