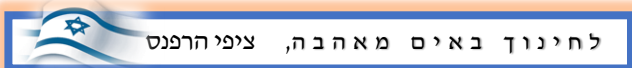


אורחות צדיקים הוא אחד מספרי המוסר החשובים ביהדות, זהות מחברו אינה ידועה. לפי השערות שונות הספר חובר בסביבות שנת ה'ר' (1440).

הספר מעמיד במרכזו את העבודה על תיקון המידות- על תכונות האדם והנהגותיו, כבסיס לחיים.

חלק	ציטוט	לימוד יומי
1	הקדמה שלמה חכם גדול היה מכל האדם ואחר שראה כל המעשים ונסה כל הדברים והודיע חכמתו סתם כל דבריו ואמר: סוף של כל דבר הוא יראת השם	נמתחילים בלימוד היומי מתוך *אורחות חיים* מתחיל בציטוט הפסוק האחרון קהלת... התחלה של הסוף, סוף ההתחלה- יראת ה'. יראה זו גורמת לכל הרצונות והמחשבות להיות ממוקדים ובהירים ולכן כל הפעולות, המילים והמעשים הנובעים מכך מובנים גם לאחרים. ככל שאדם לומד יותר, יראתו גוברת ומניעה אותו ללמדה נוספת. מחבר *אורחות חיים* מציע לכל אדם לחיות חיים של יראה- של עשיה וחיפוש משמעות בחייו בתוך עולמו הפנימי, מתוך למידת כוחותיו ויציאת תעודף פנימי
2	ומפני שאנו רואים האדם מבחר בראי הבורא בעולם... שיש בו הנשמה המתבוננת סוד העליונים ותחתונים, ו... וכל מה שנברא בעולם הזה הכל לצרכו, ועבור זה ניתנה לאדם תורת אמת להורותו דרך הישרה, כי האדם הוא חביב מאוד לפני השם,	עבור האדם נברא העולם. נשמתו מתבוננת תמיד על הנעשה סביבו, בנבראים אחרים, בכוחות הפועלים ובאירועים המתרחשים. האדם חביב אצל בוראו יותר משאר הברואים, ובעל יכולות נעלות יותר ואתגרים מורכבים יותר... הוא נדרש להשתמש בתבונה בכישוריו וללכת בדרך הישר, דרך שלא תזיק לשאר הברואים. האדם הינו היחיד היכול לשלוט על היצורים הקיימים, לפעול ולהפעיל אותם לצרכיו, מתוך כוח זה עלול לסטות מהדרך הישרה ולנצל את עליונותו לרעה... לכן עליו ללמוד לשלוט ברצונותיו ובכוחותיו.
3	חמשה כוחות יש באדם: האחד הוא כוח השמיעה, השני הוא כוח הראות, השלישי הוא כוח הריח, הרביעי הוא כוח הטעם, החמישי הוא כוח המישוש	האדם נברא עם חוזה רבות בגוף ובנפש. כוחות אלו נמצאים בעולם החי והצומח באופן חלקי ומטרתם לשמר ולהשביח את החיים. האדם יכול לנווט כוחות אלו המכונים-חושים, למען עשיית טוב ולא רק לצורך הישרדות... באפשרותו לשכלל ולטייב אותם במהלך כל חייו. אם כוח אחד נפגע או חסר כוח אחר גדל ומתעצם. חושים אלו משפיעים באופן ישיר על אופי האדם. עליו ללמוד כל חוש ולהכיר את הדרך בה הוא בא לידי ביטוי ביום יום- במחשבה, במעשה, ברגש וברצון.
4	וכיון שהזכרנו יתרון מעלות האדם, ראוי לנו לבאר חשיבותו וגנותו, טובו ורעתו, עד שיהיה לפני המשכיל דרך הישר... כי יבחר נפשו בכל כוחו במידות הטובות, כיון שיש לו ברירה יזרוק הפסלת ויקח הסולת	בשביל האדם נברא העול. יש בו כוחות רבים- בגוף, בנפש ובמחשבה, בהם יוכל לעשות שימוש. חמשת חושי מפותחים יותר משאר הברואים ובאפשרותו לפעול להטבת העולם. כיוון שלאדם יתרונות רבים, עליו ללמוד מהם מגרעותיו לבחון מהי הדרך הישרה ולהתרחק מהרעה עליו לברור ולבחור בטוב. לאדם יש ברירה ואפשרות בחירה. הוא נדרש ללמוד ולהעמיק את היכרותו עם כוחות נפשו- מידותיו, לתקן את הדרוש תיקון ולשפר את עצמו לאורך כל חייו.
5	וכל הדעות - יש מהן שהיו לאדם מתחילת בריתו לפי טבע גופו, ויש מהן דעות שטבעו של אדם זה מכוון ועתידי לקבל אותם מהרה יותר משאר דעות, ויש שאינם לאדם בתחילת בריתו, אלא למד אותם מאחרים או שפונה לבו מעצמו לפי מחשבה שעלתה בלבו.	לאדם יש דעת- יכולת לחשוב ולהסיק מסקנות. דעת זו מבוססת על תכונות ויכולות המאפשרות פיתוח השקפה וגיבוש עמדה. הדעת מורכבת מ4 חלקים מרכזים: 1. דעת איתה נברא והיא מביאה לידי ביטוי את יכולתו *הפיזית* 2. דעת אותה יפתח באמצעות *התכונות והאופי* איתם נולד 3. דעת שרכש באמצעות *למידה מאחרים* 4. דעת שגיבש בעצמו בעזרת *ניסיון והתנסויות, הסקת מסקנות והפקת לקחים*. כל אדם הוא בר דעת ונדרש להתפתח בעזרתה במהלך חייו.
6	יש מידה שצריך להשתמש בה ברוב המקומות, ויש מידה שצריך להשתמש בה מעט.	לכל אדם מידות- תכונות, השונות מחברו. תכונות אלו יוצרות את *אופיו הייחודי* ובאפשרותו להשתמש בהם *כרצונו*. כל מידה יכולה לבוא לידי ביטוי באופן חיובי או שלילי.

		<p>כל מידה יכולה לפעול בעצימות גבוהה או נמוכה. לפעמים האדם יפעיל במידה אחת ויניח למידה אחרת. במצבים מסוימים ייעזר במידות הפוכות. האדם *חייב להכיר* את מידותיו, לדעת כיצד לאזן אותם ומתי להשתמש בהם עליו להבין את מידותיו ולהפעילם בשיקול דעת.</p>
7	<p>יש כמה בני-אדם אשר תאוותם לתפוש דרך הטוב ואינם יודעים מה טוב להם וחושבים בכל יום להשיג מעלה העליונה ואינם משיגים כל ימיהם</p>	<p>האדם *שואף לטוב* - להרגיש טוב, לעשות טוב, להיות טוב, אבל לא תמיד מצליח למצוא את הטוב הזה... אנשים מסתובבים בעולם ומנסים לתפוס 'ראש טוב' - מחפשים, לומדים, מתייעצים, מנסים לעשות מעשים טובים *אבל הטוב של האחרים, אינו טוב עבורם*... כל אדם שואף לטוב. כדי להגיע לטוב, להיות בטוב ולעשות טוב- עליו להכיר את עצמו ולדייק את הטוב *הנכון עבורו*.</p>
8	<p>יראת השם היא קשר המחזקת כל המידות ודומה לחוט שהכניסוהו לתוך חורי המרגליות וקשרו קשרים בתחתיתו להחזיק כל המרגליות אין ספק, כי בהינתק הקשר יפלו כל המרגליות כך היראה היא המחזקת כל המידות</p>	<p>כל מעשיו, מחשבותיו, דעותיו, תכונותיו של האדם *קשורים* אחד בשני. *מניעים ומשפיעים* במעגל אינסופי את בחירותיו- הפשוטות והמורכבות, היומיומיות והחד פעמיות. כדי שכל פעולותיו יובילו *לתגובה חיובית*, כדי שמידותיו ישפיעו לטובה עליו לחבר את הכל בחוט מקשר אחד- חוט היראה היוצר מחשבה לפני פעולה, דיוק לפני עשיה. יראה מחזקת, יראה מחברת, יראה פנימית...</p>
9	<p>ודע, כי כל מידות האדם אשר תראה בו בימי הבחורות והזקנות, הם היו בימי הילדות והשחרות, אך בזמן ההוא לא היה בו כוח להראותם ולהביאם לידי המעשה</p>	<p>*הכל נמצא* אצל האדם, מרגע בריאתו. מידותיו טמונות בו, אבל הוא צריך כוח- מיומנויות כדי להביאם לידי ביטוי... הרעיונות, המחשבות, הכישרונות אותם האדם מפעיל ומיישם במהלך חייו היו שם כל הזמן... ככל שהוא גדל כך הכלים שלו משתכללים ונראים. לדוגמא יכולת ביטוי בעל פה- באמצעות דיבור. יכולת זו קיימת בו מלידה עד פטירה, אוצר המילים גדל, מיומנות הבעת הדעה משתכללת, דעתו מתגבשת וכך רצונותיו ומחשבותיו יכולים להתבטא באופן עמוק ומשמעותי יותר. אינו דומה שיח של בני שנתיים, לשיח של בני עשרים ושתים או בני שבעים ושתים....</p>
10	<p>ואתה בני, קח המשל הזה נמשל על רוב מידות שבך, גדולות וקטנות, ותשקול כל מידה ומידה בפלס חכמתך</p>	<p>אתה צריך איזון, מינון, כדי להיות בכיוון... *יש בך מידות* - גדולות וקטנות, גלויות ונסתרות, קיימות ומתהוות היה אדם חכם, שקול היטב כל מידה. שמחה יכולה להיות שלילית כשהיא מוגזמת ואינה במקומה. כעס יכול להיות חיובי כשמביעים אותו במידה ובאופן הנכון. כך גם ענווה, בושה, גבורה, גאווה, התמדה, וותרנות, זהירות, חסד, סבלנות, עזות וכו' *ברר כל מידה ומידה*, שקול לפני פעולה, נהג לפי חוכמתך למד מטעויות, דייק את עצמך... עד שתדע מה הערך- "כמה לשים" מכל מידה וכיצד ליצור תמהיל נכון- לך, למקום, לזמן ולמצב...</p>
11	<p>שער הראשון - הגאווה</p> <p>נדבר על מידת הגאווה ומה טוב שנזדמן תחילה לכל השערים, מפני חיוב האדם להבדל ממנה, כי היא פתח לרעות רבות, ולא ראינו כזאת לרעה בכל המידות</p>	<p>מידות רבות באדם, בכלם צריך איזון מלבד מידה אחת- *מידת הגאווה*... ממנה צריך *להתרחק-מאוד*! זו המידה הראשונה בכל המידות אליה מתייחס מחבר אורחות צדיקים (לפני 580 שנה) ומזהיר את קוראיו שהיא יכולה לגרום לדברים רעים... היא משבשת כל דבר טוב ופוגעת בכל המידות ולכן האדם חייב להתרחק ממנה, ככל יכולתו.</p>
12	<p>הגאווה מתחלקת לשני חלקים: האחד - גאוות האדם בגופו, והחלק השני - גאוות האדם במעלות החוכמה ובמעשיו.</p>	<p>הגאווה הינה *חלק ממידות* האדם ועליו לצמצמה ככל הניתן. היא מתחלקת ל2 חלקים מרכזים- גאווה האדם בגופו וגאווה האדם בחוכמתו ובמעשיו. יש להבחין בין גאווה לבין מודעות עצמית ובין גאווה להכרה ביתרונות איתם נולדת ובהם ניחנת. הגאווה גורמת להתנשא מעל אחרים ולעשות *למען עצמך בלבד*, מונעת מאינטרסים אישיים בעוד שהמודעות מאפשרת לך להיעזר ביתרונותיך למען אחרים. מהגאווה עליך להתרחק את המודעות עליך להעמיק.</p>



13		<p>הדרך הישר באדם, שיהא נקי בכל ענייניו, כי הנקיות הוא גדר של מעשים טובים</p>	<p>האדם הוא טוב ורוצה לעשות טוב אבל היצר, הדחפים, הלחצים יכולים לגרום לו לעשות ההפך... פעמים רבות מעשים שלילים ומידות רעות הן תוצאה של גאוה שהתחפשה למשהו אחר. היצר הרע מומחה בהסוואת האמת והכרת השקר, מערער את הברור והופך את ההיגיון. האדם יכול למצוא את עצמו בשם אידאל, רעיון, מידה חיובית פועל באופן שלילי- עוזר מתוך רצון שיגידו לו תודה. תורם כדי שיעניקו לו תעודה. מסייע רק בשביל תמונה ברשת. מועיל כדי שיקשיבו רק לו ותומך רק בשביל שליטה- גאוה בתחפושת נתינה... לכן עליו להיות ערני ומדויק בפעולותיו, לעזור בשביל-לעזור.</p>
14		<p>ובעבור שהגאוה 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.</p>	<p>מחשבה יוצרת מציאות, אבל בגאוה זה לא מספיק. דרך האמצע עדיפה, אבל מהגאוה צריך להתרחק מאוד. מידה זו כל כך נוכחת ומשפיעה על האדם שכדי להסיר אותה מליבו ולמנוע כל השפעה שלה על מעשיו, מחשבותיו ורגשותיו עליו ללכת עד הקצה, בבת אחת לשהות שם כמה זמן ורק אז לחזור לאמצע למינון הנכון בין המידות. את הגאוה כדאי לעקור מהשורש אחרת היא תגדל ותנבוט בכל דבר שנעשה- זוהי עבודת חיים...</p>
15	<p>שער השני - שער הענווה</p>	<p>שורש הענווה - שיחשוב בעצמו בעוד שהוא שלו ושקט, בריא ועשיר</p>	<p>הפך הגאוה- ענווה. מידה זו משאירה את האדם באיזון, במודעות... היא מאפשרת לו להבין את חלקו בעולם, במעשה, במקרה. מחבר אורחות צדיקים ממליץ לתרגל מידה זו בזמן שטוב לך- כשאתה רגוע, יש לך את מה שאתה צריך, כשאתה בריא ויכול לראות את העושר והאושר שלך בדברים הפשוטים. מידת הענווה הינה תוצאה של פעולת חשיבה על-עצמך.</p>
16		<p>ויש עוד ענווה טובה מאוד שייכנע לפני תלמידיו ויפרש להם לגדול לפי גודלו ולקטן לפי קטנו ויפרש ויחזור ויפרש בסבר פנים יפות עד שיבינו</p>	<p>למידת הענווה יש ביטויים רבים אחד מהם הוא בחינוך, בלמידה- המורה, המלמד, המנחה, המנטור- צריך לפעול מתוך ענווה יש לו מה ללמוד מהתלמיד... עליו לפנות לכל אחד לפי יכולתו ורמתו, להסביר שוב ושוב ובדרכים שונות ומגוונות, בנחת, מתוך פנים שמחות להיעזר במילים מנחות המאפשרות לתלמיד להבין. למרות שהמורה הוא בעל הניסיון, היכולת, הכוח והכישרון עליו להכניע-להתאים את מידותיו עבור תלמידו. וזוהי ענווה טובה מאוד!</p>
17		<p>הענווה ניכרת באדם בששה דברים : הראשון - בחוזק כעסו של אדם. השני - כשיבוא הפסד גדול. השלישי - אם ישמע שהעולם משבחים אותו... יחשוב שמעשיו הטובים הם מועטים נגד מה שהוא חייב לעשות</p>	<p>לכל מידה ביטויים ומינונים שונים. כדי להתרחק ממידת הגאוה יש לזהות אותה. לדברי מחבר אורחות צדיקים, הגאוה מופיעה ב6 תחומים : 1. כעס- כאשר קורה משהו מרגיז מאוד- איך אתה מגיב, באילו מילים ותנועות גוף אתה משתמש, מהי רמת הקול שלך ומבט העיניים. מהי עוצמת הכעס היוצא ממך? 2. הפסד- כשאתה מפסיד, מישהו אחר מנצח/מרוויח/מתקדם ולא אתה... מה התגובה שלך, מה אתה אומר לעצמך בלב. איך אתה מסביר לאחרים את ההפסד? 3. שבח- כשאומרים לך מילה טובה/מחמאה, מה אתה עונה, מה אתה באמת חושב?</p>
18		<p>הענווה ניכרת באדם בששה דברים : הרביעי - אם הבורא ברוך הוא מיטיב לו... יוסיף ענווה... ויכבד בני-אדם החמישי - כשמוכיח את עצמו במה שעשה רעה השישי - שינהג בענווה בדברים רכים</p>	<p>הענווה ניכרת באדם בשישה דברים (המשך): 4. כשטוב לו- האם הוא מיטיב עם האחרים? האם הוא מודה על מה שקיבל או לוקח כמובן מאליו? האם השפע גורם לו התנשאות, ריחוק? 5. כשהוא טועה- האם הוא מאשים אחרים בטעות? האם הוא עוצר רגע וחושב כיצד לשפר בפעם הבאה? האם הוא מבין שגה? 6. ענווה- האם הוא נוהג בענווה גם במעשים הקטנים, מול האנשים הפשוטים, עם הכפופים לו, גם ביחס לאלו התלויים בו? ענווה היא מידה טובה מאוד המאפשרת לאדם להתקדם ולתקן את עצמו. כדאי לתרגל אותה בכל יום...</p>
19	<p>שער השלישי - שער הבושה</p>	<p>אמרו חכמים : השכל הוא הבושה, והבושה הוא השכל</p>	<p>האדם נברא עם רגשות המשפיעים באופן ישיר על החלטותיו ומעשיו. רגשות אלו מאפשרים לאדם להרחיב ולהעמיק את יכולת הבחירה. הבסיס לרגשות הינו הבושה-</p>

			<p>רגש זה מסתמך על הכרה בדרישות הטוב, הערכת החשיבות של העמידה בהן, ואכזבת האדם במידה והוא נכשל. הוא מניע את האדם ומונע ממנו לעשות מעשים שליליים בגלוי, בכך מהווה עוזר לשכל- לקבלת החלטות רציונליות וחיוביות. אדם שבלבו מידת בושה ינהג בזהירות ובאחריות רבה יותר כיוון שיהיה מודע להשלכות מעשים השליליים.</p>
20		<p>לכן צריך האדם לעשות ראשון לכל ראשונים, שידע את יוצרו ויכיר כוחו, ויתן את לבו למי יעבד ומי הוא ירא</p>	<p>הדבר הראשון, הבסיס להכל הוא ידיעה והכרה. האדם צריך לדעת מי ברא אותו ועם אלו כוחות הוא הגיע לעולם. כל כך הרבה פעולות הוא מבצע- עומד, יושב, אוכל, ישן, בוחר, רץ, מתלבש, מנסה, מברר, לוקח, מביא, אוסף, עולה, יורד, שואל, עונה, הולך, בא, מרים, מוריד, נותן, לוקח, מאות פעולות ביום! לאיזה צורך? עבור מה? צריך מידי פעם לעצור, לברר ולהגיע לידי ידיעה- ממי וממה אתה ירא? לשם מה ועבור מי אתה עובד וטורח? האם זה הכיוון הזה נכון עבורך? מהן מטרותיך? כדי לעבוד באופן הנכון עם הלב, עצור, חשוב, בצע פעולות מתוך הכרות בעצמיותך ואז תמשיך....</p>
21		<p>דבר ידוע וברור, אשר כל העולם עושים עניינים רבים בסתר, וכן מדברים בדברים רבים בסתר וחושבים מחשבות רבות, ואין חוששין כלל רק שלא יודעו העניינים. ואם היו כל מעשיהם שעשו מנעוריהם וכל הדברים שדברו וכל המחשבות שחשבו גלויים וידועים לכל אדם, היו מתביישים בבושה גדולה מאוד</p>	<p>אם היו יודעים... אם היו רואים... מידת הבושה מונעת מהאדם לעשות בגלוי מה שהוא מרשה לעצמו לעשות בסתר... היא פועלת כמסננת מול מחשבותיו ומהווה בלם ראשוני לרצונותיו. על האדם לבחון את מעשיו בינו לבין עצמו ולבדוק האם היה פועל כך אם היו אנשים סביבו? אם לא, מדוע? הבושה הטבעית עוזרת לאדם לבקר ולדייק את עצמו להבדיל בין טוב לרע, להבחין מתי לדבר עם עצמו ומתי עם אחרים מידה זו מכוונת לפעול בצניעות...</p>
22		<p>ויזהר מאוד שלא לבייש שום אדם</p>	<p>צריך להזהר מהרבה דברים, אבל צריך להזהר מאוד! לא לבייש שום אדם. מי שמבייש אחרים מאפשר למידת הגאווה להשתלט עליו ולמידת הכעס להוביל אותו, הוא מתעלם לגמרי ממידות הענווה והרחמים. מי שמבייש שוכח שהעומד מולו הינו אדם שנברא בצלם אלוקים, כמוהו ממש. מי שמבייש אחרים גורם נזק גם לעצמו... לאדם שחוה בושה, בוודאי בושה פומבית, לוקח זמן רב להתגבר על תחושת ההשפלה ולהחזיר לעצמו את תחושת הביטחון וגם אז החוויה נשארת במעמקי נשמתו וממשיכה להשפיע עליו לאורך כל חייו. ולכן צריך להיות מ'הנעלבים ואינם עולבים'</p>
23		<p>ממידת הבושה יגיע לענווה כי ייכנע לבני-אדם מחמת בושתו</p>	<p>מידת הבושה הינה מפתח למידות רבות ובמיוחד למידת הענווה. כשאדם שוקל את מילותיו כדי לא לפגוע באחר, חושב על דבריו כדי לכבד את חברו, מעמיקה אצלו הענווה. לכל אחד יש בושה טבעית, בסיסית עימה נולד והיא עוזרת לו לשלוט ולסנן את מעשיו ומילותיו, בסתר ובגלוי.</p>
24	<p>שער הרביעי - שער העזות</p>	<p>העזות היא מידה גרועה ברוב פעולותיה והיא הפך ממידת הבושה, כי הביישן מעביר על מידותיו, וחומל וסולח ומוחל, אבל מי שהוא עז-פנים, לא יתבייש מפני איש, אך עומד בעזות עם כל אדם, ועושה כל מעשה רע ולא יתבייש</p>	<p>עזות הינה מידה גרועה והיא ההפך מבושה. אדם עז אינו חושש לפגוע באחרים, להתנשא ולקבל דברים כמובנים מאלהים, כאילו חייבים ומוכרחים לתת רק לו... אדם עז עושה דברים שגורמים נזק והפסד ואינו מרגיש צורך להתנצל או לפצות מבחינתו הכל בעולם שלו ושייך רק לו, הוא מכוון ומרוכז רק בצרכיו ואינו רואה אף אחד מלבדו. עזות יכולה להתבטא במילים, במעשים ובמחשבות, צריך להיות מודעים לנזק שהיא עושה לסביבה ולאדם ולהקטין מידה זו ככל האפשר...</p>
25		<p>והרבה רעות נגררות אחר העזות, שהוא מעז פנים עם בני-אדם לא ימלט מן המחלוקת ושנאה וקנאה</p>	<p>אדם עז מצח- חצוף, אינו מקשיב ומתריס מול סמכות וחוק מעודד ריב ומחלוקת ומשבש את בטחון סובביו. אדם כזה נמצא בכל חבורה, קהילה הוא תמיד יפעל במסווה ערכי עם סיבה עקרונית כשכל כוונתו הינה להיות המשפיע הבלעדי, העיקרי זה שכולם הולכים אחריו ללא עוררין. אדם כזה לא יהסס להעליב, להתנשא, ולהשפיל לעודד מחלוקת, לדחות כל פתרון או הסכם ולעודד קנאה ושנאה.</p>

<p>אדם עז משתלט באופן הדרגתי על הנעשה סביבו, מבסס יראה מתוך פחד ולא מאפשר שום פעולה ללא הסכמתו. מידה זו גורמת לנזק גדול מאוד לסביבה ויש להיזהר ממנה.... להיות מודע לעצמך, לשים לב מתי זה "ברח" לך, מתי לא הגבת כראוי...</p>		
<p>מחבר האורחות צדיקים מזהיר פעמים רבות מעזות- המידה היחידה שצריך להפעיל מולה כוח, כיוון שהיא גורמת להפסד ולנזק גדול, מופיעה בצורות שונות ובמסווה של ערך, עקרון ואפילו צדק מדומה... מניעת העזות במקום בו היא יוצרת מעגל שלילי דורשת רצון פנימי חזק כדי להגיע להכנעת המחשבות, המילים והפעולות הגורמות לשליטה, להשפלה, המכוונות את האדם לומר את המילה האחרונה, לגרום לכולם לעשות אך ורק מה שהוא רוצה, לקבל את דבריו האמת מוחלטת ובלעדית... עזות צריכה הכנעה והתגברות מתוך גבורה וכוח פנימי.</p>	<p>וצריך האדם להחזיק על המידה הזאת להכניע במקום הגנאי ולהתגבר עליה כפי כוחו, כי קשה מאוד להימלט מן המידה הרעה הזאת, אם לא שישים חוזק כוחו ועוצם גבורתו לנצחו ולהעבירו מפניו</p>	<p>26</p>
<p>המידה הבאה בספר אורחות צדיקים היא-מידת האהבה. לדברי המחבר מידה זו כוללת רכיבים רבים וביטויים שונים החל מאהבת הבורא, אהבת ילדיו, אהבת איש.ה, עד לאהבת ממון, אהבת הלימוד, אהבת מקום. מידה זו הינה מידה שורשית, עימה נולד האדם היא קיימת בכל אחד ואחת ולא ניתן להתעלם ממנה או להסירה גם באדם מיואש, כועס, ואפילו שונא ישנה אהבה. מידת האהבה צריכה מעשים בפועל כדי להיות מובנת ומורגשת על ידי מי או מה שאוהבים.</p>	<p>האהבה כוללת מעשים רבים יותר מכל המידות</p>	<p>27 שער החמישי - שער האהבה</p>
<p>מידת האהבה הפכפכה- היא יכולה להיות הדבר הכי טוב וגם הכי רע ותלויה באופן מוחלט בשימוש שעושה בה האדם. אהבה רבה מידי או מעטה מידי יכולה לגרום נזק... אהבה קרובה מידי או רחוקה מידי יכולה לגרום למעשים שלילים... בשם האהבה אדם יכול לגרום לנזקים חמורים... שימוש נכון במידת האהבה יגרום לשאר המידות הטובות לבוא לידי ביטוי ולהתעלות האדם.</p>	<p>ובעת שישים האדם אהבתו לרעה, אין מידה רעה בכל המידות כמוה; וכשישים האדם אהבתו לטובה, היא למעלה מכל המידות</p>	<p>28</p>
<p>אהבה הינה מידת יסוד באדם וגורמת לו לפעול ולעשות טוב אולם צריך להזהר בה, בשם האהבה אפשר לעשות עול... אהבה הראשונה שצריך בה מינון נכון, היא- אהבת ההורים את ילדיהם. לעיתים מרוב אהבה, הם אינם מציבים גבולות, נמענים לחנך, מעדיפים לא להעיר ולא להוכיח. לעיתים מרוב אהבה, הורים מגוננים מידי ולא מאפשרים לטעות, להתבלבל, לברר. לעיתים מרוב אהבה, הורים מאפשרים לילד לעשות מה, מתי ואיך שהוא רוצה... כל אלה גורמים נזק גדול לילד, להורה ולסביבתם</p>	<p>האהבה האחת - האדם אוהב את בנו, ומרוב האהבה אינו מייסרם ומדריכם לדרך טובה, ומניחם ללכת בשרירות לבם הרע, ומזה יבוא היזק גדול</p>	<p>29</p>
<p>כסף הוא דבר חשוב, לאהוב ולרצות כסף זה דבר טבעי ומובן אבל אהבת כסף, כמו שאר האהבות, צריכה זהירות... הכסף הינו אמצעי להשיג מטרה ולא מטרה שניתן להשיג בכל אמצעי... אהבת כסף ללא מידה ורדיפה אחרי הכסף ללא מינון, תגרום לאדם חוסר רוגע, דאגה מתמדת, תשוקה מבלבלת המעודדת גזל. צבירת הון ללא צדקה יוצרת קנאה, צרות עין כלפי אחרים, אפילו הקרובים אליו ביותר ושל אחרים כלפיו. כסף הוא דבר נצרך כסף עוזר לנו לחיות, לממש את עצמנו, ולעזור לאחרים אבל צריך להזהר בשימוש, צבירתו ואהבתו...</p>	<p>האהבה השניה - אהבת ממון, ומרוב תשוקתו אל הממון לא יהיה משא-ומתן שלו באמונה, וחומד ועושק וגוזל כדי להרבות הון, ומרוב חמדת העושר יקפוץ ידו מן הצדקה ויהיה צר עין.</p>	<p>30</p>
<p>צריך חוכמה רבה במידת האהבה וצריך אומץ פנימי רב בקביעת הגבולות הנכונים לה כיוון שמידה זו הפכפכה- אהבה רבה מידי תגרום לנזק ואף תוביל לשנאה. אהבה מעטה מידי תגרום לריחוק ולחיסרון. אהבה עוצמתית גורמת להתמכרות ולשליטה ומובילה לשחיתות. מאחר ואהבה היא רגש בסיסי המוטמע באדם ומלווה אותו בכל חייו, בתחומים רבים- חינוך, זוגיות, פנאי, פרנסה ועוד צריך תשומת לב מיוחדת בניהולה, להקפיד שהיא חיובית- נמצא בתחום המואר, הבריא והנכון ולא חלילה גולשת אל התחום האפור ומובילה לחושך- לשלילה....</p>	<p>הרוצה להימלט מפח יקוש כל האהבות האלה, צריך חוכמה גדולה ואומץ רב פן ילכד בשחיתותם, כי כל האהבות האלה מקיפות את לב האדם, ואם ידחה אהבה אחת או שתים מקרבו - עדין האהבות הנשארות ירדפוהו מאור אל חושך</p>	<p>31</p>



32	ויש תועלת גדולה למי שנוהג בחיבה וברעות עם בני-אדם. בעולם הזה תועלת עולם הבא	חיבה ורעות הן פועל יוצא של אהבה, שלבים בתוך המידה. אם אתה רוצה להגדיל את השפעת דבריך ומעשיך פעל לפי המלצת אורחות צדיקים- התייחס לבני אדם בחיבה וברעות. מידת האהבה הינה בסיסית ונמצאת בכל אדם ולכן הוא יגיב בחיוב ואף יפעל מעבר לנדרש אם אתה תבקש תדבר, תתייחס אליו באמצעות שלבי מידה זו.
33	ובאיזה דרך יגיע האדם לאהבת כל אדם? אשכילך ואורך: הדרך הוא, שיעזור בנפשו ובממונו כפי יכולתו. העזר בנפשו הוא, שישרת לכל אדם, הן עני הן עשיר, ויטרח עבורם.	אנחנו אוהבים לאהוב- לאהוב אוכל טעים, בגדים יפים, אוהבים לראות דברים מעניינים, אוהבים להיות במקומות נעימים אוהבים שנותנים לנו דברים. אבל כשמדובר בלאהוב אחרים, באמת לאהוב, אנחנו פחות.... כדי לאהוב אחרים צריך לתת, לעזור כשאדם נותן מזמנו, כוחו, מחשבתו, ידיעתו, כספו, מבלי לבקש תמורה מתגברת בו מידת האהבה. כשאדם מתייחס לכל אחד כאדם, ללא קשר למעמדו ולזהותו משתכללת אצלו האהבה. אדם צריך לעזור כפי יכולתו לאחרים- בשביל עצמו...
34	ויהא וותרן בשלו. אם יהיה לו עסק עם בני-אדם, יהיה כל משא ומתן שלו בנאמנות, ואל יקפיד בדבר מועט על חברו	רוצה להעמיק את האהבה שלך? להרחיב את השפעתה עליך ועל סביבתך? וותר, אל תתעקש, הדברים יסתדרו לטובתך. ניהלת משא ומתן, הובלת וכוח עקרוני? פעל בנאמנות למטרה, לערך עליו אתה מתעקש, עשה הכל כדי להמנע מאינטרס אישי. כבד את האדם שמולך ואל תפגע בו. המנע מכעס, זה מיותר, לא מקדם ולא מועיל לאף אחד. אל תקפיד על אף אחד במיוחד אם הוא חברך...
35	ויהיה דבריו בנחת עם בני-אדם. ביישהו - אל יביש, הטעהו אדם - אל יטעהו.	לאהבה צורות וביטויים רבים. כשאדם אוהב את עצמו- הוא פועל מתוך רוגע ונחת. כשאדם אוהב אדם- הוא יפנה אליו בכבוד ללא קשר לגילו, מעמדו ודעתו גם כאשר הוא מרגיז ומכעיס. כשאדם אוהב לעשות ולפעול- גם כאשר מטעים אותו במכוון, מייעצים לו עצות מזיקות או מבטיחים ולא מקיימים, הוא ממשיך בשלו ואינו מטעה אחרים.
36	לא יתקוטט עם בני-אדם, ויקבל כל אדם בשמחה ובסבר פנים יפות, כי הסברת פנים תחזק האהבה, וישא ויתן עם חבריו בטובתו, וינחם כל אדם מעצבו ומדאגתו	אל תתעמת אין צורך. האמת לא צריכה שיגנו עליה והאהבה לא שיריבו עבורה. אם אתה רוצה שמידת האהבה תשפיע על המידות האחרות שבך, תמתן את המידות השליליות ותעצים את החיוביות- פעל בסבר פנים יפות קבל כל אדם בשמחה תן עצה כנה וטובה עבור חברך עזור לאנשים לשאת את עצבונם ודאגתם הדגש את הצד החיובי
37	אם גילה לו אדם סוד - אל יגלה, אף אם יכעיסהו. ולא ידבר על אדם רע, ולא ישמע שידיברו רעות על אדם, ולעולם ישתדל למצוא זכות על בני-אדם במקום שאפשר להיות	דון לכף זכות, תמיד. גם אם קשה לך למצוא זכות, לסלוח, לוותר- לפחות תשתדל... המקום בו אתה נמצא זה לא המקום בו הוא נמצא ולכן- אל תשתמש במה שהוא אמר לך-נגדו, גם אם אתה כועס עליו מאוד! שיתף אותך בסוד, דאג שזה יסאר סוד, אל תספר לאף אחד. אל תדבר רע עליו ואל תשתתף בשיחה בו נאמרים דברים רעים זה ישפיע עליך ויעורר אצלך רגשות שללים. זכור, האהבה היא מידת בסיס הפכפכה, היא מושפעת בקלות מסביבה לא טובה.
38	וצריך מאוד להיזהר מחברת בני-אדם שאינם מהוגנים כדי שלא ילמד ממעשיהם, ולהתרחק ממושב לצים	אמור לי הם חבריך ואומר לך מי אתה... החברה היא אחד הגורמים המשפיעים ביותר על האדם. חבורה חיובית תגרום לך לעשות, לחשוב, להיות במקום חיובי. חבר שלילי יכול לקחת אותך למקומות שיגרמו לך נזק רגעי או תמידי. חבורה שמזלזלת באחרים, בסוף תזלזל ותקטין אותך. חבר שכל הזמן רק מתלוצץ ואינו יכול לשאת עומק ומורכבות בסוף יפגע בך. היזהר מחברה שאינה פועלת ביושר ויושרה המנע ממושב ליצים.
39	בחר לחבר מי שיכיר ערך עצמו, ומי שאינו מכיר את עצמו - אין טוב בחברתו. קנה לך חבר המוכיח אותך בעשותך שלא כהוגן,	ערך עצמי עוזר למידת האהבה. אדם ללא ערך עצמי- שאינו מודע ליחודיותו, לחשיבותו ולנוכחותו בעולם- לא יעריך אחרים ולא יצליח לאהוב באופן בריא ונכון את עצמו וכתוצאה מכך לא יאהב באמת אף אדם.

		<p>והמלמדך לעשות הטוב, והעוזר אותך בנפשו ובממונו, וזהו חברך הנאמן.</p>	
40	<p>ומה היא האהבה? היא אהבת הנפש ... הנפש הזאת היא מקור הדעת</p>	<p>הערכה עצמית גבוהה מידי פוגעת ביחסים בין אישיים והערכה עצמית נמוכה מידי לא מאפשרת בניית יחסים- גם כאן צריך איזון. מחבר אורחות צדיקים מייעץ לך לבחור חבר שמודע לערך עצמו, שלא חושש להוכיח אותך כשאתה טועה ומשמש לך דוגמה חיובית, שיכול לתת לך תמיכה בנפש ובחומר כשתצטרך....</p>	
41	<p>העובד מאהבה... והולך בנתיבות החוכמה המראים איך יעשה ... לא מפני דבר שבעולם, לא מפני יראת הרעה ולא כדי לקבל הטובה, אלא עושה האמת מפני שהוא אמת</p>	<p>אדם אהוב, הוא אדם שעושה למען האחר- לא בשביל לקבל תודה או טובה לא בשביל שכר או הטבה לא כי כך אמרו והורו לו אלא בשביל הטוב, האמת, הנכון. אדם העושה את עבודתו מתוך אהבה ולא רק מתוך הרגל או חובה, הוא אדם שראוי ללמוד ממנו. אדם שפועל מתוך רצון להיטיב ולא מתוך מיראת העונש הוא אדם אוהב, חפש אותו ולמד ממנו.</p>	
42	<p>בשעה שיתבונן האדם במעשיו ובברואיו הנפלאים הגדולים, ויראה מהם חכמתו שאין לה ערך ולא קץ, מיד הוא אוהב את המקום ברוך הוא</p>	<p>אהבת הבורא נובעת מהתבוננות ומחשבה. אדם המתבונן במעשיו ובבריאה שסביבו יחזק את אמונתו. אדם המסתכל ולומד מהנעשה בעולמו יחזק את אהבתו. אדם המביט ובוחן את הפרטים היוצרים מהלך חיים שלם מעמיק את חוכמתו. ולהתבוננות זו אין סוף ולמידה זו יש תועלת רבה ובחינה זו מעמיקה את האהבה.</p>	
43	<p>שער השישי - שער השנאה</p>	<p>הזוהרנו להסיר מנפשנו מידת השנאה. והיא מידה הגורמת עונות הרבה ומחמת השנאה יגנה במעשיו הטובים, וישניאם בעיניו ובעיני אחרים, ומונע טוב מבעליו, ולא יודה לו על האמת</p>	<p>המידה ההפוכה מאהבה היא מידת השנאה. מידה זו גורמת לנזק רב שקשה לתקנו היא מזיקה לאדם השונא ולסביבתו. צריך לעשות עבודה פנימית ממושכת כדי להסיר כל היבט של שנאה מליבנו כיוון שהיא מאפילה על כל הדברים הטובים שעשינו וגורמת לנו להתרחק ולהיות שנואים ומאוסים על ידי אחרים. השנאה מונעת מאיתנו לקבל טוב ולעשות טוב לראות את האמת ולפעול מתוך אמת היא מקצרת את החיים...</p>
44	<p>יש רעה ממנה והיא שנאת חנם, והיא החריבה בית שני ושנאה מחמת קנאה היא רעה ממנה. וראוי לאדם לייסר את נפשו להתרחק מהן.</p>	<p>שנאה היא מנוע הרסני, היא גורמת לאדם לפעול מעל ליכולתו ומעבר לכוחותיו כדי להרוס ולהרחיק. שנאה מעבירה את האדם משיקול דעתו ומחשיבה צלולה ועליו לעשות פעולות משמעותיות ולהציב גדרות רבים כדי להתרחק ממנה... גם בשנאה יש "רמות" ו"דרגות" שנאה עצמית, שנאת השונה ממך ואפילו שנאה העוברת בירושה... ומבין כל אלו שנאת חנם היא בין הגרועות, וחמורה ממנה היא שנאה הנובעת מקנאה. שתייהן קשות להסרה ודרשות עבודה פנימית עמוקה לאורך זמן, שתייהן מכלות במהירות את השונא ומונעות ממנו ראיית הטוב, עשיית הטוב וקבלת שפע.</p>	
45	<p>ויש שונא חברו עבור שאינו גומל לו חסד, או שאינו נותן לו מתנה כפי חפצו, או שאינו מלוה לו בשעת דחקו - כל זה ראוי לאדם להתרחק</p>	<p>שנאה גורמת לנזקים בלתי הפיכים, לשונא ולסביבתו זו אחת המידות הבודדות המוגדרת כ"רעה" כיוון שאין בה אף צד או היבט חיובי. שנאה יוצרת שנאה שנאה גורמת נזק לשונא שנאה מרחיקה אותך מעצמך ומאחרים שנאה מגבירה רגשות שלילים אחרים שנאה מייצרת הרס עצמי והרס סביבתי עשה פעולות רבות, קבע גדרות ברורים כדי להתרחק ככל הניתן ממידה זו.</p>	
46	<p>וצריך שתדע, כי מי שישנא בני-אדם, גם הם ישנאוהו. והמגביר השנאה בלבו, הוא מביא על עצמו רעה</p>	<p>אל תצפה ואל תחכה שיתנו לך, שיעשו לך טובה, שיעזרו לך ואם קיבלת, שמח בכך, גם אם זה לא בדיוק מה שרצית או צפית אחרת- יתעורר בך רגש ראשוני שיגרום בהמשך לשנאה באמצעות אכזבה, כעס, מרמור...</p>	
47	<p>הרחמים, זאת המידה היא משובחת מאוד...</p>	<p>המידה הבאה באורחות צדיקים, מיד לאחר הכעס, היא- מידת הרחמים רחמים מונעת כעס, כעס אינו מאפשר רחמים.</p>	<p>שער השביעי -</p>



	<p>מידת הרחמים היא מידה מיוחדת המאפיינת את העם היהודי, היא קיימת בכל אחד מאיתנו. ככל שננהג במידה זו יותר, היא תעמיק ותגרום למידות טובות אחרות להתפתח. אולם, למרות שזו מידה חיובית, יש לשים לב לשימוש בה שלא להגיע לרחמים הגורמים לנזק. החמלה והאמפתיה הן אחת התולדות של מידה זו- במקום בו אתה רוצה או צריך שירגישו כלפיך חמלה, הענק קודם חמלה לאחרים בזמן בו אתה צריך שנהגו בך באמתיה, נהג כך קודם באחרים.</p>	<p>שער הרחמים</p> <p>וכל מה שיוכל האדם להתנהג בה, יתנהג וישתדל. וכמה שהאדם רוצה שירחמו עליו בשעת צרכו, כן ראוי לו שירחם על מי שיצטרך</p>	
48	<p>כרחם אב על בנים... מידת הרחמים היא מידה "טבעית", הנמצאת אצל כל אדם ומאפשרת לו לטפל בילדיו. רחמי האב על בניו נטועים עמוק, הם ניתנים להסתרה אך לא להסרה ונמשכים כל החיים ובכל המצבים גם כאשר מעורבים במידה זו רגשות שלילים. מאחר והרחמים בסיסים צריך מצד אחד לפתח ולשכלל אותם ומצד שני להיות זהירים ולהשתמש בהם במידה הנכונה...</p>	<p>רחמי האב על הבן זהו רחמנות הבא מטבע כל החיים</p>	
49	<p>מידת הרחמים היא מידה בסיסית, נמצאת אצל כל בני האדם בכלל ובבני העם היהודי בפרט. אולם מידה זו "עדינה"- דורשת מינון נכון ונעלמת כמעט כליל כאשר מתחילה לפעול מידת האכזריות. כבר ראינו כיצד אנשים ואומות הופכים לאכזרים ומוחקים כליל את מידת הרחמים האנושית. כבר ראינו כמה מאמצים נדרשים כדי לפעול בחמלה ורחמים כאשר האכזריות והניכור שולטים. כך גם במידות נפשנו אכזריות במידה הקטנה ביותר מוחקת את מידת הרחמים העמוקה ביותר ולכן יש לעשות ככל הניתן כדי להתרחק מכל גילוי אכזריות ואפילו הקטן ביותר כלפי כל בריה, ולטפח ככל האפשר את מידת רחמים על רבדיה השונים.</p>	<p>שער השמיני - שער האכזריות</p> <p>כל האכזרי אין בו גמילות- חסדים והוא רחוק מאוד מן המידות הטובות</p>	
50	<p>אתה אדם מכובד? יש לך תפקיד חשוב? אתה אחראי על תחום מרכזי? מעסיק אנשים? באחריותך שיבוצי תפקיד? יש תחתיך צוות? הזהר. הזהר מאוד לא להשתמש בסמכות, באחריות, בכוח, בתפקיד שניתן לך כדי להכביד על אנשים. עשה הכל כדי לנהוג בהם בהודעות והגינות. התרחק מאוד מכל שמץ אכזריות ורצון שליטה עליהם- דרוש אך אל תציק בקש אך אל תצווה עקוב אך אל תתעמר הסמכות ניתנה לך בזכות אל תשתמש בה כחובה</p>	<p>אם אתה איש ראוי ואימתך מוטלת על הבריות, ומה שתצווה עליהם יראים להשיב פניך, היזהר בך מאוד שלא להכביד עליהם המשא</p>	
51	<p>צדקה מפתחת בלב האדם מידות טובות. כל אדם צריך לתת צדקה, אפילו מי שפרנסתו וחייו תלויים בה. מתן צדקה מונעת ממידת האכזריות להתפתח. מתן צדקה של העני חשוב בדיוק כמו מתן צדקה של העשיר. מתן צדקה מועט בלב שלם משמעותי כמו מתן צדקה רב. צדקה אינה נדרשת רק בכסף אלא גם במעשים. מתן צדקה מצמיח אותך.</p>	<p>גם העני יתן צדקה מעט, ואפילו הוא מתפרנס מן הצדקה, ויהיה שכרם כפול ומכופל, כי המעט משלו חשוב כמו הרבה של העשיר</p>	
52	<p>כשאדם שליו שוררת בליבו שמחה, שמחה המשרה תחושה של שלווה. אדם המצליח לקבל את השינויים, המשברים, האתגרים, הקשיים בשלווה- יצליח להתמודד איתם בשמחה ואז יאירו פניו, גופו יישאר בריא לאורך זמן והזקנה תהא מקור כח עבורו. מסיימים יחד את הלימוד היומי מתוך שער השמחה כל הכבוד לך על ההתמדה בלימוד יהי רצון שנלמד יחד גם בקיץ הבא מתוך בריאות ושמחה תחל שנה וברכותיה, שנת לימודים פוריה</p>	<p>שער התשיעי - שער השמחה</p> <p>השמחה באה לאדם מחמת רוב שלוה בלבו בלי פגע רע יהיה שמח תדיר, ויאירו פניו, וזיוו מבהיק, וגופו בריא, ואין זקנה ממחרת לבוא עליו</p>	
53		<p>כל זמן שאדם שרוי בצער לא יוכל ללמד... גם כשאדם שרוי בצער, מי שמדבר אליו או מי שמבקש</p>	

	ממנו לעשות עמו חסד, אין לו כח לעשות בקשתו		
54	אך הדרך שישמח האדם בחלקו שיקבל בשמחה הרע כמו הטוב,		
55	ומהו גדר האמונה, ואיזה דבר מביא אדם לידי אמונה שלמה? הוא שלא יתנועע מדבר רע, שיקבל כל הבא עליו בשמחה		
56	וצריך אדם לחקור הדעות המחזיקות את לבו להיות בביטחון שלם		
57	שידע, אשר לכל עניינו יש גבול וקץ, ואין שום אדם יכול להוסיף ולגרוע על מה שגזר הבורא יתעלה		
58	שידע, כי הבורא ברוך הוא ברא את האדם למלאכות רבות, וברא לו מזונו על-ידי טורח גדול ועבודה		
59	מכל-מקום יש לאדם להתגלגל להרוויח כל צרכיו ולהציל נפשו ולתקן לו הרפואות		
60	ועניין זה הוא הגדול שבניסיון האדם, שלא יטרידו אותו רוב טרדות של עולם זה וישכח אחריתו. לכן יבטח באל שיספיקהו צרכיו וסיפוקו, ויהיה לו שעות פנויות לפנות לבו לאלוהים.		
61	ויחשוב, שהוא שלוחו של מקום ללמד לקרוביו ולאזהביו, ולא יחזיק טובה לעצמו ולא יגבה לבו עליהן.		
62	חובת האיברים אשר הוא עוסק להיטיב לאחרים, כגון הצדקה, וללמד החוכמה לתלמידים, ולצוות על הטוב ולהרחיק מן הרע		
63	צריך שתבין ותדע, כי כאשר לא ידע העוף תענוג הדג השט במים, כי התולדה שלהם הם הפוך זו מזו, כי עוף ימות במים והדג ימות ביבשה; כך מי שהוא בעולם הזה, הנשמה מערבת בגוף, לא תוכל לדעת תענוג הנשמות, כי אין לנו אלא תענוג הגוף		
64	והביטחון אי אפשר בלא אמונה. כי הביטחון והאמונה הם שותפים: אם אין אמונה - אין ביטחון.		
65	צריך אדם שלא לשמוח על דבר שהוא טוב לו ויש בו תקלה לאחרים וירגיל את לבו להיות שמח כשיש לאחרים טובות		