

עבדו לפני מש"ה. לבטל הכעס יקרא בס' תהילים ויכוין בק"נ מזמורים שלו שהם כמנין אהי"ה דהיי"ן קנ"א גי' כע"ס וגם ירגיל עצמו בטבילות במקוה שהוא ג"כ כמנין קנ"א.

והנה הר"ח פ"ב משער ענוה כתב שאין הכעס בא אלא מגובה לב שאם היה לבו נשבר ונדכה ודאי לא היה כועס ולא היה משיב על חרפתו כמ"ש בסוף תפילתו נצור לשוני מרע ולמקללי נפשי תדום וכן בכמה דברים עונשי הכעס והגאווה שוה כמו שהכועס שוכח לימודו וכל מיני גיהנם שולטים עליו וכל מה שיש בזה יש בזה אשר על כן גבאר גודל חטא ועונשי הגאווה ואם יתנהג עצמו בענוה ינצל עי"ז מן הכעס וז"ל גמ' ע"א אר"י משום רשב"י כל אדם שיש בו גסות הרוח כאלו ע"א כתיב הכא תועבת ה' כל גבה לב וכתיב התם ולא תביא תועבה אל ביתך ור"י ידיה אמר כאלו כופר בעיקר שני' ורם לבבך ושכחת את שם ה' אלהיך ר"א בר חנינא אמר כאלו בא על כל העריות כתיב הכא תועבת ה' וכתיב התם כי את כל התועבות עשו עולא אמר כאלו בנה במה שני' חדלו לכם מן האדם אשר נשמה באפו כי במה נחשב הוא אל תקרי במה אלא במה אזהרה לגסי רוח מנין אמר זעירי שמעו והאזינו ואל תגבהו רב נחמן בר יצחק אמר מהכא השמר לך פן תשכח וגו' ורם לבבך ושכחת וכדר"א א"ר עילאי כל מקום שני' השמר פן ואל אינו אלא ל"ת.

ועונשי הגאווה הם זא' שם אריב"ל כל המתייחר גופל בגיהנם שני' זד יהיר לץ שמו עושה בעברת זדון ואין עברה אלא גיהנם שני' יום עברה יום ההוא הב' מ"ש שם ואר"א כל אדם שיש בו גסות הרוח אין עפרו נגער (אין מקיץ בתחיית המתים) שני' הקיצו ורגנו שוכני עפר שוכבי עפר לא נאמר אלא שוכני עפר מי שנעשה שכן לעפר בחייו (משפיל עצמו עד לעפר) הג' מ"ש דרש רב עזירא כל אדם שיש בו גסות הרוח לסוף מתמעט א"ר אסי לסוף הוא נפחת אר"א כל אדם וכו' ראוי לגדעו כאשר א"ר חזקיה שאין תפילתו נשמעת וכל א' מייתי רא' לדבריו מקראי. הד' מ"ש פסחים אר"י אמר רב כל המתייחר אם גביא הוא גבואתו מסתלקת ממנו ואם הוא חכם חכמתו מסתלקת ממנו אם חכם וכו' מג"ל מהלל וכו' ואם נביא מג"ל מדבורה וכו' ובמד' איוב ז"ל וכן אתה מוצא בגדול הנביאים לפי שאמר והדבר הקשה מכם וגו' א"ל הקב"ה חייך שאפי' דין שהנשים יודעות אינך יודע שני' ויקרב משה את משפטן לפני ה' וכתיב כן בנות צלפחד דוברות הה' שמעכב הגאולה כמ"ש בגמ' א' זעירא א"ר חנינא אין בן דוד בא עד שיכלו גסי הרוח מישראל שני' כי אז אסיר מקרבך עליוי גאותיך ולא תוסיפי לגבהה בהר קרשי וכתיב והשארתי בך עם עני ודל ותרגום אונקלוס עם ענוותן הו' מ"ש בגמ' א"ר נחמן גסות הרוח שהיה בירבעם טורדתו מן העוה"ב וכו' ה"ז שא' מהי"א דברים שהנגעים באים עליהם הוא על גסות הרוח וכתב