

אבן שלמה להגר"א ז"ל - פרק א

כל עבודת השם תלוי בתיקון המידות.

רמב"ם יד החזקה הלכות דעות פרק ב

(א) חולי הגוף טועמים המר מתוק ומתוק מר ויש מן החולים מי שמתאוה ותאב למאכלות שאינן ראויין לאכילה כגון העפר והפחם ושונא המאכלות הטובים כגון הפת והבשר הכל לפי רוב החולי כך בני אדם שנפשותיהם חולות מתאווים ואוהבים הדעות הרעות ושונאים הדרך הטובה ומתעצלים ללכת בה והיא כבידה עליהם למאד לפי חליים וכן ישעיהו אומר באנשים הללו הוי האומרים לרע טוב ולטוב רע שמים חושך לאור ואור לחושך שמים מר למתוק ומתוק למר ועליהם נאמר העוזבים ארחות יושר ללכת בדרכי חושך ומה היא תקנת חולי הנפשות ילכו אצל החכמים שהן רופאי הנפשות וירפאו חליים בדעות שמלמדין אותם עד שיחזירו לדרך הטובה והמכירים בדעות הרעות שלהם ואינם הולכים אצל החכמים לרפא אותם עליהם אמר שלמה חכמה ומוסר אוילים בזו.

(ב) וכיצד היא רפואתם מי שהוא בעל חמה אומרים לו להנהיג עצמו שאם הוכה וקולל לא ירגיש כלל וילך בדרך זו זמן מרובה עד שיתעקר החמה מלבו ואם היה גבה לב ינהיג עצמו בבזיון הרבה וישב למטה מן הכל וילבש בלויי סחבות המבזות את לובשיהם וכיוצא בדברים אלו עד שיעקור גובה הלב ממנו ויחזור לדרך האמצעית שהוא דרך הטובה ולכשיחזור לדרך האמצעית ילך בה כל ימיו ועל קו זה יעשה בשאר כל הדעות אם היה רחוק לקצה האחד ירחיק עצמו לקצה השני וינהוג בו זמן רב עד שיחזור בו לדרך הטובה והיא מדה בינונית שבכל דעה ודעה.

שמנה פרקים להרמב"ם - פרק ד

מעלות המדות הן תכונות נפשיות וקנינים ממוצעים בין שתי תכונות רעות, האחת מהן יתירה והאחת חסרה.

מן התכונות האלו תתחיבנה הפעולות ההן, והמשל בזה הזהירות, שהיא מדה ממוצעת בין רוב התאוה ובין והעדר הרגש ההנאה, והזהירות היא מפעולות הטובות ותכונות הנפש אשר תתחייב ממנה הזהירות, היא מעלת המדות;

אבל רוב התאוה הוא הקצה הראשון והעדר הרגש ההנאה לגמרי הוא הקצה האחרון ושניהם רע גמור ושתי תכונות הנפש אשר מהן יתחייב רוב התאוה, והיא התכונה היתרה, והעדר ההרגשה, והיא התכונה החסרה, שתיהן יחד פחיתות מפחיתות המדות.