

# צמחונות

לעיל סקרנו עניני השחיטה. בפרק זה נמשיך לעיין בטיעונים ובנימוקים השונים שהועלו בעד הצמחונות. צמחונות מוגדרת כהימנעות מאכילת בשר בקר, צאן, חיות, עופות ולעתים גם דגים, מטעמים שונים, בדרך כלל הנובעים מנימוקים שבדת, מוסר, סגפנות או תזונה<sup>1</sup>. הטבעונות מחמירה עוד יותר, ואוסרת אכילת כל דבר הבא מן החי, כולל מאכלי חלב וביצים<sup>2</sup>. תורת הצמחונות עתיקה היא, והיא הופיעה על במת ההסטוריה לראשונה ביהודו ובארצות אגן הים התיכון המזרחי, כאלף שנה לפני הספירה הנהוגה. בין המאמינים בתורה זו היו סיעת הפילוסופים הפתגוריים ביוון, על בסיס האחוה לכל חיות ויצורי היקום, ועל בסיס שהדיאטה הפשוטה והצנועה היא בריאה יותר. בעקבותם באו פילוסופים יוונים רבים. בין התומכים בשיטה זו היו גם הבודים, היינים והברהמינים ביהודו ומשם התפשטה ליתר המזרח הרחוק. כידוע ביהודו הקפדה יתרה הושמה במיוחד על היחס לפרה. בעולם המודרני, רעיון זה מצא תומכים בין פילוסופים ואנשי רוח נוצרים שונים, ואף בכיתות פרוטסטנטיות אחדות. לאחרונה, קיימים מיזוגים והשפעות הדדיות בין התומכים שבמערב, ולבין הדתות והאמונות המזרחיות.

בין הטעמים שנאמרו כנימוקים להתנגדות זו:

- א. סגפנות. חוסר הבשר פועל לדכא תאוות גופניות, המטרידות והמסכנות את שלותו הנפשית של האדם, הנוקט בשיטות סגפנות על מנת לנטרל תאוות גוף אלו.
- ב. שינוי אופי. אוכלי בהמות משתנים באופיים להיות יותר בהמיים, עקב השפעת האוכל על גוף אוכלו.
- ג. כלכלה. עלות הכספית הגדולה הכרוכה באכילת בשר יתירה ומיותרת היא. כסף זה ניתן לניצול לטובת מטרות בעלות ערכים חיוביים יותר – פילנטרופיים וציבוריים – כגון תרומה לצדקה, סעד וכדומה.

- 1 ראה, Art. Vegetarianism. Encyclopedia Britanica, 1970, ובאנציקלופדיה עברית ערך "צמחונות וטבעונות". יש גם הגמנעים מאכילה מטעמים אלרגיים, ואין זה לעניננו כאן.
- 2 שם. המשתמשים במאכלי חלב נקראים Lactovegetarians ואילו הנמנעים E. B.; Vegans שם.

ד. אכזריות ומוסר. להרוג בעל חיים בעל אינטלגנצ'יה ותחושה, המפחד ממוות, איננו מוסרי. לבהמות אלו ישנן "זכויות".

ה. בריאות ואריכות ימים. יש גם הטוענים לרעת תכונת אכילת בשר מבחינת תופעות לואי ונזק לבריאות (כולסטרלים וכדומה).<sup>3</sup>

נעיין בטענות אלו במקורות תורת ישראל, ואחר כך נעיין במקורות לגבי עצם אכילת הבשר.

## סגפנות

ככלל, הסגפנות מתוארת במקורות באור שלילי, ורק במצבים מסויימים ניתן לנקוט בסגפנות כאמצעי חירום ארעי בלבד. מקור הדברים נמצא בדין הנזיר.<sup>4</sup> אדם הרואה בעצמו נטייה לקלקול והידרדרות רוחניים, מקבל על עצמו נדר הנזירות, ובו הוא מתנזר ופורש מן שתיית היין (ואף מאכילת ענבים וכדומה), מן התספורת והגילוח וכן מטומאת מת. המניע הנכון להינזרות זו בעיני חז"ל, מהו? "תניא, רבי אומר, למה נסמכה פרשת נזיר לפרשת סוטה, לומר לך שכל הרואה סוטה בקלקולה, יזיר עצמו מן היין".<sup>5</sup> הקלקול המוסרי של האשה המנאפת הוא אם כן המניע. אם כך קורה לאדם מישראל עקב המשיכה אחרי תאות הלב ועקב אולי השימוש ביין המשכר, עדיף להגביל כחות הגוף ולא להיתפס ליין ולתפנוקים אחרים.

וכן הוא ברוח זה, בסיפור הבא:<sup>6</sup> "אמר שמעון הצדיק (שהיה כהן גדול), מימי לא אכלתי אשם נזיר טמא, חוץ מאדם אחד שבא אלי מן הדרום, יפה עינים וטוב רואי וקווצותיו סדורות לו תלתלים. אמרתי לו, בני מה ראית לשחת שער נאה זה. אמר לי, רועה הייתי לאבא בעירי, והלכתי לשאוב מים מן המעיין, ונסתכלתי בבכואה שלי (במים), ופחו יצרי עלי, וביקש לטורדני מן העולם. אמרתי לו (ליצרי הרע), ריקא, מפני מה אתה מתגאה

3 E.B. שם. יצויין שאין כרגע שום ממצאים מדעיים המצביעים על רעת אכילת הבשר, בכל אופן בצורה מאוזנת. לרוב, חלבון מן החי עדיף מבחינה תזונתית. בטבעונות חסר בתפריט ויטמין B12 הבא רק מן החי, וחוסר זה גורם לאנמיה והפרעות במערכת העצבים המרכזית. אכילת ירק גורמת גם לבעיות עיכול מסויימות – כגון גזים וגירויים שונים; ראה א. ע. שם.

4 במדבר ו': א' – כ"א.

5 ברכות ס"ג ע"א, תורש"ל ל"ז אות א', ט' וכ"ג (לפרשת נשא שם).

6 נזיר ד' ע"ב, נדרים ט'.

בעולם שאינו שלך, שסופך להיות רימה ותולעה. העבודה (לשון שבועה), שאגלחן (השערות היפות הללו) לשמים. עמדתי ונשקתיו על ראשו. אמרתי לו, כמותך ירבו נזירים בישראל. עליך הכתוב אומר, 'איש כי יפליא לנדור נזיר, להזיר לה'". כוונת רועה פשוט ותמים זה היתה ממש לשם שמים. שמעון הצדיק, שהיה משיירי כנסת הגדולה<sup>7</sup>, המפורסם בין הכוהנים הגדולים שבזמן בית שני, נהג שלא לאכול מקרבנות אשם של נזיר שנטמא באמצע תקופת נזירותו<sup>8</sup>, כי במקרה זה על הנזיר להביא קרבן אשם למקדש ולהתחיל תקופת הנזירות מחדש, ויש לחשוש שמא מתחרט הנזיר על קבלת הנדר מעיקרו, ואין הקרבן הלזה קרבן אמיתי, אלא חולין בעזרה<sup>9</sup>. אולם אותו עלם יפה שבא מן הדרום, נדר נזירות כדי שיצרו הרע לא ישפיע עליו להיתפס למידת הגאווה ולתאוות גופניות אחרות. על אדם זה שקפץ ונדר שלא לטפל בשערותיו הנאות, אלא להביאן קרבן לה' (בסוף תקופת הנזירות, הנזיר מגלח שערותיו ושורפן על האש בבית המקדש<sup>10</sup>), אמר שמעון הצדיק שיש לסמוך עליו שכוונתו לשמים, ואפילו אם נטמא באמצע תקופתו, דעתו תישאר איתנה ואין הוא מתחרט; כמוהו ירבו נזירים בישראל!

ואעפ"כ, הנזיר נקרא חוטא. והנה סופר בפסוק, שבין קרבנות הנזיר אשר הוא מביא בתום תקופת נזירותו, "ועשה הכהן אחד לחטאת ואחד לעולה, וכפר עליו מאשר חטא על הנפש"<sup>11</sup>, ו'תניא, רבי אלעזר הקפר ברבי אומר, מה תלמוד לומר 'וכפר עליו מאשר חטא על הנפש'? וכי באיזה נפש חטא זה? אלא שציער עצמו מן היין. והלא הדברים קל וחומר, ומה זה שלא ציער עצמו אלא מן היין נקרא חוטא, המצער עצמו מכל דבר ודבר (כלומר, היושב בתענית), על אחת כמה וכמה". אם כן, מן הנזיר נלמד שהפרישות עבירה היא, ואין לאדם לצער את עצמו אפילו מדבר אחד, וכל שכן בתענית בה הוא מתנזר מאכילה ושתייה בכלל. כך דעתו של שמואל לגבי תענית, במסכת תענית<sup>12</sup>. אולם יש חולקים. לפי רבי

7 אבות א': ב'. הוא שימש בכהונה גדולה ארבעים שנה; יומא ל"ט ע"ב, ועיין אוצר ישראל בערכו.

8 סתם נזירות שלוש יום; נזיר ה' וז', רמב"ם הלכות נזירות פ"ג ה"א.

9 רש"י לנזיר ד' ע"ב בד"ה לא אכלתי.

10 במדבר ו': י"ח.

11 שם, פסוק י"א. ליתר דיוק מדובר בנזיר טמא, עיין הערה 14.

12 תענית י"א ע"א, ובמקבילות רבות. לפי דעה זו מחדש רבי יצחק אלחנן ספקטור שאין שליח לנזירות, כי אין שליח לדבר עבירה; שו"ת באר יצחק חיו"ד סי' כ"ח.

בשו"ת הר"י מגש סי' קפ"ו איתא שמי שנדר מבשר ויין "עבר על דברי תורה . . . והתורה לא התירה לאדם לצער את עצמו", וכן הוא בשו"ת חת"ס חאו"ח סי' קנ"ט; מובא בספר יד אפרים סי' י"ד פ"י (עמ' קנ"ז ואילך), הדין בשביתת רעב ע"פ התורה.

אלעזר, הנזיר נקרא קדוש<sup>13</sup>. בעלי התוספות מציינים<sup>14</sup> שאמנם לפי דעת שמואל נקרא היושב בתענית חוטא, אבל ברור שיש כאן ג"כ מצוה, שכן הצום מכפר על עונות<sup>15</sup>.

וזה לשון הכוזרי<sup>15</sup>: "והנה צום היום הזה (יוה"כ) עושה את החסיד דומה כמעט למלאכים, שכן עובר עליו היום בענוה ובכניעה, בעמידה ובהשתחויה, בשיבוח ובהודאה, וכל כחותיו הגופניים צמים מן הצרכים הטבעיים וטרודים בטרדה של מצוה לבד, כאלו לא היה בו טבע בהמי כלל. וכזה יהיה צום החסיד בכל עת אשר יצום". אם כן, התעלות מהטבע והגשמיות יש בצום.

וכך כותב הרדב"ז בתשובותיו<sup>15\*</sup>: "וצריך שתדע שאמרו בעלי החכמה, שהתענית

13 תענית שם. וראה באריכות בדברי ספר החינוך סי' שס"ה, שעזיבת הגשמיות והחומריות משובחת, כתנאי שאין זה מזיק לגוף ולבריאות, ע"ש. אולם הרמב"ן סובר שהנזיר נקרא חוטא בגלל שירד ויצא ממדרגתו הגבוהה ברוחניות, לחזור לעניני העולם הזה; פי' הרמב"ן לבמדבר ו': י"ד. וכן הוא, בשני הטעמים, אצל בעל ספר החינוך סי' שס"ו. וע"ע באבן עזרא לבמדבר שם פסוק ז', כי לשון נזיר בא מלשון נזר וכתר: "כי כל בני אדם עבדי תאות העולם, והמלך האמיתי, שיש לו נזר ועטרת מלכות בראשו, כל מי שהוא חפשי מן התאות". וע"ע במו"נ ח"ג סוף פמ"ח.

14 תוס' שם, בד"ה אמר שמואל, וכן הוא בדברי ר"ת בתוס' ב"ק צ"א ע"ב בד"ה אלא שציער.

15 רש"י שם בד"ה נקרא קדוש: "מתמרקין עוונותיו כשמתענה". האחרונים הסבירו את דבריו ע"פ סגית הגמרא יומא פ"ו ע"א, שישנן עבירות חמורות שתשובה לא מספקת להן וגם יום הכיפורים, אלא גם יסורי הגוף, והתענית מכפרת בתור יסורי הגוף, ואלו חייבי כריתות ומיתות בית דין; ראה רמב"ם הל' תשובה פ"א ה"ד. ולעניננו, התענית, ראה ברמב"ם הל' תענית פ"א ובנו"כ לשם, בפרמ"ג א"א לסי' תקע"א ס"ק א', מובא בכה"ח לשם ס"ק א', ובשו"ת ח"ס חאו"ח סי' קע"ג וקע"ה. וראה עוד שו"ע או"ח סימן תקע"ה"ח. "כשם שהציבור מתענים למתפללים על צרתם, כך כל יחיד מתענה ומתפלל על צרתו"; סימן תקע"ח.

15\* כוזרי מאמר ג' סוף סעיף ה', ע"פ תרגומו של אבן שמואל; המקור הוא בפרדר"א פמ"ו. לדעת רבינו בחיי, כמין החלשה של כחות הגוף, של הנפש הבהמית שבאדם, יש בתענית, "וכאשר יצום ויתענה הכח הבהמית תשש והחומר מדלדל, ובאותה שעה יהל עליו אור השכל ויכוין אל האמת, ותהיה עבודתו רצויה ותפלתו מקובלת... לפי שהמאכל והמשתה סבה לגסות הטבע ולגודל הלב, ויבא מזה שישכח את השם"; ראה רבינו בחיי, כד הקמת בערך "תענית". כח הבהמי הוא כח המתאווה לתאוות הגוף וכדומה. וע"ע בפירושו הרמב"ן ובפי' רבינו בחיי לבראשית כ': ז' ובמנורת המאור הנר החמישי החלק השלישי פ"א, ובגנוזי חיים לרח"פ ח': ל"ט"מ ומ"ב.

15\*\* שו"ת הרדב"ז ח"ג סי' תי"ח (=תתס"א). מקורותיו הם בזהר שמות כ' ע"א וע"ב, קי"ט ע"א וע"ב, קנ"ג ע"ב ובהר חדש רות פ' ע"א. התענית חשובה יותר מהקרבן; שם. וברוח זה נמצא

הראוי, במקום קרבן עומד ועדיף טפי, שזה בגופו וזה בממונו, כי האש היסודי (שבתוך הגוף) האוכל בכחותיו בזמן שאינו מוצא מזון לאכול, הוא כנגד האש האוכל הקרבן מעל המזבח, וההבל (=האור החם) היוצא מפיו הוא כנגד העשן העולה מן המזבח, ונמצא גופו מזבח כפרה, ולכן היו בעלי נפש הקדושים מתענים כמה תעניות (כצ"ל)... וכל זה בתנאי שלא יסגף עצמו יותר מדאי, שזה ודאי נקרא אצל החכמים חוטא, והדרך הממוצע (=האמצעית) הוא הנכון". אם כן, קדושה יש בצום, מעין הקדושה והעבודה של הקרבן בבית המקדש, אבל גם סכנה של נזק עצמי, ויש לשקול הדבר היטב היטב, ואין להרבות.

וכן הוא לגבי נדרי פרישות. כתוב בתורה<sup>16</sup>: "איש כי ידור נדר לה' או השבע שבועה לאסור אסר על נפשו, לא יחל דברו, ככל היוצא מפיו יעשה". מכאן לנדרי איסור, שאם אדם ידור עצמו לאסור עליו מאכל פלוני (חברת פלוני, ביתו של פלוני וכדומה), אזי מחוייב הוא על פי דין תורה להתייחס למאכל פלוני כאל חפץ של איסור גמור מדאורייתא, ויש כאן מצות לא תעשה ומצוה עשה. גם כאן יש שתי גישות לעצם תופעת הנודר. לפי דעת רבי

גם בספר סדר היום לרבי משה בן מכיר, ממקובלי צפת בזמן האר"י זצ"ל, בסדר הלימוד (עמ' נ"ו במהדורת ירושלים תשל"ח), ע"ש. וע"ע ביפ"ל ח"ב לאור"ח תקע"א ובקונ"א. וכן הוא במנורת המאור, הנר החמישי החלק השלישי בפרק א': "יש מתענה לצורך, ויש מתענה שלא לצורך, וקראו למתענה לצורך קדוש וחסיד, ומתענה שלא לצורך קראו חוטא". וברוח זה נמצא בדברי הכלי יקר לפרשת חוקת בד"ה ומה: "הצומות מטמאים את הטהורים ומטהרים הטמאים". וכותב הראי"ה קוק זצ"ל, שבכח הקרבן להחליש את כח הרע בלבד, מבלי להרוס את כח הטוב שבגוף, ואנו תפילה שכך תהיה גם תעניתנו; ראה דבריו בעולת ראי"ה ח"א עמ' רצ"ג (יהי רצון שבמנחה ליום צום), וכן באורות הקודש ח"ג עמ' רפ"ט צ ובאגרות ראי"ה ח"א סימן ע"ט (רק לבריא לצורך ריסון כחותיו היתרים, וכן לציבור).

אולם ראוי למעט באכילה מתוך תאוה, ופרישה מאוכל באמצע אכילה של תאוה נחשבת כתענית; ספר חסידים סי' י"ב ונ', פי' הרמב"ן להתחלת פרשת קדושים וברבינו בחיי לשם, מגיד משרים אזהרות ותקונים וסייגים אות ט"ז וי"ח, מג"א לאור"ח סי' תקע"א ובפוסקים לשם, ניצוצי אור לגיטין ע' ע"א, ספר פרדס צבי לר"צ מושקוביץ לדברים ב': כ"ח ועוד. מקור לכך נמצא בדברי חז"ל בגיטין ע' ע"א: "סעודה שהנאתך (ממנה), משוך ירך הימנה", ומפרש רש"י שסעודה שערבה לך אל תמלא כריסך ממנה. וע"ע כה"ח לאור"ח סי' קנ"ז. למקורות על ההסתפקות באכילה, עיין רמב"ם הלכות דיעות פ"ד ה"ט ובספר יד אפרים סוף סי' י"ד. על תענית שעות ומיעוט באכילה בכלל כמכפרים במקום יסורים, עיין נפש חיים לרח"פ בערך יסורין, י': ל"ז.

נתן, מיותרת ועבירה היא לאדם לנדור<sup>17</sup>. מאידך, למדנו במשנה במסכת אבות<sup>18</sup>: "רבי עקיבא אומר... נדרים סיג לפרישות". ומפרש הברטנורה: "בזמן שאדם מתחיל בפרישות (כלומר, לפרוש מן העבירות ומידות רעות) ומתירא שלא יעבור, מקבל עליו כלשון נדר שלא יעשה כך וכך, וע"י כן הוא כובש את יצרו"<sup>19</sup>.

הרמב"ם מסכם ומפשר בין שתי הגישות, ואלו דבריו<sup>20</sup>: "מי שנדר נדרים כדי לכונן דעותיו ולתקן מעשיו, הרי זה זריז ומשובח. כיצד? כגון מי שהיה זולל (להוט אחרי תאות האוכל) ואסר עליו הבשר שנה או שנתיים, או מי שהיה שוגג ביין ואסר היין על עצמו זמן מרובה, או אסר השכרות לעולם, וכן מי שהיה רודף השלמונים ונבהל להון ואסר על עצמו המתנות או הניית (=הנאת) אנשי מדינה זו, וכן מי שהיה מתגאה ביופיו ונדר בנוזר וכיוצא בנדרים אלו, כולן דרך עבודה לשם הם, וכנדרים אלו וכיוצא בהן אמרו חכמים, נדרים סייג לפרישות". בסיכום, כמין אמצעי לשעת חירום נמסר בידיו של האדם הנכשל בעמידה לפני עצת יצרו הרע לרדוף מידות רעות ומגונות והנאת הגוף. האפשרות לאסור באיסור של תורה, דבר המותר מעיקר הדין אלא שהוא מושך להתמכרות, היא היא מצוות הנדר והשבועות. המשתמש בנדר בתור שכזה, עבודת ה' היא לו, ומצוה עושה.

אולם, "אף על פי שהן עבודה (לשם), לא ירבה אדם בנדרים איסור, ולא ירגיל עצמו בהם, אלא יפרוש מדברים שראוי לפרוש מהן בלא נדר"<sup>21</sup>. כלומר, סכנה גדולה יש בנדר, שכן אדם יכול להיכשל גם כן באיסור הנדר, ועל כן "אל תהי רגיל בנדרים; כל הנודר,

17 נדרים כ"ב ע"א: "רבי נתן אומר, הנודר כאילו בנה במה (בנה מזבח במקום חוץ מבית המקדש, ואסור לעשות כן בשעה שמזבח בביהמ"ק קיים, ואף בזמן הזה לאחר החורבן אסור, מתמת קדושת המקום), והמקיימו כאילו הקריב עליו קרבן".

18 אבות ג': י"ג, וע"ע בפירושי רש"י, רמב"ם ורבינו יונה לשם.

19 פירוש הרע"ב לאבות שם. וכן הוא בפירוש בעל תפארת ישראל למשנה זו: "ע"י רדיפות תאוות הגופניות אפשר שיחטא האדם, ואפילו יעשה לפניהן גדר לפרוש גם מן ההיתר, יש לחוש שאם על האיסור אינו חושש, מכל שכן שלא יחוש מלעבור על הגדר המותר מן התורה. להכי יעץ התנא, נדרים סייג לפרישות מהתאוה, דאז ישתמר מלחטוא בתרתי (בשניים), בהנדר ובהאיסור".

20 הלכות נדרים פ"ג הכ"ג - כ"ה. ראה עוד שו"ת הרי"ד סי' ת, וכספר יראים השלם סי' פ' (=שי"ט), ובתוע"ד לשם באריכות.

21 רמב"ם שם, הל' כ"ד.

אע"פ שמקיימו נקרא רשע ונקרא חוטא<sup>22</sup>, וכן הוא בלשון הכתוב<sup>23</sup>: "וכי תחדל לנדור, לא יהיה בך חטא", וכן הוא אומר<sup>24</sup>: "טוב אם לא תדור, משתדור ולא תשלם". ועל זה אומר רבי מאיר: "טוב משניהם שאינו נודר כל עיקר"<sup>25</sup>.

אם כן, הנדר הבא לחזק את כוחו הנפשי של האדם בפרשו מדברי איסור, למרות האלמנט של סגפנות שבו, לעתים הוא לצורך. מצבים אלו אינם ענין שבשיגרה, ואין להתרגל ובוודאי אין להרבות בנדורים. ואפילו במצבים אלו, שמצוה בדבר, מצוה היא המעורבת בעבירה, שכן "כל הנודר, אף על פי שמקיימו נקרא רשע ונקרא חוטא"<sup>22</sup>, על אשר הגיע למצב שכזה, שאין הוא יכול לפרוש מן האיסור או מן המידה המגונה אלא בדרך של איסור המותר לו.

ואל נא נשכח את דברי חז"ל<sup>26</sup>, שבעולם הבא עתיד האדם לתת דין וחשבון על כל פרי ומאכל טוב בעולם הזה, אשר מנע את עצמו ממנו ולא ברך עליו ברכה לשמים. וזה לשון התלמוד הירושלמי: "אמר רבי חזקיה ר' כהן בשם רב: עתיד אדם ליתן דין וחשבון על כל מה שראת עינו ולא אכל". ושוב סופר על ר' אלעזר שחשש מאד לדיעה זו, ונהג לאסוף פרוטות במשך כל השנה, וקנה ואכל מכל פרי חדש במשך השנה<sup>27</sup>. ובעצם שתי סיבות לדין וחשבון זה, ולמנהג טוב זה<sup>28</sup>: "שחטא על הנפש שסגפה חנם", ו"עשה (רבי אלעזר כן) לברך (ברכת) שהחיינו וליתן שבח והודיה לה' על שברא בריות טובות ליהנות בהן בני אדם, ברוך אל ההודאות"<sup>29</sup>. אם כן העולם נברא להנאתו של האדם, ודין וחשבון יימסר לעתיד על אשר לא נהנה בשמחה ממתנותיו של הקב"ה.

22 שו"ע יו"ד סי' ר"ג סעיף א', וברוח זה כל הסימן שם, ע"ש. אולם, "בעת צרה מותר לנדור"; שם, סעיף ה'. דברי הרמב"ם הללו הובאו להלכה כלשונם בשו"ע יו"ד שם, סעיף ז'. וראה עוד בהרחבה בהקדמת הרמב"ם לפירושו למסכת אבות ("שמונה פרקים"), בעיקר בפ"ד. ואולי מסיבה זו, ניתנת האחריות לבטל את הנדרים ע"י חכם, אב או בעל; ראה כמדבר שם בהמשך, וע"ע במר"נ ח"ג סוף פ' מ"ח.

23 דברים כ"ג: כ"ג, וראה עוד בנדרים כ"ב ע"א וע"ז ע"ב.

24 קהלת ה': ד'.

25 מדרש רבה לקהלת, שם. וע"ע בחכמת אדם צ"א: ב'.

26 ירושלמי, סוף מסכת קידושין.

27 ר' לעזר חשש להדא שמועתא, מצמית ליה פריטין (אסף פרוטות; ערוך השלם, ערך "צמת") ואכיל בהון מכל מילה חדא בשתא". וע"ע בשו"ת הרדב"ז ח"א סי' תק"פ.

28 קרבן עדה לירושלמי שם.

29 מתוך נוסח הברכה שנחקנה ל"יוצא בימי ניסן (בהתחלת האביב) ורואה אילנות (פרי) שמוציאין פרח", הרי שאדם זה מברך: "ברוך אתה ה' אלוקיני מלך העולם, שלא חיסר בעולמו כלום,

דברי הירושלמי האלו הובאו להלכה בדברי הפוסקים, וזה לשון המשנה ברורה<sup>30</sup>:  
 "כתבו האחרונים בשם הירושלמי, דמצוה לאכול מעט מכל מין חדש בשנה, והטעם כדי  
 להראות שחביב עליו בריאתו של הקב"ה". אם כן, אין להתעלם מיצירתו הטובה של  
 הקב"ה, ואי-ההנאה מיצירות הללו עבירה וכפיית הטוב הוא. יש ליהנות ויש לברך  
 בשמחה על הנאה זו.

אם לגבי נדר הנזירות כן, ואם לגבי ההימנעות מפירות טובים וברכתם כן, מה לגבי ענין  
 התענית שהזכרנו לעיל? ראינו שגם כאן קיימות שתי דיעות בסוגיות הגמרא<sup>30\*</sup>, ולפי דעת  
 הרדב"ז הדרך האמצעית, היא השביל הזהב, היא הנכונה. נעיין בפוסקים האחרונים  
 לדעתם להלכה. וכך לשון השלחן ערוך<sup>31</sup>: "היושב בתענית, אם יכול לסבול התענית<sup>32</sup>  
 נקרא קדוש, ואם לא, כגון שאינו בריא וחזק, נקרא חוטא". אם כן, אדם הצם לשם כפרת  
 עוונות, עליו לודא קודם שאכן הוא בקו הבריאות, כי "אין אדם רשאי לחבל בעצמו"<sup>33</sup>.

וברא בו בריות טובות ואילנות טובות ליהנות בהם בני אדם; ראה ברכות נ"ד ושו"ע או"ח סי'  
 רכ"ו.

30 מגן אברהם לאו"ח סי' רכ"ה ס"ק י"ד, ובמשב"ר לשם, ס"ק י"ט; בכה"ח לשם ס"ק כ"ג כתוב:  
 "כדי להרבות בברכות שהחיינו". על תפקידן של ברכת שהחיינו ושאר ברכות, ראה בכוזרי ג':  
 י"ז.

וברוח זה נמצא בדברי הספרי לדברים י"א: ט"ו, "ונתתי עשב בשדך לבהמך, ואכלת  
 ושבעת". אמר הספרי: "כך אמר להם הקב"ה לישראל, הכנסתי אתכם לארץ טובה ורחבה,  
 לארץ זבת חלב ודבש, לאכול מפריה ולשבוע מטובה, ולברך שמי עליה. לא הייתם בטובה, היו  
 בפורענות (גלות), 'וחרה אף ה'". בברכת המזון, הברכה השניה (ברכת הארץ), היא כרוח  
 הדברים האלו. שלא כמקובל, החתימה היא כפולה, "על הארץ ועל המזון", כי שניהם אחד;  
 סידור צלולת דאברהם לשם, ב"זיעש אברהם".

30\* תענית י"א ע"א, ב"ק צ"א ע"ב ובמקבילות רבות.

31 שו"ע או"ח סי' תקע"א, וכן הוא בטור שם.

32 פרישה לטור שם: "שהוא חזק ובריא, ויכול להתענות".

33 ב"ק צ ע"ב, וכן נפסק להלכה ברמב"ם הל' חובל ומזיק פ"ה ה"א ובשו"ע חו"מ סי' ת"כ סעיף  
 ל"א.

וכן בגלל האפשרות שאדם הצם יחלה, ויהא מוטל על הציבור לרפאותו, אין לצום: "אמר רבי  
 יוסי, אין היחיד רשאי לסגף עצמו בתענית, שמא יפול על הציבור ויהיו צריכין לפרנסו;  
 תוספתא תענית סוף פ"ב, ובגמרא תענית כ"ב ע"ב עם שינויים קלים. הסיבה לכך היא "כי אין  
 בו כח להרויח ולהתפרנס מיגיעו"; רש"י לתענית שם.

מפורסמת האימרה, שבדורות האחרונים "ירדה חולשה לעולם", ולכן יש להיזהר בתעניות;  
 עיין המקורות בספר יד אפרים לר"א וינברגר סי' י"ז אות כ"ב, ובמיוחד לגבי אכילת בשר.  
 וע"ע שו"ת חות יאיר סי' רל"ד ובשו"ת ציון לנפש חיה לייטער סוף סי' פ"ד.

ומפורסמת שיטתו של הרמב"ם<sup>34</sup>: "כללו של דבר, ילך במידה הבינונית שבכל דעה ודעה, עד שיהיו כל דיעותיו מכוונות באמצעות, והוא ששלמה (המלך) אמר<sup>35</sup>, 'פּלס מעגל רגליך, וכל דרכיך יכוננו' (שקול את דרכיך ואז דרכיך תהיינה מכוונות)". ולאור זה<sup>36</sup>, "שמא יאמר אדם, הואיל והקנאה והתאווה והכבוד וכיוצא בהם, דרך רעה הן ומוציאין את האדם מן העולם, אפרוש מהם ביותר לצד האחרון (לצד אחר), עד שלא יאכל בשר ולא ישתה יין ולא ישא אשה ולא ישב בדירה נאה, ולא ילבוש מלבוש נאה... גם זה דרך רעה היא ואסור לילך בה, והמהלך בדרך זו נקרא חוטא" (הגנות לדרך זו נלמדת מסוגית הנזיר הנ"ל). ועוד "צוו חכמים שלא ימנע אדם עצמו אלא מדברים שמנעתו התורה בלבד, ולא יהא אוסר עצמו בנדרים ובשבועות על דברים המותרים. כך אמרו חכמים<sup>37</sup>, לא דיין מה שאסרה תורה אלא שאתה אוסר עליך דברים אחרים, ובכלל הזה אלו שמתענין תמיד, אינן בדרך טובה, ואסרו חכמים שיהא אדם מסגף עצמו בתענית, ועל כל הדברים האלו וכיוצא בהן צוה שלמה ואמר<sup>38</sup>: 'אל תהי צדיק הרבה ואל תתחכם יותר, למה תשומם'. אם כן דרך זו של הרמב"ם, היא השביל הזהב היא דרך הביניים, משתקפת בפסק השלחן ערוך הנ"ל, לגבי הישיבה בתענית.

ועוד מוסיף השלחן ערוך ש"תלמיד חכם אינו רשאי לישב בתענית מפני שממעט במלאכת שמים, אלא אם כן כשהציבור מתענים, שלא יפרוש עצמו מהם, ומלמדי תינוקות דינם כתלמיד חכם"<sup>39</sup>. מכאן שלמרות הסגולה המיוחדת לתענית בהשגת כפרה לעונות, הרי שהצם נחלש, ואם הוא עוסק בתורה, הרי החולשה גורמת לביטול תורה, ותלמוד

34 רמב"ם הל' דעות פ"ב ה"ז, וע"ע בפ"ד מהשמונה פרקים. וכן הוא בטור ובשו"ע הרב או"ח סי' קנ"ה סעיף א'. המדובר הוא במצוה לאכול פת של שחרית, למנוע מחלות. וכן הוא בשו"ע סי' תקע"א ובנושאי הכלים (תעניות).

35 משלי ד': כ"ו; רמב"ם הל' דעות פ"ג ה"א, וע"ש בלח"מ באריכות, ובחיים למלך לרח"פ לשם ולסוף הלכות נזירות פ"י ה"ד.

36 וביד אהרן לטור או"ח סי' תקע"א גם באריכות, וראה עוד בשמונה פרקים שם.

37 ירושלמי נדרים פ"ט ה"א, וע"ע ס"ח סימן נ"ב ובמקורות במק"ח שם.

38 קוהלת ז': ט"ז.

על ענין הפרישות, עיין למשל חובת הלבבות שער ט' שער הפרישות ובמיוחד בפ"ו. על יונדב בן רכב (ירמיהו פרק ל"ה), מסלת ישרים פי"ג – פט"ו, ספר מעלות המדות פכ"א – מעלת ההסתפקות (ובכלל זה גנות זולל וסובא), וע"ע אורות הקודש ח"ג עמ' רס"ז, ואילך (הדרך הממוצעת נכונה לרוב בני אדם אבל לא לקדושי עליון). וע"ע בדברי הרמב"ן בהתחלת פרשת קדושים.

39 שם, סעיף ב, ע"פ סוגית הגמרא בתענית שם. וראה שו"ת הרשב"א ח"ד סי' רס"ב, ופחד יצחק ערך תענית החוטאים. וע"ע שערי תשובה ד': י"א ב.

תורה שקול כידוע כנגד כל מצוות התורה כולן. והוא הדין למחנך תלמידים צעירים – אין לו לצום, כי בכך הוא לא יכול לעסוק במצוה גדולה של חינוך הילדים כדבעי.

דעת הרמב"ן בפירושו לתורה היא שהצו "קדושים תהיו" מכוון הוא לפרישה מן המותרות. "קדש עצמך במותר לך", והמדובר הוא באכילה ושתייה, משגל, דיבור והנאות מן העולם הזה שלא לצורך ושלא לשם עבודת השם. אדם זה, הנמשך אחרי תאוות ומותרות אינו מקדש את עצמו, ועובר משום קדושים תהיו. זוהי הפרישות המותרת והנבחרת<sup>39</sup>.

אולם, לעומת גישות אלו, שאינן רואים הסיגוף בעין יפה, נמצאת דעתו של אחד מחסידי אשכנז הקדמונים, הוא רבי אליעזר מורמיוז ("מגרמיוז"), בעל הרוקח. והנה בהלכות תשובה הוא מרבה לעסוק בענין סיגופים ותעניות לאלו שנכשלו בעונות ידועים<sup>40</sup>. אצל הרוקח נמצא "ארבעה ענייני תשובה, הם תשובת הבאה, תשובת הגדר, תשובת המשקל ותשובת הכתוב"<sup>41</sup>. תשובת הבאה<sup>41</sup> היא תשובה בחזק רצון שכזה, שאפילו אם היה החוטא נקלע לאותו מצב ואותה תאוה, לאותם התנאים שגרמו לו לחטוא, לא היה חוטא. תשובת הגדר<sup>41</sup> היא תשובה הכרוכה עם פרישות מדברים המותרים, אבל העשויים להביא את האדם לאותה עבירה (גדר וסייג, הרחקה מן העבירה). תשובת המשקל היא זו של ביטול וכפרה על ההנאה הגשמית שנהנה הגוף מהעבירה, וכאן עליו לצום, להסתגף ולהצטער צער הגוף, כנגד אותה הנאה שהגוף נהנה מן העבירה. תשובת הכתוב היא ג"כ כפרה ע"י סיגופין ותעניות, כנגד העונש שהוכח בפסוקי התורה, לעבירה זו (כרת, מלקות, וכדומה). אם כן, מכאן, שעל השב בתשובה מעון שבידו, לעבור יסורי הגוף לכפר על ההנאות שבעבירה, והצום נמצא במקום מרכזי. ההימנעות מאכילת בשר ומשתיית היין ג"כ מצויה כאן לרוב<sup>41</sup>.

<sup>39</sup> פירוש הרמב"ן לויקרא י"ט: ב'. הגמרא היא ביבמות כ' ע"א. וראה עוד בחובת הלבבות שער ט' ובמסילת ישרים פי"ג ט"ו שם.

<sup>40</sup> רוקח הלכות תשובה, ירושלים תשכ"ז עמ' כ"ה-כ"ח, וע"ש עוד בהמשך. וראה עוד בספר חסידים סימן קס"ז ולפי המפתח ("תקוני תשובה" ו"תשובה"), וכן ראה עוד בראשית חכמה, שער התשובה, פ"ה.

<sup>41</sup> שם, עמ' כ"ה. וע"ע בארחות צדיקים שער התשובה.

<sup>41</sup> ראה למשל רמב"ם הל' תשובה פ"ב ה"א.

<sup>41</sup> על תשובת הגדר, עיין נוב"י מ"ק תאה"ע סי' ק', ובשו"ת ציון לנפש חיה לייטער, סי' פ"ג בד"ה דף ט'.

<sup>41</sup> שו"ת מהר"ם מרוטנברג ח"ד סי' אלפים כ"ג, שו"ת הר"י מגאש סי' קפ"ז ושו"ת הרשב"א ח"ג סי' שיי"ט. אומר הרשב"א: "הכל לפי טבעו של בני אדם. יש שאוכל פת במלח ומתעדן, כדניאל וחביריו... ויש מתמוגגין בשאינם יושבין על סיר הבשר, וכל אחד עושה לפי כח שימצא בטבעו"; מובא בגליוני הש"ס לתענית שם.

ברוח הדברים האלו נמצא ג"כ בספרי המקובלים, מתלמידי האר"י הקדוש, כאשר מספר התעניות שעל השב לצום נקבע בהתאם לעבירה<sup>42</sup>. והנה האחרונים דווקא צידדו בעד

על פי מנהג אשכנז קדום, נהגו לצום בימי שני וחמישי בכל שבוע, היות והם ימי רצון; טור וש"ע אר"ח סי' קל"ד סעיף א'. בים של שלמה למהרש"ל מובא מנהג אחר, והוא שלא לאכול בשר או לשתות יין בימים אלו; יש"ש חולין פרק אותו ואת בנו סי' י"א. הסיבה לכך היא מפני שבית דין של מעלה יושב בדין בימים אלו; ראה פ"ת לסי' קל"ד שם, ס"ק א', ובכה"ח לשם ס"ק ט', וע"ש עוד בשכנה"ג, אליהו רבה וברכי יוסף לאר"ח סי' קל"ד שם, ובכה"ח פלאגי סי' כ"ד סעיף ט"ז. על מנהג אשכנזי שלא לאכול בשר אלא בימים שלא אומרים בהם תחנון עיין הערה 25.

על השינה, המליצו חכמים לישון שמונה שעות בלילה; רמב"ם הל' דיעות פ"ד ה"ד, מג"א לאר"ח סי' רל"ח מובא בבאה"ט סי' א'. וע"ע בפירוש עלה לתרופה להגאון המלבי"ם לרמב"ם הל' דיעות שם. סימן נתנו לדבר: "ישנתי, אז ינוח לי", וא"ז בגמטריא שמונה. אולם עיין במשב"ר לסי' רל"ח ס"ק ב' המביא סיום דברי המג"א, "דלשינת האדם בלילה, אין לזה שיעור קבוע, אלא תלוי בכל אדם לפי כח בריאותו, ועל כל פנים לא ישתקע בשינה יותר מדאי (בגלל ביטול תורה)". וכן הוא בדברי הט"ז לאה"ע סימן כ"ה ס"ק א' – הכל צריך להיות לש"ש, לפי מה שהוא אדם, לשם ת"ת. הגר"א ז"ל מסביר על פי הקבלה, שבשעת השינה נשמתו של החכם עולה למתיבתא של מעלה ללמוד תורה "שא"א ללמוד בהקיץ, וזה תכלית בריאת השינה"; אבן שלמה לגר"א סימן צ"ז. אולם, אין כן דעת המקובלים, והנה אומר רבי חיים פלאגי שדברי הרמב"ם נאמרו רק על דרך הרפואה, ואילו ע"פ הקבלה יש לקום בחצות הלילה דווקא; עיין חיים ומלך להל' דיעות ד': ד', כף החיים סימן ב' ותוכחת חיים לפרשת בא, וע"ע אורות הקודש ח"ג עמ' ש"ג. "השינה משחררת את האדם משיעבודו לעולם החיצוני, ועי"ז יכול הוא לפשוט את נפשו בהפשטה פנימית, בכל אורך שיעור קומתו הפנימית"; אורות הקודש ח"ג עמ' ש"ד, וע"ש עוד בח"א עמ' ר"ל. וע"ע בפרדר"א פי"ב ובפירוש הרד"ל לשם, ובאוצר ישראל ערך "עליה – עלית נשמה" (מקורות מן הזהר), וברמב"ם הל' דעות פ"ג ה"ג.

ראה למשל בספר גנוזי חיים לרח"פ, מערכת התי"ו בסופו – קונטרס תשובה מחיים (עמ' ק"נ ע"א ואילך), וע"ע בספרו תוכחת חיים לפרשת בשלח, ובספרו נפש חיים, י': ל"ז (תענית ככפרה לעונש היסורים), וע"ע בשו"ת שבות יעקב ח"ג סי' קכ"ה. בעצם, כבר כתב רבי חיים ויטל בהקדמתו לספר עץ חיים, שבאופן כללי על הנכנס ללימוד הקבלה לפרוש מאכילת בשר ושתיית יין במשך כל ימות השבוע (ורק בשבת מותר מדין סעודת מצוה); עמ' כ"ג, ירושלים (תש"ך, תשל"ח). וכן הוא בהקדמת ספר מגיד מישרים באזהרות, שאכילה מרובה של בשר פוגמת בנשמה מאד; הכל מובא בכף החיים חאו"ח סי' קל"ד ס"ק ט'. וראה עוד בכה"ח פלאגי סי' כ"ד אות ט"ז בענינים אלו.

צומות אלו<sup>43</sup>, אלא אם כן דובר בתלמיד חכם העוסק בתורה<sup>44</sup> (או במלמדי תינוקות, וכדלעיל), ואז עליו למעט באכילה להנאה, ולא יאכל אלא לשם קיום והבראת הגוף ולא יותר, אבל אין לו לצום ואפילו אם הצום לא יזיק לו, כי בכך הוא מתבטל מתלמוד תורה. גם לפועלים העובדים אצל בעל הבית בשכרם, אין להורות לצום, כי ייחלשו ולא יעבדו בצורה המקובלת והדרושה להם<sup>45</sup>. וכן הוא לגבי אדם העוסק בצרכי ציבור, "כי לא יוכל לדבר (כאשר הוא חלש מן הצום), אז אחרים מפסידים"<sup>46</sup>.

ועוד הסתייגות. "וכשאדם מתענה, ישמור עצמו שלא יהא כעסן בו ביום, כי כשאדם רעב הוא כעסן, ואם יכעוס מוטב לו שלא יתענה, ויהא שבע וטוב לב לבריות"<sup>47</sup>. וכן אנשי עיר שהוקפה צבא אויב, אין להם לצום כי עליהם לשמור על כוחם לקרב הממשמש ובא<sup>48</sup>. אולם בתענית – ציבור הכל חייבים לצום, ואסור לפרוש מן הציבור<sup>49</sup>.

אין גם להרבות בסיגופים על מומר לעבודה זרה שחזר ליהדות, כי הסיגופים עשויים לדחותו בחזרה לרשעתו<sup>49</sup>.

43 ראה ברמ"א שו"ע או"ח סי' של"ד סעיף כ"ו ויו"ד סי' קפ"ה סעיף ד', מובא בשו"ת שרידי אש ח"ג סי' פ"ח בנדון נהג שנהרג נוסעו בתאונת דרכים, ע"ש. וע"ע משב"ר לאו"ח תקע"א ס"ק א' וכה"ח לשם ס"ק ה', ובמג"א ונו"כ אחרים לסי' תר"ג. וכן עיין בדברי רש"י זוין, המועדים בהלכה, בפרק יום הכיפורים, א) התשובה והכפרה, ובאוצר ישראל ערך "תענית".

44 מ"ב שם בביה"ל בד"ה ת"ח, בשם החיי אדם כלל קל"ב סעיף מ"ב, וע"ע בשו"ת יביע אומר ח"א חיו"ד סי' י"ד אות י"ד וח"ד חאו"ח סי' כ"ח אות ח'.

45 שו"ע חו"מ סי' של"ג ס"ה; משב"ר לאו"ח שם ס"ק ה'.

46 כגון "מליץ למלך ולשרים ולשופטים וכיוצא בהם"; ספר חסידים סי' תקכ"ז. וכן ההולך לפדות שבויים, המילדת, ומי שיש לו אב או אם זקן ומשרת אותם, או המשרת לחולה; ס"ח סי' תרי"ח. ס"ח שם, סי' תרי"ז, מובא בכה"ח שם, ס"ק ג'.

אסור לפרסם את דבר הצום לאחרים "להשתבח שהוא מתענה", כי אז מקבל המפרסם עונש על כך; שו"ע או"ח סי' תקס"ה סעיף ו', וע"ש במשב"ר, וכן בשו"ת הלכות קטנות ח"ב סי' קמ"ב.

48 תוספתא תענית סוף פ"ב, תענית כ"ב ע"ב, ספר חסידים שם, שו"ע או"ח שם סעיף ג'.

49 רבי יוסף ב"ר משה שאל את רבי ישראל איסרלין, בעל תרומת הדשן: "בקשתי ממנו להתיר לי לאכול בסליחות (נהגו רבים באשכנז לצום בימי הסליחות), כדי שאוכל ללמוד כמו שאר הימים, ואמר גם הקדמונים יודעים זה הטעם, מכל מקום תקנו להתענות בסליחות, אע"פ שאינם יכולים ללמוד כמו שאר ימות השנה, ולכן אינני מתיר"; לקט יושר חאו"ח עמ' 114.

49 שו"ת תרומת הדשן ח"א סי' קצ"ח, וראה עוד בשו"ת חיים ביד לרח"פ סי' א' באריכות, ובעיקר בד"ה לע"ד אחרי המח"ר, וביביע אומר ח"א חיו"ד סי' י"ד אות י"ד.

בפסק מפורסם, יצא רבי יחזקאל לנדא לדון בצעיר בן תורה שנכשל בעבירה תמורה של עריות, ולסדר לו תשובה נאותה לעון החמור שהיה שבידו. בחור זה היה חלש בגופו, ולמרות הכל, מתמיד ושקדן גדול בלימוד התורה. קובע הנודע ביהודה<sup>50</sup> לגבי התעניות והסיגופים: "שלא אוכל למצוא שורש בדברי הגמרא ובפוסקים, כי לא מצינו בכל התלמוד מספר התעניות – ימים חרוצים וקצובים – לכל חטא ואשמה כפי חומר העון". הוא מתנגד למקובל – לסברות ולקביעות שלדעתו הן שרירותיות – חוץ מדברי הרוקח הנ"ל<sup>51</sup> "שדבריו דברי קבלה". קצת תענית וסיגוף, כן. והעיקר, הרגשת התשובה האמיתית וההתמדה בתורה מכפרות על הכל.

וכבר ציין רבי ישעיה הורביץ, בעל השני לוחות הברית<sup>52</sup>, שהצם והמסתגף לא ילמוד תורה בהבנה נכונה, ולא יתפלל מתוך שמחה, "כי אין להתפלל אלא מתוך שמחה". ומה גם

50 שו"ת נוב"י מ"ק חאו"ח סי' ל"ה, בד"ה והנה מה שביקש.

51 ואשר ליתר ספרי המוסר העוסקים בענינים אלו: "ואין דרכי לעיין בספרים הללו, רק קצת אני זוכר מילדותי", וספרים אלו בנויים "על סברות כרסיות, בלי שורש, וספר אחד נשען על חבירו בלי יסוד כלל". וראה עוד בשו"ת חיים שאל ח"ב ס' מ"ג בד"ה אמנם ק"ק (פ"ה דין י').

על הסיגופים והתעניות ע"פ הקבלה, ע"ע ספר שער רוח הקודש עמ' ו"ח, מובא בספר קול הנבואה עמ' רכ"ז. וע"ע גנוי חיים ח' ס"ז ע"א. ואומר הראי"ה: "חיוק הגוף למטרות נעלות הוא שקול כנגד סידרי תעניות וסיגופים בדורות הראשונים... לפעמים הרצון חלוש מפני חולשת הגוף, והצד הרוחני אינו מוכשר להתבסס יפה מפני חוסר אחיזה חמרית מבונה, והעזיבה החמרית מוסיפה מכאוב בזה: במקום שהבראת הגוף בסדר, היא מעלה את האור הרוחני ומחזקתו; אורות הקודש ח"ג עמ' ע"ח ט, וע"ע אגרות ראי"ה ח"א סימן ע"ג.

על העיון בספרי מוסר במקום לימוד תורה, ראה בנפש החיים לר' חיים וולוז'ין, התחלת שער ד', ובהסכמת ר' ב"י זילבר למהדורת ירושלים תשמ"ג, ועוד. דעת המשב"ר: "וצריך האדם לקבוע לו עת ללמוד ספרי מוסר בכל יום ויום, אם מעט ואם הרבה, כי הגדול מחבירו יצרו גדול ממנו, ותבלין היצר הרע הוא תוכחת מאמרי חז"ל"; משב"ר או"ח סי' א' ס"ק י"ב, וסי' תר"ג ס"ק ב'. וע"ע אבן שלמה לגר"א א', ב' ועוד, ובדבש לפי ערך תלמוד תורה (סימן מ"א). פסיקת ההלכה ע"פ מקורות מספרי המוסר, עיין שו"ת הר צבי חיו"ד סימן ק"ה.

52 של"ה ח"ב מסכת ראש השנה, תורה אור עמ' נ"ט ע"ב, כללי דרכי תשובה שידבק בהם בעלי התשובה, השמינית ותשיעית. וע"ע בנפש החיים לר' חיים וולוז'ין, שער ד' פל"א, ובדבריו הנפלאים של רבי משה פיינשטיין לעודד בעלי עבירה שחזרו למוטב, בשו"ת אגרו"מ חאו"ח ח"ד סי' קט"ו קי"ח. וע"ע בשו"ת שרידי אש ח"ג סי' פ"ח. כשיטת השל"ה הובא להלכה במשנה ברורה לא"ח סי' תקע"א סעיף א' (ביה"ל ד"ה ת"ח), בשם ספר חרידים ובשם האר"י ז"ל. לדעת האר"י ז"ל, כל הסיגופים והתעניות המגויים בספרי הפוסקים "לא נזכרו אלא למי שאין עמלו בתורה". וכן הוא בספר חיי אדם קל"ב: מ"ב: "כי התורה הוא מקוה טהרה... וימעט מכל התענוגים ויאכל רק כדי קיום הגוף". ע"ש עוד.

ובדורות הללו, "אשר בני אדם חלשים בגופם מאד, שאל יתענה אדם עינוי נפש, פן יחלש ולא יוכל לעשות עבודת השם יתברך בשלימות". ועוד, הרי ידחה בעלי תשובה אחרים מלחזור, "ואם כן חטא הרבים תלוי בו (בבעל תשובה המסתגף)". והעיקר הוא התשובה האמיתית<sup>53</sup>.

בגלל הבעיות הגדולות והסכנות הכרוכות בתענית וצום, נהגו רבים לקיים תענית דיבור במקום תענית אכילה ושתייה, כך שאין הפרישות הזאת מזיקה לגוף וללימוד תורה; אדרבה הרי בזמן שאין הוא מדבר הרי הוא נמנע מלדבר לשון הרע ושאר דיבורים אסורים<sup>54</sup>.

אם כן, דרך הסגפנות, למרות שיש לה מקום מסויים במקורות, כחלק מן תהליך התשובה, איננה מקובלת כדרך סלולה לרבים. ואלו דברי החסיד רבי משה חיים לוצטו בהקדמתו לספרו מסילת ישרים; בזמנו היה דומה "לרוב בני האדם שהחסידות תלוי באמירת מזמורים הרבה, ווידיים ארוכים מאד, צומות קשים וטבילת קרח ושלג (סיגופי

וזה לשון ספר ראשית חכמה (שער האהבה סוף פ"ד): "מי שיחשוק בתורה כל כך עד שביום ובלילה לא יחשוב דבר מדברי העולם אלא בה, בודאי שישגי מעלה נפלאה בנשמתו ולא יצטרך לסיגופים ותעניות, שאין הדבקות (בבורא) תלוי אלא בחשק ואהבת התורה, עד שיחשוק בה כאהבת תשוקתו". דבריו הובאו בנפש כל חי לרח"פ ח' ל"ג, והם מעין דברי הנוב"י שהובאו לעיל. וע"ע ברכ"י לאו"ח ריש סימן תקמ"ו ובמחבר שם, שהעיקר הוא תלמוד תורה בהתמדה ובעיון לשמה. אולם, לעומת זה עיין החפץ חיים לרח"פ סימן פ"ב ופ"ה (תשובת מומר), דלא כנוב"י, וע"ע בשו"ת מהרי"ט ח"ב סימן ח"י, ובשו"ת האלף לך שלמה חאו"ח סימן שנ"ח (ת"ת גם מרפא את הגוף) ובאורות התורה לראי"ה פ"ו.

על כחה של התפילה לכפר כדברי תורה, ראה בעשרה מאמרות לרמ"ע חקור דין ח"א פכ"ד. גם בכח מצוות אחרות, כגון עונג שבת, לכפר על עונות; שם. וע"ע אבן שלמה סעיף ט"ו.

53 ראה עוד שו"ת חת"ס קובץ תשובות סי' כ"א, וע"ע בספר יד אפרים לר"א וינברגר סי' י"ז אות ל"ח.

54 משב"ר לסי' תקע"א ס"ק ב'. בארץ ישראל נהגו רבים מן עדות המזרח לקיים מנהג זה של תענית דיבור, ועיין בהקונטרס היחיילי לרבי יצחק אלפיה, ח"א עמ' ס"ג ע"ב-ע"ד ע"א. מקור למנהג זה נמצא באגרת המוסר המפורסמת ("עלים לתרופה") אשר כתב הגר"א מוילנא למשפחתו בהיותו בדרך לארץ ישראל: "וכל רגע ורגע שהאדם חוסם פיו, זוכה בשבילו לאור הגנוז שאין מלאך ובריה יכולים לשער... ובוה יכופר לו כל עון, וניצול משאול תחתית". וראה עוד בשמירת הלשון לחפץ חיים ז"ל שער ב' (שער התבונה) פ"ב, ובהגהה שם בשם ספר ראש הגבעה: מובא בשו"ת יחוה דעת ח"ד סי' נ"ו בד"ה ולענין, וע"ע ביביע אומר ח"ב חאו"ח סי' כ"ח אות י"ג. וכן הוא בספר אבן שלמה לגר"א ז"ל: "(כפרת עונות היא) לא בתעניות וסיגופים רק ברסן פיו ותאותו, וזהו התשובה וזה כל פרי העולם הבא"; אבן שלמה סימן ע"א.

הגוף), כולם דברים אשר אין השכל נח בהם ואין הדעה שוקטה, והחסידות האמיתי הנרצה והנחמד רחוק מציור שכלנו". סיגופים ותעניות, הרי הם דברים הרחוקים מן השכל, ועיקר החסידות תלייה בעיסוק במוסר וביראת שמים, בתיקון המידות ובתלמוד תורה. כך שאין דרך הסגפנות נאותה אלא כסייג בפני החזרה לחטא, או ככפרה על החטא, וגם כאן הגבלות רבות והסתייגויות רבות נמצאות בספרי ההלכה והמוסר. בוודאי, תלמוד תורה עולה על כל דרך שכזו. ומכאן שההמנעות מאכילת בשר מתפרשת כפרישות וסגפנות (ראה לקמן על הצורך לאכילת בשר ללומדי תורה)<sup>54</sup>.

כאות אבל נאסרה אכילת הבשר לאונן, וכן בימי האבל על חורבן ירושלים והמקדש, מראש חדש אב ועד תשעה באב מנהג רוב ישראל (אבל לא כל) הוא לפרוש מאכילת בשר ושתיית יין<sup>54\*</sup>. וסופר במקורות חז"ל, לאחר החורבן מתאבלי ציון וירושלים פרשו מבשר ויין עולמית, כאות אבל. נטפל להם רבי יהושע, והוכיחם על פרישות יתירה זו, ודי להם במנהגי האבלות אשר נקבעו ע"י החכמים, כי "אין גוזרים גזירה על הציבור, אלא אם כן רוב הציבור יכולים לעמוד בה". דרך החיים של חז"ל לא הסכימה לפרישות מופרזת זן<sup>54\*\*</sup>.

## שינוי האופי

יש סברא לומר שהאוכל שאדם אוכל משפיע על תכונותיו, לטוב או למוטב. לאור הנחה זו, באו צמחונים וטענו שיש באכילת בשר משום השפעה על אופי האוכל, והרי הוא בזה

<sup>54\*</sup> ועיין בשדי חמד אסיפת דינים, מערכת אכילה אות א' למקורות לפרישה מאכילת בשר כסגפנות. וראה עוד בספר מגיד משרים למרן, ב"אזהרות ותיקונים וסייגים" בראש הספר: "מנע עצמן מאכילת בשר הרבה, שהיא מפסדת הנשמה ופוגמת". וכן הוא בפרשת אמור שם: "עוד אמר (המגיד למרן), מה שהלכת אתמול לבקש בשר, ואבדת חצי יום, ולא יכולת למצוא, ואף תרנגולים שבאו לידך לא אסתייע מילתא, הכל מאתי היה להודיעך שהבשר והיין שם משכן היצ"ר, אין לרדוף אחריהם, כי בזולתם יחיה האדם, כי הלא בזולת בשר כבדת את השבת" (עמ' ק"ז, ירושלים תש"ך). הכוונה לצדיקים גדולים כמו מרן. ועיין עוד שו"ת מהרי"ט ח"ב חאו"ח סימן ח' המיעץ מיעוט אכילת בשר ושתיית יין לשב בתשובה, ואפילו באכילת המצוה של שבת.

<sup>54\*\*</sup> שו"ע יו"ד סי' שמ"א סעיף א', וע"ע באניקלופדיה תלמודית כרך ב' בערך "אנינות". אחרי הקבורה, מותר האבל בבשר ויין. על מנהגי תשעת הימים, ראה שו"ע או"ח סי' תקנ"א סעיף ט', ובתורש"ל לפרשת צו פ"ז אות צ'.

הולך ודומה לבהמה. והנה כמין דיעה שכזו נמצאת במדרשי חז"ל ואצל מפרשי המקרא, אבל בצורה אחרת, יותר אופיינית לחכמי התורה. הרמב"ן, בפירושו לתורה, מציין, שנאמר בתורה בהקשר למאכלות אסורות, "ואנשי קודש תהיון לי"<sup>55</sup>, שדיני האכילה בתורה מיועדים לטיפוח אופיו הקדוש של האדם מישראל, "ואין האיסורין במאכלים רק בטהרת הנפש, שתאכל דברים נקיים שלא יולידו עובי וגסות בנפש", כי האוכל מאכלות אסורות, הרי שדיאטה זו משפיעה על טהרת נפשו, ואין הוא יכול להיות מעדת "אנשי הקודש" העובדים את ה' בשלימות. לאור שיטתו זו, נבין את הסבריו למיני הבהמות, חיות ועופות שנאסרו לאוכל היהודי, בספר ויקרא<sup>56</sup>. לדעתו של הרמב"ן<sup>57</sup>, כל הבהמות החיות והעופות המותרים באכילה הם בעלי אופי שקט וסביל, ואין הם הטורפים והדורסים; מידת האכזריות אינה אפיינית ליצורים אלו. סימני הכשרות בבהמה – העלאת הגירה והפרסת הפרסה – הם המאפיינים אוכלי עשבים, כי לטורפים ולדורסים טלפיים וכדומה. גם העלאת הגרה מצביעה על חוסר שיניים בלחי העליון, שוב סימן לחוסר תקיפות בנשיכה, וכן הוא לגבי החיות, וכן הוא לגבי העופות. הסימן המובהק ביותר לעוף לא טהור היא הדריסה, ואם כן יש בתולדותם אכזריות. מצד אחד, אין הבשר הבא מיצורים אלו בריא בכלל לאדם, ומצד השני, הרי שאכזריות זו עושה את שלה בנפש האוכל<sup>58</sup>.

בדרך זו הולך גם האברבנאל<sup>59</sup>, ואלו דבריו: "ולכן אסרה (התורה) המאכלים (הללו) לפי שהיו מתעבים ומשקצים את נפש הטהורה המשכלת, ומולידות במזג האנושי אטימות וקלקול התאוות, בעשותם באדם רוע מזג, אשר ממנו תתהווה רוח הטומאה המטמאה הדעות והמעשים, ומגרש רוח הטהרה והקדושה". אם כן, כל אותם המינים שנאסרו לאכילה על פי תורת ישראל, בכחם להשפיע לרעה על האוכל ויביאוהו לרוח טומאה ותועבה, ולמידות ותכונות רעות; הכל להרחקת רוח הקדושה והטהרה מבני ישראל.

55 שמות כ"ב: ל', ובפי' הרמב"ן לשם, ובפירוש הרב שעוועל לרמב"ן שם, וכן הוא בפירושו לדברים י"ד: ג'.

56 ויקרא פרק י"א, ורעה עוד בדברים י"ד: ג' כ"א.

57 פירוש הרמב"ן לויקרא י"א: י"ג.

58 ראה עוד בפירוש האברבנאל לשם, החולק על נימוק הבריאות, ומצדד לטעם ההשפעה הנפשית, וראה בפירוש הרב שעוועל לרמב"ן שם, בד"ה שיזיקו.

59 פירוש האברבנאל לויקרא שם, בד"ה איסור המאכלים, וקדם לו בזה בעל הצידה לדרך מאמר ב' פ"ב, וידוע שספר זה חובר על ידי רבי מנחם ב"ר אהרן הארוך, עבור אחד מאבותיו של האברבנאל.

אולם, האברבנאל מרחיק לכת, בפירושו לספר ישעיהו<sup>60</sup>. לדעתו אכילת הבשר ע"י החיות הטורפות היא אשר גורמת למזגם הרע, "האף והזדון והאכזריות הנמרץ", ואי לכך אוכלי העשבים הם טובי המזג. על האדם להיזהר שלא להרבות אף הוא גם באכילת בשר המותר על פי דין: "ולכן אמרו חכמים ז"ל, שלא יאכל אדם בשר אלא לתאבון, ובעבור זה ייעז הנביא שבימות המשיח האריה כבקר יאכל תבן, רצה לומר שמזה יזון, לא מאכילת בשר".

וברוח זה נמצא כבר בדברי חז"ל במדרש<sup>61</sup> על הפסוק בקהלת, "האלוקים יבקש את הנרדף"<sup>62</sup>, שהקב"ה תמיד בוחר בנרדף ולא ברודף. "רבי אליעזר ב"ר יוסי בן זמרא אמר, אף בקרבנות כך. אמר הקב"ה, שור נרדף מפני ארי, עז נרדף מפני נמר, כבש מפני זאב<sup>63</sup>. לא תקריבו לפני מן הרודפים אלא מן הנרדפים", ולכן מקריבים השור או הכבש או העז<sup>64</sup>. אם כן מיני הקרבנות הכשרים להקרבה ע"ג המזבח, הם סמליים לעם ישראל, והתורה התירה רק אותם הנרדפים, ולא הרודפים.

60 פירוש האברבנאל לישעיהו י"א: ח', וכן הוא בפירושו לשמות ט"ז: ד': "ענין הבשר אינו מזון הכרחי, והוא שאלת זוללות ומילוי מעיים, ותאוה גוברת. גם הבשר מוליד באדם דם זדוני ואכזרי וכו'". וכן הוא בפירושו לדברים י"ד: ג' (כ"ז ע"ב). וכן הוא בפירוש הכלי יקר לבראשית כ"ז: ד': "כך לא תרגיל את עצמך לאכול סתם בשר, לפי שהוא מוליד אכזריות ותכונות רעות בגוף האדם... ולכך נאמר לעתיד, ואריה כבקר יאכל תבן, כי יהיה שלום בעולם בין כל בעלי החיים"; וראה עוד בפירושו לשמות ט"ז: ו', ולפרשת ראה כז"ה כי ירחיב.

61 ויקרא רבה כ"ז: ה', וכן הוא בפסיקתא רבתי פ"א (עמ' קצ"ג ע"ב), ובתנחומא לאמור שם. וראה עוד בתורש"ל כ"ה לויקרא א', אות ס"ז וס"ד, ובכרך ל"ג אמור אות קצ"ה.

מענין ביותר, שהרעיון הזה, השפעת המאכל על אופי האוכל, מופיע בספרות עתיקה, מזמן הבית; עיין אגרת אריסטיאס בתוך הספרים החיצונים לכהנא, כרך שני עמ' מ"ז מ"ח, ובתוך ספר מאור עיניים לר"ע מן האדומים, הדרת זקנים. וכן הוא ביוסיפוס, קדמוניות היהודים, ספר י"ד; מובא בהערות ר"ד הכהן לקונטרס חזון הצמחונות והשלום להגרא"ה קוק, הערה 25, וכן הוא בתורש"ל י"ד בשלח מילואים עמ' 296. וכן נמצא לגבי רעיון הקרבנות בכתבי פילון, הוא ידידיה האלכסנדרוני; ראה על החוקים המיוחדים ד': י"ז ואילך. על היחס שבין פילון ובין מדרשי חז"ל, ראה במקורות בתורש"ל שם, עמ' 293, ובתורש"ל חט"ו מילואים סימן ח' ("מדרשי חז"ל ופילון האלכסנדרוני"; "הרבה מדרשי חז"ל אפילו המאחרים שבהם, כבר היו מפורסמים וידועים בימי הבית, ומפי השמועה הגיעו לאזני פילון") ובתורש"ל חט"ו מילואים אות רצ"ח (טעמי מצוות) עמ' 329-333 (פילון), ובתורש"ל חכ"ז פרשת צו עמ' 216, ע"ש. על יוסיפוס וחז"ל ראה לקמן בפרק הצמחונות בהערה 123.

62 קהלת ג'.

63 על פי הפסוק בישעיהו י"א.

64 ויקרא כ"ג.

הדברים מוסברים עוד יותר בדברי הרמב"ן בפירושו לתורה, מסביב לאיסורי אכילת דם בהמה, חיה ועוף<sup>65</sup>. הפסוק אומר: "ואיש איש מבית ישראל ומן הגר הגר בתוכם, אשר יאכל כל דם, ונתתי פני בגופו האוכל את הדם, והכרתי אותה מקרב עמה, כי נפש הבשר בדם היא"<sup>66</sup>. ומסביר הרמב"ן: "מן הידוע עוד כי הנאכל ישוב בגוף האוכל, והיו לבשר אחד, ואם יאכל אדם נפש כל בשר והוא (נפש הבהמה) יתחבר בדמו והיו לאחדים בלב, תהיה עובי וגסות בגופו האדם, ותשוב (נפש האדם) קרוב לטבע הנפש הבהמית אשר בנאכל, כי הדם לא יצטרך עכול כשאר הנאכלים, שישתנו בעכולם, ויתלה בו נפש האדם בדם בהמה". אם כן, בדברי הרמב"ן שהיה כידוע רופא והכיר את תהליך העיכול אשר בגוף אדם, הסבר המבוסס על הביולוגיה והפסיכולוגיה. תכונות הבהמה העיקריות, היינו "נפשה" של הבהמה, תלויות בדם, המזין ומקיים את הגוף<sup>67</sup>, ודם זה קל עיכול הוא. ידוע שבתהליכי העיכול, אבות המזון המצויים בתוך המאכל נספגים לגופו של האוכל ונהפכים על ידי הביוכימיה הגופנית של האוכל לחלק מגופו. אם כן, אדם האוכל דם, סופג תכונה בהמית, גסות ועובי (=חוסר עדינות) וקולט מידות אלו בגופו, ובנפשו. אי לכך, אסרה התורה אכילת הדם.

רבי שמשון רפאל הירש מרחיב את המושג של השפעת דברי האוכל על גוף המעכל<sup>68</sup>. נשמתו ורוחו של האדם שוכנים בתוך גוף גשמי, ועליהם לפעול בעבודת ה' באמצעות גוף, אשר משמש ככלי לפעולתם. הגוף שלוחו של הרוח ועבדו, ועל הגוף להיות סביל ומקבל להוראות הרוח. גוף אשר בו התגברות הגשמיות מורד על בעליו ואיננו משרת אותו. על הגוף להיות אם כן שקט ולא תובעני. היות וטיב האוכל משפיע על הגוף, הירקות בעלי טבע שקט ופסיבי, הם המתאימים ביותר לתכלית זו, ואי לכך אין שום מין פרי או ירק אסור באכילה<sup>69</sup>. בהמות וחיות אוכלות הצומח הן הקרובות ביותר לעולם הצומח, ואי לכך, רק בהמות וחיות כאלו הותרו לאכילה לבני ישראל. מרבית זמנם מוקדשת לעיכול הירקות

65 פירוש הרמב"ן לויקרא י"ז: י"א, וע"ע בדבריו לדברים י"ב: כ"ג, בספר החינוך סי' קמ"ח ובדברי רבינו בחיי לפסוקים אלו.

66 ויקרא י"ז: י', י"א, וראה שם בהמשך הפסוקים לאיסור חיה ועוף, ולמצות כיסוי הדם. וע"ע בספר החינוך סי' קמ"ח ובפרדס יוסף לויקרא עמ' ר"ט.

67 ראה עוד בדברי הרמב"ן לפסוק י"ז שם.

68 חורב, חלק פרקי התוקים, פ"ג בסופו. מעין רעיון זה כבר נמצא בדברי האברבנאל לדברים שם (הערה 60 לעיל).

69 האיסורים הקשורים בעולם הצומח – כלאיים, חמץ, ערלה וכדומה – אינם קשורים בסוג או זן, כדוגמת סוגי הבהמות, החיות, העופות, הדגים והשרצים האסורים, אלא נובעים מתנאים מסויימים, כגון זמן, תרבות, וכדומה.

ואין להם פעילות וחיתיות כגון אלו של בעלי החיים הטורפים. מערכת העיכול הארוכה והסבוכה שלהם היא בניגוד לזו של אוכלי בשר שבין החיות, להם מערכת עיכול בדרך כלל קצרה, וזמן מועט יחסית מוקדש לעיכול ולהפיכה לדם. רגלי החיות והבהמות מוכיחות על ייעוד ותכונה – לטורפות הטלפיים לטרופ, ולכשרות רגל סדוקה לעמידה על הקרקע לתקופות ממושכות, תוך כדי עיכול. בהמות כשרות מתחברות לאדם וגמצאות במצב מבוית יותר מאשר החיות האחרות. וכן הוא לגבי העופות, הטורפים הם האסורים<sup>70</sup>.

נסכם. אמנם הרעיון של השפעת דברי־האוכל על הגוף המעכל, ועל תכונות בעל הנפש הסופג הוא מקובל מאד אצל חכמי ישראל, ובתור שכזה, עולם הצומח משובח. אולם, הבשר אשר הותר לאכילה בתורה לבני ישראל בא דווקא מאלו המינים הכשרים, כי מאלו המינים אין השפעה שלילית על אופיו של האוכל. אדרבה, אוכל זה מחזק את אופי הגוף הפסיבי הדרוש לעובד ה', אשר רוחו שולט על גופו. וגם באכילת בשר הבהמות והחיות הכשרות, יש להוציא את הדם מכלל האכילה, כי התכונות ה"בהמיות" שרויות בתוך הדם דווקא, והן יועברו לאדם ע"י אוכלו מן הדם. אולם, לדעת האברבנאל, יש למעט גם באכילה בשר, כי עצם האכילה הלזו משפיע על נפשו של האדם; יתר המפרשים לא הלכו בדרכו זו.

70 וראה בחורב שם עוד לגבי דגים עופות ושרצים האסורים, אשר להם תכונה של "טימטום הלב". וראה באריכות בדברי ר' יוסף אלבו, ספר העיקרים מאמר ג' פט"ו ובדברי ר' אלימלך בר־שאו, מערכי לב, פרק ט"ו הצמחונות. על תכונות אוכל לא כשר לטמטום את לבו ושכלו ולטמא את נשמתו של האדם מישראל, עיין בהקדמה לספר דעת תורה למהרש"ם ליו"ד, "שערי שלום", שם מובאים שפע של מקורות בנדון זה. המקור העיקרי הוא בדרשות חז"ל לפסוק בויקרא י"א: מ"ג: "אל תשקצו את נפשותיכם בכל השרץ השורץ, ולא תטמאו בהם, ונטמתם בם", "מלמד שהטומאה (באוכלים) מטמטמת את הדעת ומרבה טפשות באדם"; לקח טוב לשם, מובא בתורה שלימה כ"ח לויקרא שם, אות רע"ב, ע"ש עוד בעמ' 232, 231, 53. וע"ע בהחפץ חיים לרח"פ סימן פ"ז, "מאכלות אסורות" ובפרדס יוסף לויקרא עמ' קכ"ה בד"ה ובזה"ק ובעמ' קמ"ד-ה.

על שלטון הנשמה בגוף, והשמעות הגוף לרוח השוכן בו, ראה בכוזרי ג': ב"ה, ובפירושו המלבי"ם לתהילים מ"ה ולמשלי ל"א (דרך המושכל), ועוד.

## כלכלה

דווקא ההתנגדות לאכילת בשר המבוססת על העלות הגבוהה של הבשר מצויה מאד בדברי חז"ל<sup>70</sup>. המקור הראשון לכך נמצא בפירושיהם לפסוק בדברים<sup>71</sup>, "כי תאוו נפשך לאכול בשר, בכל אות נפשך תאכל בשר". מהי המשמעות של הביטוי, "כי תאוו לאכול בשר", המתנה כאילו את אכילת בשר בתאווה? "רבי אליעזר בן עזריה אומר, לא בא הכתוב אלא ללמד דרך ארץ, שלא יאכל אדם בשר אלא לתאבון. יכול יקח בשר מן השוק ויאכל, תלמוד לומר 'וזבחת מבקרך ומצאנך'. הא אין אדם אוכל בשר עד שיהו לו בקר וצאן. יכול יזבח כל צאנו וכל בקרו, תלמוד לומר מבקרך, ולא כל בקרך; מצאנך, ולא כל צאנך"<sup>72</sup>. מכאן, שאין לאדם לאכול בשר אלא כאשר הוא מרגיש הצורך הגופני לאכלו (לתאבון), ומכאן, שאין לו להרגיל את עצמו באכילת בשר, לקנותו תדיר מן הקצב אשר בשוק; אם יש לו עדרים, אזי רשאי הוא להרגיל את עצמו באכילת בשר. וגם אז, לא בכמויות כאלו אשר בעקבות הרגל זה יצטרך לחסל את כל עדר בקרו או צאנו.

ועוד דרשה ברוח הדברים האלו. והנה על הפסוק בויקרא<sup>73</sup>, "ואיש איש מבני ישראל ומן הגר הגר בתוכם, אשר יצוד ציד חיה או עוף אשר יאכל וגו'", אומר הספרא<sup>74</sup>: "רבי אומר, לימדה תורה דרך ארץ, שלא יאכל אדם בשר אלא בהזמנה זו", ומסביר רש"י בפירושו לתלמוד את דברי רבי יהודה הנשיא הללו: "כאילו הוא צד, שאינה מזומנת לו, כלומר לא יאכל בשר תדיר, שלא יעני"<sup>75</sup>. לפי פירושו אם כן, יש תמיד להתיחס לאכילת בשר כדבר מיוחד, כאילו האוכל צריך לצאת לשדה לצוד האוכל, ולא כדבר שבשיגרה ובהרגל יום יום, וזו מטעם כלכלי, "שלא יעני".

לאור עצה זו אשר בדרך ארץ, ממשיך רבי אליעזר בן עזריה להאיר בחכמתו את דרכי האכילה<sup>76</sup>. "מי שיש לו מנה, יקח לפסו (לאלפסו, כלומר קדירתו; רש"י) ליטרא ירק. (אם

70\* ראה אוצר ישראל בערך "ירק", וב־ Jewish Encyclopedia, Art. Vegetarianism, למאמרי ר' י. ד. איזנשטין.

71 דברים י"ב: כ'.

72 ספרי לפסוק בדברים שם, תוספתא ערכין פי"ד, ברייתא המובאת בגמרא חולין פ"ד ע"א; ועיין באנציקלופדיה תלמודית, ערך בשר תאווה עמ' תש"מ למקורות נוספים.

73 ויקרא י"ו: י"ג.

74 תו"כ לפסוק ויקרא שם.

75 פירוש רש"י לחולין פ"ד ע"א, בד"ה אלא בהזמנה זו. ברייתא זו דתו"כ מובאת בסוגיא שם.

76 תוספתא ערכין שם. סוגית הגמרא בחולין שם.

יש לו) עשרה מנה, יקח לפסו ליטרא דגים; חמישים מנה, יקח לפסו ליטרא בשר. מאה מנה, ישפתו לו קדרה בכל יום". אם כן, אין לו לאדם לאכול בשר, אלא לפי עשרו; העני בכלל לא, העשיר בכל יום, והבינונים, מערב שבת לערב שבת.<sup>77</sup>

אמנם הגבלה יש לאורח חיים זה. למרות שרב סבור כדברי רבי אליעזר בן עזריה אל<sup>78</sup>, רבי יוחנן טוען ש"אבא" (=רב; רש"י) הוא בא ממשפחת בריאים, "אבל כגון אנו, מי שיש לו פרוטה בתוך כיסו, ירצנה לחנווני". "ולא יסגף עצמו בעינוי (של מגיעה מאכילת בשר), ויצטרך לבריות יותר"; כך מפרש רש"י את דברי רבי יוחנן. אם כן, יש לאדם שאינו בריא להוציא אפילו הפרוטה האחרונה על אכילת בשר, מחמת הבריאות. ועוד יתירה מזו, "אמר רב נחמן, כגון אנו, לוויין ואוכלים". רב נחמן מיעץ אפילו ללוות כסף כדי לאכול תפריט בריא המבוסס על הבשר היקר. וכן אומר רבי יוסף קולון: "דגבי עניים, אף על גב שיש להם ספק (=מספיק) לגלגל בחיי צער קצת, או אפילו יהיה להם די הספק בדרך ממוצע (=ברמת חיים בינונית), מכל מקום ברבות הטוב להם, תחת ליטרא ירק לפעם יוכלו לקנות ליטרא דגים או ליטרא בשר להבריא גופם", וזה ע"פ הסוגיא בחולין הזו.

להלכה, פוסק הרמב"ם כסוגיא זו<sup>79</sup>: "צוו חכמים בדרך ארץ, שלא יאכל אדם בשר אלא לתאבון... דיו לבריא לאכול בשר מערב שבת עד ערב שבת, ואם היה עשיר כדי לאכל בשר בכל יום, אוכל". אם כן, תבשיל של ירק הוא מאכלו של העני בלבד. ועקרון זה, שלפי הרמה הכלכלית התפריט, נמצא בדברי המדרש רבה<sup>80</sup>: "אמר רבי לוי, למדתך תורה דרך ארץ, לפי עשרך תאכל, ופחות ממה שאתה (=מה שיש לך) תלבש, ויותר ממה שאתה, תדור". לצרכי אוכל, יש להוציא הוצאות לפי המעמד הכלכלי, על לבוש יש להוציא פחות מהמעמד, ועל דירה נאה יותר מן המעמד. אולם בגמרא שלנו, הדיעות הן אחרות: "לעולם יאכל אדם וישתה פחות ממה שיש לו, וילבש ויתכסה במה שיש לו, ויכבד אשתו ובניו יותר

77 "ואינך אימת, מערב שבת לערב שבת"; חולין שם, והכוונה שיבשלו ליטרא בשר לכבוד יום השבת.

78 "אמר רב, צריכין אנו לחוש לדברי זקן (=ראב"ע); חולין שם.

78\* שו"ת מהרי"ק קכ"ח. וע"ע בשו"ת רב פעלים ח"ד חיו"ד סי' א' בד"ה ועוד אני רואה, הדן בהיטל הגאבילה (=מס על הבשר), כי מס זה פוגע בעניים, לפעמים יותר מבשירים. וע"ע בשו"ת חוקות חיים לרח"פ סי' צ"ג, על ענייני מס הבשר הזה, ובספרו נפש כל חי ג': א', וכן בספרו משא חיים ג': י"ז.

79 הרמב"ם הל' דיעות פ"ה ה"י.

80 בראשית רבה כ': י"ב, תורגם מן הארמית, ומעיו זה בפסחים קי"ד ע"א.

ממה שיש לו, שהן (אשתו ובניו) תלויין בו, והוא תלוי במי שאמר והיה העולם<sup>81</sup>. כדברי הגמרא הללו נפסק להלכה אצל הרמב"ם<sup>82</sup>.

וכן הוא בדברי רבי יוסף קארו, ע"פ סוגיא זו של חולין: "ולא יאכל בשר תדיר"<sup>83</sup>. אולם בפוסקים אחרים מובא שאנו סומכים על דבריהם של רבי יוחנן ורב נחמן לאכול בשר, "ומכל מקום לא יאכל אלא כדי חיזוק הגוף, ולא יסגף גופו כלל, אבל מכל מקום לא יעדן עצמו בתפנוקים"<sup>84</sup>.

בקורת על אכילת יתר של בשר נמצאת גם כן בפירושים לפסוק בשמות<sup>85</sup>: "ויאמר משה, בתת ה' לכם בערב בשר לאכול". ואומר הלקח טוב: "מכן (=מכאן) שאין אדם (צריך) לאכול בשר שתי פעמים ליום, וכן הוא אומר, 'כי תאוה לאכול בשר', ושלא להרבות סעודותיו יותר מדאי"<sup>86</sup>. ועוד כתוב במדרש, "מכאן שלא לשבוע בבשר"<sup>87</sup>.

81 חולין פ"ד ע"ב. וראה כנה"ג ליו"ד סי' כ"ח הגב"י ס"ק ד'.

82 רמב"ם הל' דיעות שם. יישוב לסתירה בין המקורות הללו בנוגע לגובה ההוצאות על האוכל נמצא בפירוש יפה תואר לבראשית רבה שם, בכך: יש הבדל בין בריא, לבין שאינו בריא; בריא יוציא פחות, אינו בריא יוצא יותר. אולם עיין בפירוש אור הישר לחולין פ"ד ע"ב שם.

83 ב"י לטור יו"ד ריש סי' כ"ח, וכן הוא בדרישה לשם ובט"ז ליו"ד שם, ס"ק א'. ועיין שדי חמד, אסיפת דינים מערכת אכילה אות א' (תרצ"א).

84 מהרש"ל, ים של שלמה לחולין שם, פ"ו סי' ג'. וכן הוא ברמב"ם, שאין דברי תורה מתקיימים במי שמעזן עצמו באכילה ושתייה; רמב"ם הל' ת"ת פ"ג הי"ב. דברי היש"ש הובאו להלכה בכנה"ג ליו"ד סי' כ"ח הגב"י ס"ק ה', והכנה"ג מוסיף שאם אדם חלש צריך גם לעידונים, הרי שזה ג"כ נקרא "לחזק גופו". וע"ע בדרת"ש ליו"ד שם, ס"ק ז'. לגבי קביעות גובה ההכנסות בזמן הזה לפי דברי ראב"ע הנ"ל, עיין בשו"ת נוב"י מ"ת חזו"מ סי' י"ד, שהכל לפי המקום, הזמן, והכלכלה המקומית. וע"ע בשדי חמד מערכת דינים, מערכת אכילה, אות א' (עמ' תרצ"א).

בכה"ת לאור"ח סי' קנ"ז ס"ק ל"ז: אכילת בשר עדיף בסעודת הלילה מבסעודת היום, ע"ש במקורותיו. וע"ע בפירוש עלה לתרופה למלבי"ם הל' דעות פ"ד ה"ז, לגבי אכילת הבשר לבריאות. ועיין לעיל בפרק חיות בית כתחביב, בנושא הוצאות מיותרות.

85 שמות ט"ז: ח'.

86 עיין תורה שלמה לפרשת בשלח שם, ס"ק ג"ט. וע"ש במפרשי המקרא בזה.

87 מדרש הביאור כת"י, מובא בתורש"ל שם ס"ק נ"ט. וע"ע במדרש הרפואה לר"מ פרלמן, ח"א עמ' 54 ואילך, ובאנציקלופדיה תלמודית ערך "בשר", בפרק "טבעו".

אין לאדם להרגיל את בנו בבשר ויין<sup>88</sup>, ומטעם זה מדקדקים בדין בן סורר ומורה בכמות הבשר אשר הוא אכל, כי אכילת בשר מושכת את האוכל להתרגל בו<sup>89</sup>.

וברוח זה גם דברי הגמרא בפסחים<sup>90</sup>: "אמר רבה בר חנה, אמר רבי יוחנן משמו דרבי יהודה ב"ר אלעאי: אכול בצל (ירק), ושב בצל (ביתך), שלא תצטרך למכור ביתך; רשב"ם), ולא תאכל אווזין ותרנגולים, ויהיה לבך רודף עליך ("ומתאווה לאכול כל שעה שהורגלת"; רשב"ם)". ובהמשך שם, משל בפי העם, "מי שאוכל אליה (=בשר שמן) מתחבא בעלייה (מפני הנושים הבאים לגבות חובותם), אבל האוכל ירקות, ישרה כגדות הנהר (עם יתר העם, שאין לו תובעים ונושים)". ומפני זה, "אמר רב הונא, כל עיר שאין בה ירק, אין תלמיד חכם רשאי לדור בה"<sup>91</sup>. ומסביר רש"י: "לפי שהירק טוב למאכל ונלקח בזול, ויכול לעסוק בתורה".

עניים ביותר גם נזהרו מאכילת ירק חי, כי טבעו לעורר את התיאבון, ואין לו לעני במה להשביעו: "אמר רב חסדא, אני לא אכלתי ירק, לא בעניותי ולא בעשירותי. בעניותי משום דמגרה (התיאבון), ובעשירותי כי אני סבור, במקום שיכנס ירק, ייכנסו בשר ודגים"<sup>92</sup>.

88 חולין פ"ד ע"א שם.

89 סנהדרין ע' ע"א וברש"י לשם; אנת"ל שם.

90 פסחים קי"ד ע"א, תורגם מהארמית.

91 עירובין נ"ה ע"ב. בהמשך הסוגיא בגמרא ובתוס' שם בד"ה כל עיר, דנים בשום ובכרשים, אם הם בריאים או לא, וכן בתקופות השנה השונות, ע"ש. וראה גם ברמב"ם הל' דיעות פ"ד, ובירושלמי סוף מסכת קידושין, ובספר חסידים סי' ש"צ ובמקור חסד לשם. בסוגית הגמרא דברכות מ"ד ע"ב מבואר דאין לאכול ירקות לפני ד' שעות ביום, או לפי דעה אחרת בסעודה ראשונה לאחר הקזה, כי "ירק חי מוריק", היינו "נוטל תואר הפנים", וגורם גם לריח רע בפה אוכלו. גמרא זו לא הובאה להלכה אצל הפוסקים.

על הרפואות בתלמוד בזמן הזה ראה שו"ת חות יאיר סי' רל"ד ובשו"ת ציון לנפש חיה לר"ז לייטער סוף סי' פ"ד, ובעיני כל חי לרח"פ עמ' מ' ע"ד, ובשערים מצוינים בהלכה ח"א סי' ל"ב ס"ק ב', וח"ד סי' קצ"ב ס"ק ט' ובנפש חיה לר"ד מרגליות לאו"ח סי' קע"ט סעיף ו' ור"ח סעיף י"ז, ובפרדס יוסף לשמות ט"ו אות כ"ה עמ' ק"כ בד"ה ובענין רפואות. על עניני מדע בתלמוד בזמן הזה להלכה, ראה שו"ת הרשב"א ח"א סימן ט' (סתירות בין הפילוסופיה ובין הנבואה והקבלה), ובאריכות בד' פרימר, "קביעת אבהות ע"י בדיקת סוג דם", אסיא שבט תשמ"ג (ט': ג'), עמ' 39-61.

על אכילת פירות עיין סנהדרין י"ז ע"ב ובמרגליות הים לשם ס"ק ל"ד וברמב"ם פ"ד מהלכות דיעות.

92 שבת ק"מ ע"ב, תורגם מן הארמית.

בסיכום, הבעיה הכלכלית הכרוכה באכילת הבשר מוכרת ומוגדרת היטב בדברי חכמים, ואין להתעלם ממנה. לעומת זו, אין למי שהיכולת בידו להימנע מאכילת בשר, כי אכילת בשר תורמת לבריאות (ראה להלן), ולצלילות דעת בתלמוד תורה, וכדברי רב נחמן בתלמוד בנימוקו למה נמנע הוא מלפסוק הלכה לרבא, "כי לא אכל בשר שור"<sup>93</sup>.

## אכזריות ומוסר

על האכזריות דנו בפרק אחר (על השחיטה<sup>93</sup>), וכאן נתייחס רק לטיעון המוסרי, כאילו לבהמה יש זכות לחיים ובעצם זכויות, מעין אותן של האדם. מקור לזה ישנו בדברי הרמב"ן בפירושו לתורה<sup>94</sup>, בהסבירו סיבת האיסור לאדם ולאשתו לאכול בשר, "היה זה (אסור) מפני שבעלי נפש התנועה (= בעלי חיים), יש להם קצת מעלה בנפשם, נדמו בה לבעלי נפש המשכלת (= האדם), ויש להם בחירה בטובתם ומזוניהם, ויברחו מן הצער והמיתה". אם כן, בגלל הדמיון של בעלי החיים לבני האדם, דמיון בתכונות שכל ואינטלגנציה, והבחירה באכילה ובטוב להם, והנטייה לברוח מן הסכנה, לא הותר בשרם לאדם הראשון. ברם, לאחר שהשחית כל בשר את דרכו על פני הארץ, וניצלו החיות והבהמות רק בזכות נת, היתה בשרם לנח לאכול, כי בזכותו הם שרדו וזכו לקיום<sup>95</sup>.

וכן הוא בדברי הרמב"ם בספר מורה הנבוכים<sup>96</sup>, כי הצער אשר יש לבעל חיים במיתת וולדיו, דומה לצער האדם, ואי לכך אסרה התורה לשחוט אב ובן ביום אחד<sup>97</sup>, ולקחת ציפור האם על הבנים<sup>98</sup>.

93 ב"ק ע"ב ע"א: "דלא אכלי בשרא דתורא".

93\* וכן ראה בפרק על צער בעלי חיים, למצוות הקשורות עם בעלי חיים המנומקות מטעם האכזריות.

94 רמב"ן לבראשית א': כ"ט.

95 רמב"ן שם. וכן הוא בפירוש רבינו בחיי לבראשית א': כ"ח בסוף דבריו. ומעין זה, בספר העיקרים מאמר ג' פט"ו, ע"ש. וע"ע בזהר בראשית פ"ט ע"ב, ולעיל בפרק אכילת בשר הערה 23\*.

96 מורה נבוכים ח"ג פמ"ח.

97 ויקרא כ"ב: כ"ח.

98 דברים כ"ב: ו'. וע"ע ברמב"ן בפירושו לדברים שם.

אולם לעומת אלו, לדברי כולם הותרה השחיטה בבעלי החיים הכשרים לצורך אכילת האדם, וההריגה בבעלי חיים אחרים (אלו שאינם כשרים לאכול) לצרכיו האחרים (עורות, וכו')<sup>99</sup>. אם כן, להתחשב, לחוש ולחוס, לחמול ולרחם, כן. להימנע בגלל זה לא, כי הכל נברא לצורך האדם<sup>100</sup>: "ויאמר אלוקים, נעשה אדם בצלמנו כדמותנו, וירדו בדגת הים ובעוף השמים ובבהמה ובכל הארץ, ובכל הרמש הרומש על הארץ". ומסביר הרמב"ן<sup>101</sup>: "שימשלו בחזקה בדגים ובעוף ובכל הרמש... וימשלו בארץ עצמה, לעקור ולנתון ולחפור ולחצוב נחשת וברזל. ולשון רדייה, ממשלת האדון בעבדו". הכל עשוי לאדם והוא שולט בכל.

"הקב"ה ברא חי שאוכל חי כדי שלא יתרעם האדם לומר איך ייתכן שהקב"ה התיר לאדם לשחוט בהמות חיות ועופות ולא חש לצער בריותיו, לכך ברא שאר חיות אוכלי חיות". כך דעתו של רבי יהודה החסיד בנדון<sup>101</sup>.

## בריאות ואריכות ימים

מרבית המקורות הקשורים לשאלת הבריאות, מצביעים על העובדה שמקובל אצל רובם ככולם של חכמי ישראל, שאכילת בשר גורמת לבריאות הגוף. לא נוכל לעסוק בשאלה האם באמת הפרישות מאכילת בשר גורמת לבעיות אצל רוב בני אדם – להוציא מאלו הסובלים ממין ממיני האלרגיות, אחוז שומן גבוה בדם, וכדומה. אולם ראוי לציין שאבות מזון מסויימים מצויים בשפע בתוך הבשר, והפרישה ממנו מחייבת ידיעות מעמיקות וכמעט מקצועיות בתורת התזונה, כדי להשלים אבות מזון אלו ממקורות צמחיים. למרות של"חלבון מן הצומח ערך ביולוגי נמוך מזה הבא מן החי, ניתן להשלים את החסר ע"י תפריט מגוון המכיל דגניים, קטניות ואגוזים" (ואצל אחרים, "אף חלב וביצים"). סכנה גדולה צפויה במיוחד לילדים, לנשים בהריון או מניקות. ויש לתת את הדעת במיוחד להשלמת ויטמין B 12, מבלעדיו מגיעים למצבי חוסר דם (אנמיה). ועוד, ריבוי באכילת

99 רמב"ן שם.

100 בראשית א': כ"ו.

101 הרמב"ן בפירושו לבראשית א': כ"ו שם. וע"ע לעיל בפרק השחיטה, וברמב"ם בפירוש המשנה ב"ק פ"ד מ"ג.

\* 101 ספר חסידים סימן תקפ"ט, ע"ש עוד. אולם לעומת זה, דעתו היא בענין מצות כיסוי הדם שיש כאן משום מחאה נגד שפיכות דם החיה והעוף, ולכן עלינו להתבייש ולכסותו: ס"ח סימן שע"ב ובפירוש לשם, וכן הוא בפירוש בעל הטורים לויקרא י"ז: י"ג.

התאית הנמצאת בצומח אינו דווקא לברכה בבני המעיים, ויכולה התאית לגרום להפרעות העיכול, ולסיבוכים אחרים<sup>102</sup>. נעניין במקורותנו.

לעיל כבר הובא, שלמרות הבעיות הכלכליות הכרוכות באכילת בשר באופן שיגרתי, מומלץ הדבר באופן מיוחד לאלו שאינם בריאים<sup>103</sup>, במיוחד לחולים בכלל ולחולים הסובלים מחוסר דם בפרט. "רב אמר, נפשא חלף נפשא (=נפש במקום נפש, והכוונה כי הדם הוא הנפש)"<sup>104</sup>. לומר, אם אדם הקיז דם לרפואה, על זה "אמר רב יהודה אמר רב, ימכור אדם קורות ביתו ויקח מנעלים לרגליו. הקיז דם ואין לו מה יאכל, ימכור מנעלים שברגליו ויספק מהן צרכי סעודה. מאי צרכי סעודה? רב אמר בשר, ושמואל אמר יין". וברוח זה במקורות רבים<sup>105</sup>. וכן הוא לגבי נשים בהריון: "אשה שאכלה בשר, יהיו לה בנים בריאים"<sup>106</sup>. לחולים אחרים מומלץ בשר עוף במיוחד<sup>107</sup>.

כבר בתנ"ך מקובל רעיון בריאות הבשר. והנה אצל דניאל וחביריו סופר שביקש נבוכדנצר מלך בבל מאשפזו רב סריסיו, "להביא מבני ישראל ומזרע המלוכה ומן הפרתמים, ילדים אשר אין בהם כל מאום (=מום), וטובי מראה ומשכילים בכל חכמה, וידעי דעת ומביני מדע, ואשר כח בהם לעמוד בהיכל המלך, וללמד ספר ולשון כשדים". לילדים אלו ניתן לאכל "דבר יום ביומו מפתבג המלך ומיין משתיו". מבין אלו היו "דניאל חגניה מישאל ועזריה"<sup>108</sup>. דניאל סרב לאכול ממאכל הלא כשר של ארמון המלך

102 אנציקלופדיה עברית שם, בערך "צמחונות וטבעונות". וראה סוגית הגמרא בעירובין נ"ה ע"ב לבעיות הללו, ובמדרש הרפואה ח"א עמ' 66 ואילך. אולם מקובל כיום שהמעיים זקוקים לכמות משמעותית של תאית (המצויה בשפע בפרות וירקות), ואין הדיאטה המערבית המצויה נכונה בדרך כלל בעניין זה; הערת רופא.

103 ראה לעיל הערות 79-76.

104 ברכות מ"ד ע"ב, שבת קכ"ט ע"א, וראה עוד בזהר חדש א' פ"ט: "אמר ר' חגי, בשרא דאכל בשרא, עביד דמא לגופא, ואתרבי גופא מיניה"; מובא במדרש הרפואה ח"א עמ' 55. ועניין בחולין מ"ד על אכילת כבד, המבריאה למי שחסר דם; מובא בשו"ת יביע אומר ח"ב חיו"ד סי' ח' אות ג'. וע"ע במדרש הרפואה ח"א פ"ב, ובאוצר ישראל בערך הקזת דם.

105 פסחים מ"ב ע"ב, ברכות מ"ד ע"א, חולין ע"ג ע"א, וכהנה וכהנה; ע"ש במדרש הרפואה שם, מעמ' 55 ואילך. בשר משלים את יסוד הברזל שנאבד עם דם ההקזה.

106 כתובות ס' ע"ב: "אשה דאכלה בישראל, הווי להם בני בריי"; מדה"ר שם עמ' 60. וכן "הרוצה שילבין (שיעדן) את בתו, יאכילנה אפרוחים סמוך לפרקה"; כתובות נ"ט ע"ב, מדה"ר שם.

107 ע"ז י"ד ע"א; מדה"ר שם. על הדגים, עניין ברכות מ' ע"א: "הרגיל בדגים קטנים אינו בא לידי חולי מעיים, ולא עוד אלא שדגים קטנים מפרין ומברין כל גופו של אדם"; מדה"ר שם עמ' 61, ועניין לעיל בדברי שו"ת מהרי"ק סי' קכ"ח.

108 ספר דניאל פרק א'.

נבוכדנצר, ובמקום מאכלי הטריפות והיין הלא כשר של המלך, בחר דניאל וחביריו לאכול "זרעים" ולשתות מים. למרבה הפלא, לאחר תקופת נסיון של עשרה ימים<sup>108</sup>, "נראה מראיהם טוב ובריאי בשר, מן כל הילדים האוכלים פתבג המלך". במקום האוכל הלא כשר, "זרעונים" ומים ניתנו להם, ודווקא הבריא והתיפן<sup>109</sup>. מהם הזרעונים הללו? רש"י: "מין קטניות"; רב סעדיה גאון: "פול הלבן ופול המצרי ופול העב והגולבון והאפונים והעדשים וחמיצין". והנה הצלחת הדיאטה הצמחונית הזאת, פלא היא: "נעשה להם נס, ונראה מראיהם טוב ויפה מהאחרים שהיו אוכלים פת בג המלך"<sup>110</sup>. ועוד, "כשאדם אוכל דבר שהוא נמאס עליו ולא רגיל בו, כגון גיעולי (=טרפות) גוים, דרך הטבע הוא שהנפש קצה בו, ואין נהנה ממנו... (אולם) הואיל והוא אוכל אותם (זרעונים, קטניות) בתאוה ובנפש חפצה, והם ערבים לו, הגוף נהנה מהם וכביכול שבשרו מתעדן ומתנעם"<sup>111</sup>. כלומר התפריט הצמחוני הצליח, או בגלל נס, או בגלל האלמנט הפסיכולוגי אשר באכילה. אגב, השקט באכילה מוכרת היטב בתנ"ך, והנה אומר הכתוב בספר משלי<sup>112</sup>: "טוב ארוחת ירק ואהבה שם, משור אבוס ושנאה בו". טובה אותה ארוחה צנועה של ירק כשהיא באהבה, מסעודה גדולה של בשר שור אבוס, והשנאה והקטטה חוגגות. אם כן, רק תוך תנאים מיוחדים - נס למעלה מן הטבע, או תפריט מיוחד, או מתוך מצב רוח פסיכולוגי מרומם, הצליח ניסוי זה. כך לפי הפירושים השונים.

\*108 והמדרש תופס נסוי זה כנסיון עמידה במבחן, כדוגמת נסיונו של אברהם אבינו ע"י הקב"ה בעקידה; ראה מדרש תנחומא לזירא, לפסוק וה' ניסה את אברהם, בראשית כ"ב: א'. וכן אצל אסתר, לפי דעת רבי יוחנן (מגילה י"ג ע"א). והנה על הפסוק במגילת אסתר, "וישנה לטוב בית הנשים" (אסתר ב': ט'), מעיר רבי יוחנן שהכוונה שהיא אכלה זרעונים כמו דניאל וחביריו, ולא התגאלה באוכל לא כשר, וזהו ה"טוב". שמואל סבור שהאכילה "קדלי דחזירי", והכוונה לראש חסא, לפי פירוש הערוך (ערך "קתל"), ודלא כרש"י למגילה שם, המסביר כפשוטו. וע"ע בפירוש מנות הלוי ובפירוש מגילת סתרים לר"י מליסא, לאסתר שם, ובפדר"א פ"ג ובפירוש הרד"ל לשם. וע"פ מקורות אלו, נהגו לאכול דברי זרעונים בסעודת יום הפורים; רמ"א אור"ח סי' תרצ"ה סעיף ב', ובמשב"ר לשם, וע"ע בכנה"ג לשם ס"ק כ"ה שהמנהג הוא לאכול זרעונים בליל פורים דווקא.

109 דניאל שם, פסוק ט"ו.

110 מדרש דניאל לר' שמואל מסנות, לדניאל א': ט"ו, וכן הוא באבן עזרא לשם בשם "הגאון". לדעת האבן עזרא, הם אכלו אורז מיוחד אשר באופן טבעי בכוחו להזין, "והוא מאכל אנשי הודו".

111 מדרש דניאל שם, אבן עזרא שם.

112 משלי ט"ו: י"ז.

וכן הוא בדברי הרופא הגדול, רבינו הרמב"ם<sup>113</sup>. בבואו לנמק מצות השחיטה, הוא אומר: "ואמנם מצות שחיטת בהמה היא הכרחית, מפני שהמזון הטבעי לבני אדם הוא מן הזרעים והצומח בארץ, ומבשר בעלי חיים, והטוב שבבשר הוא מה שהותר לנו לאכלו (ע"י התורה), וזה (=עובדה זו, שהבשר הכשר הוא אוכל בריא והכרחי) מה שלא יסופק בו רופא, וכאשר הביא הכרח טוב המזון להריגת בעלי חיים", ציוותה התורה על השחיטה, שהיא כידוע ממעטת בצער לבעלי החיים המומתים<sup>114</sup>. וכן הוא בהרכה מפרשים<sup>115</sup>.

וכן אומר רבי משה פיינשטיין, בדגו במצב הזקנים אשר ברוסיה הסובייטית, הגרים אצל בניהם שאינם שומרי כשרות: "איך לאכול בשר כשצריכים לבריאותם"<sup>116</sup>? וכן הוא אומר: הרי שברור "שמתחזק מאכילת בשר יותר מאכילת ירקות"<sup>117</sup>.

אם כן, ברוב המקורות אכילת הבשר מצטיירת כצורך הכרחי לבריאות, ופשוט הוא. לעומת מקורות אלו, דעה אחרת נמצאת אצל האברבנאל. בסוף פרשת בראשית<sup>118</sup> נמצאת רשימת תולדות עשרת הדורות מאדם ועד נח, ואורך חייהם של האישים נמנה ונספר במאות רבות של שנים. הרמב"ם מסביר את אורך חיים המוארך הלזה בכך שאין זה אלא ביחידים שבדור ממש, ואילו יתר הדור חי לפי מספר השנים המקובל אצלנו כיום. אלו היחידים האריכו ימים, "אם לסיבות רבות במזונו והנהגתו, או על דרך המופת (=הנס) ונוהג מנהגו"<sup>119</sup>. הרמב"ן בפירושו לתורה שם חולק על הרמב"ם וסובר שהתופעה היתה כלל אנושית, ולא רק ביחידים, מחמת העובדה שאלו היו קרובים בזמן ליצירת העולם. מצב זה נמשך עד זמן המבול, אז התקלקל אויר העולם. גם "טוב הנהגה" ומזון נכון תרמו למצב זה<sup>120</sup>. אולם לאברבנאל שיטה משלו<sup>121</sup>. ב"הנהגה הטובה והמזון הטוב", אשר גרמו

113 מורה נבוכים ח"ג פמ"ח, וע"ע ברמב"ם הל' דיעות פ"ה ה"י, ש"דיו לבריא לאכול בשר מערב שבת לערב שבת". וע"ע בהל' דעות פ"ג ה"א.

114 וכן אומר הרמב"ם במו"נ שם, פכ"ו: "הריגת בעלי חיים לצורך המזון הטוב מבוארת התועלת".

115 ראה ספר העיקרים מאמר ג' פט"ו, הרמב"ן בפירושו לבראשית שם, ועוד.

116 שו"ת אגרות משה חיר"ד ח"א סי' נ"ד. הוא מסיק שיש להקל בשעת הדחק, ורק בשעת הדחק, כאשר יש חזקה על הבת או הכלה שהיא לא תכשיל את הזקן באוכל לא כשר, ע"ש.

117 שו"ת אגרות משה ח"א ח"ג סי' נ"ד בד"ה ואחר שנתבאר.

118 בראשית ה': ה"ל"ב.

119 רמב"ם מורה נבוכים ח"ב פמ"ז, ח"ג פי"ג.

120 ראה ג"כ בדברי הריטב"א בספר הזכרון לבראשית שם.

121 פירוש האברבנאל לבראשית שם, ה': ג' (עמ' כ"ו, עמודות ג', ד'). מוסיף האברבנאל, "והתחבר לזה גם ענין המשגל, שהוא באמת מקצר ימיו של אדם. והם (יחידי הסגולה) לא היו

לאריכות ימים מיוחדת, הכוונה להנהגה טבעית, "והטבעית היא הנהגתם הטובה במאכל ובמשתה כפי הספוק מבלתי מותרות... אבל היו מסתפקים במאכל הצמחים והעשבים ושתיית המים. וידוע בספרי הרפואה כי המזונות כל אשר יהיו יותר פשוטים, יאריכו (האוכלים) יותר ימים, וכל אשר יהיו יותר מורכבים יוסיפו סרה", ורק יחידי סגולה עמדו במשמעת האוכל והשתייה הפשוטים, בלי לרדוף אחרי מותרות. אולם עקב קלקול העולם ע"י המבול, איבדו הצמחים את כח תזונתם, ואדם החל לאכול בשר לשם בריאות, למרות שאליבא דאמת, לדעת האברבנאל, אין אכילת הבשר מביאה לידי בריאות ואריכות ימים<sup>122</sup>.

מעניין שמקור קדום לשיטה זו נמצא בכתבי יוסיפוס פלביוס: "והדיאטה שלהם היתה יותר מותאמת לאריכות ימים, כך שזה היה טבעי שהם יחיו שנים רבות"<sup>123</sup>.

בסיכום, פרט לדעת האברבנאל (ויוסיפוס שאולי משקפת דעה עתיקה בחז"ל שאין לנו במקום אחר), מקובל ברוב רובם של המקורות שיש באכילת בשר משום בריאות, ואף חיוניות לגוף יש בה.

## סכום

תוס' 1734567

אוצר החכמה

לגבי צמחונות, רוב רובם של המקורות שסקרנו לא צידדו בכלל בעד הצמחונות. בעית האכזריות נפתרת לדעת חכמים ע"י השחיטה, אם כי יש החשים באכזריות מסויימת בנטילת נשמתה של הבהמה. הבעיה הכלכלית אף היא מוכרת. למרות הסתייגויות אלו, אכילת בשר כמעט והכרחית היא לבריאות האדם. ועוד יותר חיובית היא אכילת הבשר על פי הקבלה. רק דיעות מועטות צידדו בעד הצמחונות (בעיקר בעל העיקרים והאברבנאל).

להוטים בו". גם ענין הנס הצטרף. ובעצם גם הרמב"ם וגם הרמב"ן צודקים, וכן הוא בפירוש האברבנאל לדברים ראה י"ד: ג' (עמ' כ"ז צמודה ב').

122 פירוש האברבנאל לבראשית ה': ג' (עמ' כ"ו צמודה ד').

123 קדמוניות היהודים 1:3:9. כנראה הכוונה לאי-אכילת הבשר; ראה עמית, קורות הגרנטולוגיה (עבודה לשם קבלת תואר דוקטור לרפואה, מטעם ביה"ס לרפואה של האוניברסיטה העברית והדסה, ירושלים); ירושלים, אדר ב', תשל"ח (מרץ 1978), עמ' 111. על יוסיפוס וחז"ל עיין מבוא התלמוד לרצ"ה חיות פי"ח, ובתורש"ל חי"ז עמ' של"א"ב (פילון ויוסיפוס קבלו תורשבע"פ בדרך כלל), ובעמ' שמ"ו בד"ה דף שכ"ט אות י"א, ובחי"ח השלמות עמ' 214.

# עם הספר

חזון הצמחונות והשלום

סיכום מאמרו של הראי"ה קוק זצ"ל  
דעתו של הרב אלימלך בר-שאול

הקדמה לספר מאה שערים

לר' יצחק שני (מיוחס לרב מנחם ריקאנטי)

המצוות הקשורות לבעלי חיים

בתוך תרי"ג המצוות

ע"פ תורת בעל ספר החינוך בשרשי המצוה

שלמות האדם במה

סיכום שו"ת יכין ובוועז סימן קל"ד  
ביחס ללימודי הפילוסופיה והמדע

ביבליוגרפיה

הוספות

מפתחות

# חזון הצמחונות והשלום

במסה מסכמת לכל הנושא של הצמחונות ביהדות ע"פ מחשבת ישראל דן רבי אברהם יצחק הכהן קוק זצ"ל, והוא בקונטרס "חזון הצמחונות והשלום". דבריו בקונטרס זה מורכבים ממאמרים אחדים שעובדו למסכת אחת בידי תלמידו רבי דוד כהן (הנזיר המפורסם). היות ומאמר זה הוא בבחינת מאסף לכל המחנות בענין, נעייין בו בתור סיום לנושא זה<sup>1</sup>. להלן סיכום.

צ"ח 1234567

## א. הצדק בנוגע לבעלי חיים

השאיפה המוסרית להביא לתיקון מעמדם של בעלי החיים היא ביטוי להתקדמות האנושות. פילוסופיות אכזריות ניסו לדכאות רגש היושר כלפי בעלי החיים הנטוע בתוך תוכו של האדם, ללא הצלחה. עצם לקיחת החיים של יצור חי יש בו משום פגם מוסרי. מהמסופר אצל רבי יהודה הנשיא, שהתאכזר על העגל ולא שם לבו לשפיכות דמו, נענש ביסורים, ורק ברחמו על בני החולדה נרפא לו, נלמד רעיון זה במפורש, ולא בהסתר. אין דרכם של חז"ל להסתיר אלא לחשוף, לשם לימוד והוראה.

## ב. לא הותר בשר לאדם הראשון

למרות שהתורה העניקה הרדייה בבעלי החיים לאדם, אין הכוונה לרדייה של מושל עריץ שלא יודע רחם – הלא כתוב "עולם חסד יבנה"<sup>2</sup>, וכן "ורחמיו על כל מעשיו"<sup>3</sup>.

1 חזון הצמחונות והשלום מבחינה תורנית, תדפיס מתוך ספר לחי ראי, ירושלים תשכ"א, לוקט ונערך בידי הרב דוד כהן. החלק העוסק בטעמי מצוות נדפס ג"כ בתוך מאמרי הראיה, ירושלים תש"מ, עמ' 18-28, במיוחד 26 ואילך.

סיכמנו רק החלק הראשון של הקונטרס. הרואה יראה שמקורותיו של הראי"ה הם המקורות שהובאו לעיל, ולא נחזור עליהם בכאן, בבחינת בכלל דבריו דברנו. דבריו מבוססים בהרבה על דעת בעל ספר העיקרים, וכן על הקבלה, וראה עוד בספר חסידים מ"נ סי' תתרפ"ב. בסוף הפרק נביא מדעתו של ר' אלימלך בר-שאול ז"ל בנדון, בתור דעתו של רב ומחנך דגול וגדול בישראל, עצתו והדרכתו.

2 תהלים פ"ט: ג'.

3 תהלים קמ"ה: ט'.

ועובדה, שבשרו של בעל החי לא ניתן לאכילה, לא לאדם הראשון ולא לצאצאיו, עד זמנו של נח. זהו מצב מוסרי אידיאלי, ולא ייתכן שמצב מוסרי מתוקן זה חלף מן העולם לנצח. לעתיד, יחזור הוא במלא כוחו ומוסריותו.

## ג. הערת התורה והערת השכל

המוסר בנוי על שני יסודות, התורה והחכמה (=השכל), והתורה היא אשר מביאה לפיתוח השכל. כיום, האנושות כולה נמצאת במצב של ירידה ושפל רוחניים, ולעתיד לבוא יחזור העולם למצב של תיקון ושלימות כבעבר, בתקופת בראשית. אידיאלים נשגבים כגון ההימנעות מהריגת בעלי חיים, נחלת העתיד הם לימות המשיח, ודעת אל הדיעות בחכמתו נתנה רעיון זה רק ל"חלק קטן מבני אדם".

## ד. בשר תאווה

ההיתר לאכול בשר מנוסח בלשון התורה במונח של "תאווה" – "כי תאווה לאכול בשר"<sup>4</sup>, ויש כאן משום נזיפה לאנושות האוכלת בשר בעלי החיים; משום תאווה יש כאן. בזמן התיקון לעתיד לבוא, יקוץ האדם במיאוס ובגיעול באכילת בשר בעלי חיים, כדוגמת המיאוס והתיעוב שהוא מרגיש כיום באכילת בשר האדם.

## ה. עם הארץ אסור לאכול בשר

בקושי רב התירה התורה בזמן הזה לאכול בשר, ועיקר ההיתר הוא עבור האדם מישראל הלומד תורה, הזקוק להחליף כח ללמוד תורה, וע"י לימוד התורה ישנה התעלות לעולם החי.

## ו. ההיתר בשעת הנפילה המוסרית

המצב הרוחני הירוד בו נמצא העולם, בין תקופת הגן ובין תקופת לעתיד לבוא, הוא בבחינת מעבר. בזמן מעבר זה קשיים רבים. רבים מבני האדם נהרגו ונהרגים, לאור רפיון המוסרי הגדול של האנושות. לפי מצבו המוסרי הירוד של האדם, ראתה התורה לנכון להתיר לו אכילת בשר, כי גם בעלי החיים משתתפים בצרות ויסורי המעבר. במצב זה

מידת חסידות של שטות הוא לנהוג בהנהגה של לעתיד לבוא, שאיננה הולמת את המציאות של היום. הנהגה זו היתה מביאה לכלבול אצל בני האדם, כי אם אין הבדל בעינים של הבריות הבלתי מוסריות בין בשר האדם לבשר בעל חיים, יבואו אלו להתיר אכילת בשר אדם. וכי שלום ישנו כיום בין האדם לרעהו, והאם הצדק כבר שולט בחברה האנושית בצורה כזו שניתן לדאוג לצדק כלפי הבהמה והחיה? "על כן אין זאת המעלה (פרישת מאכילת בשר) הוגנת לו לאדם כלל, כל זמן שפלותו". ואם הדת היתה אוסרת או דוגלת בצמחונות, אזי תתגבר התאווה הבהמית לאכול בשר, ודבר זה היה מביא להריגת בני אדם לשם אכילת בשרם<sup>5</sup>.

## ז. ותור בשיקול דעת עליון

הריגת בעלי חיים היא ויתור על ערך מוסרי אחד, לשם הצלה ותיקון לערכים רבים אחרים, בבחינת הרע במיעוטו. שיקול זה הוא שיקולו של הקב"ה, היודע יצר כל היצורים.

## ח. הרחקה מחברת בעלי חיים

על האנושות ליצור "ספירה מרוחקת מחברת בעלי חיים", כדי להדגיש את ההבדל בין האדם ובעל החיים; בכל זאת אין בעל החיים בן אדם, ועל האדם להתרחק מן הבהמיות של הבהמות.

## ט. מניעת השפלת ההמון

המון העם היה מגיע לשפל גדול, לולא הניתוק בין האדם לבין החי, וכמאמר הכתוב<sup>6</sup>: "אל תהיו כסוס כפרד, אין הבין". ההתבוננות בסוס ובפרד גורמת לו לאדם לזקיפות קומה ולעלייה מוסריות הכרחיות.

5 בל נשכח שאותו צורר היהודים, היטלר ימ"ש, היה צמחוני ודאג לצער בעלי חיים, ומכאן ראייה לראי"ה.

6 תהלים ל"ב: ט'.

## י. נצחון האמת המוסרית

אוצר החכמה

הפטור מחובת המוסר כלפי בעלי חיים מעמיד את האדם במקומו הנכון. סוף האמת והצדק לבוא, לעתיד לבוא.

## יא. דברה תורה כנגד יצר הרע

תחושה טבעית לצדק ("מוסר כליות"), הפועלת לעתים גם בתוך מצפונם של הרשעים, היתה מוצאת את סיפוקה בהתחסדות עם בעלי חיים, ואזי הרשע היה ממשיך בדרכו להרע לבני האדם. אי לכך, לא הטילה התורה על האנושות חיוב מוסרי מופרז, כדי שכל השאיפה למוסר תצא לפועל בבני אדם, ולא בחיות בלבד.

## יב. תור המוסר הטהור והשלום

ובימי המשיח, לא נצטרך להיתרים שניתנו בגלל תקיפות יצר הרע<sup>7</sup>, שאין האדם יכול לעמוד כנגדן, ואזי ישלוט המוסר הטהור המוחלט.

## יג. המצוות חלונות האורה

המצוות הן בבחינת חלון לחדירת האור מן העתיד לבוא, ואם נתבונן בטעמי המצוות נגיע להבנה באור הצדק המוחלט של לעתיד לבוא (הרמב"ם עסק בטעמי מצוות של העבר – ע"ז וכדומה).

## יד. מצוות כיסוי הדם ושחיטה

מצוות כיסוי הדם של עוף או חיה שנשחטו לשם אכילה, היא מחאה אלוקית, כי כיסוי הדם מלמד על הבושה אשר בשפיכת דם היצורים הללו. וכן השחיטה צריכה להתבצע במיעוט צער בנטילת נפשו של הבעל חיים, ועל האדם להתחשב אפילו ברגשי המשפחה של בעל החי, ואלו מצוות אותו ואת בנו, מחוסר זמן (שחיטת עגל לפני יום ח' ללידתו)

7 "לא דברה תורה אלא כנגד יצר הרע"; קידושין כ"א.

ושילוח הקן. עשיית החשבון הזה מביאה לידי תפישת השכל, על מעמדו של בעל החיים. עצם האיסור לאכול דם בא להעיר לנו על אי המוסריות של שפיכות דם.

## טו. גבולי ההתעלות

העולם מתקדם ועולה, תקופה אחרי תקופה, לקראת העתיד המתוקן.

## טז. שינוי היחס לחיה ועוף ובהמה

שלא כהרי הבהמה הסמוכה על שלחנו של האדם (בקר או צאן), שם לוקח האדם את חיי הבהמה כתמורה לפרנסתו אותה, ואין הוא מרגיש בושה, הרי החיה והעוף שהוא צד והורג מן הבר, אין לו עליהם שום טענה ותביעה. לכן, מצות כיסוי הדם חלה רק על החיה והעוף, ולא על הבהמה, מטעם הבושה.<sup>7</sup>

## יז. איסור חלב

איסור אכילת החלב, היינו החלק השמן ביותר של הבהמה, בא ללמד לאדם שלא לרדוף אחרי מותרות מותרות. דיו לאדם שיאכל בשר, אשר הכרח לו בו, ולא להיות להוט אחרי החלק השמן ביותר של הבהמה, ואין אכילה זו אלא זוללות על חשבון החי. לעומת כיסוי הדם של החיה והעוף, אין צורך לכסות דמה של הבהמה (בקר או צאן), כי הדם הבלתי מכוסה הנמצא בסביבות משכנו של האדם יזכיר לו את הפגם המוסרי שבהריגה, "כי דמים צועקים עליו מן האדמה". אולם, כאמור, התיקון המלא הוא רק לעתיד לבוא.

## יח. הכנת הכיסוי

על פי ההלכה, יש להכין את העפר לכיסוי הדם לפני השחיטה, "כלומר הכנה לדבר זכר הבושת קודם המעשה, בעוד מועד להיות שב וניחם, להכיר כי לא יאתה לשלוח יד בחיי חיי".

<sup>7</sup> מקורותיו של הראי"ה הם בספר חסידים סימן שע"ב ובפירוש בעל הטורים עה"ת לויקרא י"ז: י"ג.

## יט. משפט השמוש בחלב וצמר

לבעלי מוסר, אין גם לקחת צמר מכבש הזקוק לו בעצמו, או חלב מפרה הזקוקה לחלב זה לעגלה. יש כאן משום גזל.

## כ. מציאות החלב כשביל הגדי

אין זה הולם לאכול הגדי הרך מבושל בחלב האם, אשר הטבע הכין בעטיניה להניק וולדה הרך, ואין החלב הזה תכלין לגבי אותו יצור עבורו הוא נוצר ומיועד למזונו.

## כא. איסור בשר בחלב בעת המעבר

האיסור החמור של בשר וחלב – התערובת הזו אסורה בעשייה (כישול), באכילה ובהנאה – מלמד ומרמז על יוקר הערך של הבעלי חיים, לעתיד לבוא.

## כב. טעם איסור שעטנז

אין לחבר יחד הצמר מן הכבש, והפשתן מן הצומח, בבגד אחד. מצוה זו באה ללמדנו, שהצמר נלקח כיום כמעט בבחינת גזל מן הבהמה אשר זקוקה לו אף היא, באכזריות. הצומח, אין בו משום אכזריות שכזו; ואם כן, האיסור בהחיבור ביניהם מזכיר לנו ומצביע על העתיד לבוא, בזמן הגאולה והתיקון.

## כג. היתר שעטנז בציצית ובגדי כהונה

היות ובבגדי כהונה ובמצוות הציצית, יש כאן ערך של רוממות לכל האנושות כולה, כאן אין מגבלה לשעטנז, כי מותר לקחת מעולם החי כדי לעבוד את ה', ועבודה זו היא היא רוממות האנושות כולה, ובעצם כל המציאות והיקום, כולל בעלי חיים, עולים במדרגה ע"י עבודה זו, ולטובתם היא.

## כד. כלל החוקים לעתיד

היות והחוקים הללו יונקים מן העתיד הרחוק, אין תפיסה שכלית לאומות העולם ואף ליצר הרע בהם, ואי לכך אלו מעליבים ("מונים") את ישראל על שמירתם, אולם עם

ישראל מתחזק בעברו את העולם הזה לקראת העתיד, ואין דוגמה לאחיזתה לחוקים אלו בשום עם אחר, והכל מתוך אמונה וצפייה לעתיד לבוא.

### כה. ערבים דברי סופרים

אולם חכמים יכולים לתקן תקנות לקראת העתיד, כי הרחמנות, הבישנות והגמילות חסדים הטבועות בנפשו של עם ישראל, תבואנה על שלימותן רק לעתיד לבוא, ע"פ תורת ישראל.

### כו. החמלה באיסור נבלה וטריפה

איסור אכילת בשר טריפה – היינו בשר הנלקח מבהמה לקויה בליקוי גופני גדול מסויים – מצביע ומרמז אף הוא על העתיד לבוא. חמלה על הבהמה החולה, על מכתה הגופנית, היא היא הפועל היוצא מלימוד הלכות טריפות, ויש כאן מקבילה לדין ביקור חולים אצל האדם. על האדם לסלוד מפעולות הטורפים למיניהם, ולהזדהות עם הנטרף. מצוה זו מכשירה, אם כן, את האדם לקראת חמלה על בעלי החיים.

### כז. הטבת גורל בעלי החיים

לעתיד לבוא יבוא האדם להטיב את גורלם של בעלי החיים, מכוון ומודרך ע"פ חוקי התורה.

### כח"ב. לעתיד לבוא.

בינתיים, אל תהי צדיק הרבה ואל תתחכם יותר<sup>8</sup>. לעתיד לבוא, במצב שאין דל, אביון ורעב בעולם, גם בעלי החיים יזכו למעמדים ומשפטים מוסריים ושלמים. ובזמן ההוא גם המלחמה נעלמת. עולם חדש יהיה אז. מדרגת בעל החיים של אז תהיה כמו מדרגת האדם של היום.

בסיכום: לעתיד לבוא, כן, בעולם הזה, לא (אולי רק ליחידים בתור יוצאים מן הכלל). כך ראית הראי"ה.

## דעתו של רבי אלימלך בר-שאול ז"ל<sup>9</sup>

- לאחר צטטו את דברי רבי יוסף אלבו בספר העיקרים שהובאו לעיל<sup>10</sup>, הוא קובע:
- א. לאור דברי בעל העיקרים, אין בצמחונות משום סתירה לרוח התורה. אדרבה, יש כאן תועלת מוסרית מסויימת.
- ב. אין זו שיטה לרבים, כי יש להדגיש כעת ההבדל בין בעל החיים השפל, לבין האדם.
- ג. אין לדגול בשיטה זו בתור עילה לנגח מוסכמות ושיטות חברתיות, ובוודאי לא בשם התורה. "איפכא מסתברא" ("להפך מסתבר") היא בכאן שיטה פסולה.
- ד. רוב רובם של יהודים כשרים ומאמינים אוכלים בשר, ודרכם זו כשרה היא, הגונה היא ומוסרית היא; אין להטיל דופי באוכלי הבשר ע"פ תורת ישראל. כמו שאין עוול לבהמה לאכול צומח, כך אין עוול לאדם לאכול את החי<sup>11</sup>.
- ה. והעיקר, שכל הכוונות תהיינה לשם שמים.

9 הרב אלימלך בר-שאול, מערכי לב, פט"ו עמ' 173-178.

10 ספר עיקרים מ"ג פט"ו.

11 ע"פ דברי המלבי"ם בפירושו לבראשית ט': ג'.

# הקדמה לספר מאה שערים לר' יצחק שני (מיוחס לרבי מנחם ריקאנטי)\*

(בגלל הצג הגישה הקבלית למצוות התורה הנמצא בהקדמה זו, הראוי לשמש כפתח לדרך הקבלה בענינים אלו, הובאה הקדמה זו בכאן לתועלת הקורא והלומד.)

## הקדמה

אמר המחבר בהיות כי כונת בריאת האדם היתה כדי שיגיע אל השלמות האמתית. שתהיה נפשו צרורה בצרור החיים. כמו שנאמר והיתה נפש אדוני צרורה בצרור החיים את ה' אלהיך. וכדי שתגיע נפשו של אדם אל המקום ההוא צריך אדם לעסוק בתורה עד שישג לידע הידועה (= הידיעה) האמתית הנקראת חכמת הקבלה. כי בידועה הזאת נפשו של אדם מתאחזת ותעלה אל המקום אשר ממנה חוצבה. וזהו שרמז שלמה המלך ע"ה על משכבי בלילות רמז למאמר הנפש כששוכבת בגוף הזה הדומה ללילה ומבקשת ידיעה שתאחז בה וזהו שאמר בקשתי את שאהבה נפשי. ולפי שאינה משגת השלמות בידיעת דרך הפשט. על זה אמר בקשתיו ולא מצאתיו. ואמר אקומה נא ואסובבה בעיר. רמז לתורה שבכתב. בשוקים וברחובות רמז למשנה ותלמוד. אבקשה את שאהבה נפשי ועם כל זה בקשתיו ולא מצאתיו. ואמר מצאוני השומרים. רמז לתלמידי חכמים ששומרין את התורה. כמו שנאמר ושמרתם את משמרת ודרשו רז"ל עשו משמרת למשמרת. כי צריך אדם שימצא עמהם כדי שיודיעו לו הידיעה שהנפש אוהבת. וזהו שרמז כמעט שעברתי מהם עד שמצאתי את שאהבה נפשי. ואז אחזתיו ולא ארפנו עד שהבאתיו אל בית אמי ואל חדר הורתי. רמז לגן עדן של מטה ולגן עדן של מעלה. נמצא שחכמת הקבלה היא הידיעה שנפשו של אדם אוהבת ומתאחזת בה. ותגיע אל השלמות האמתית שתהיה נפשו צרורה בצרור החיים. וזה אשר צריך לעשות כדי שיגיע אל השלימות האמתית. להשתדל יומם ולילה להגות בתורת משה איש האלהים. בחכמת אלהי. ולקרות בספרי הנביאים בתבונה. ולשורר בדברי הכתובים בדעה. ולגרוס מאמרי החכמים בעיון זך שכלי. ולהשתדל בחבורי המקובלים בשכל אלהי על פי מקובל. שידריך אותו בדרך ישכון אור. ולא כעור הממשש בצהרים כי אין דבור ומעשה בנביאים ובכתובים ובכל דברי החכמים ז"ל שאין בהם חכמה ותבונה ודעת. ובעשות זה צריך לשום לבו אחרי כן לדעת את השם הנכבד והנורא יתעלה ויתברך בתורה. ויחקקו בלבו חקוקה שאין לה מחיקה. כי על זה אמרו רז"ל שהשמות הקדושים אינם נמחקים שהם כולם על ציורים אלהיים. ואיך ימחק המצייר אחר שאין המצייר נמחק. ואל יזכיר אדם השמות בפיו בלא כונה. אבל יקדשם ויכבדם ויחשוב שהם מלאכי המציאות.

\* על הספר ראה א. טויבר, מחקרים ביבליוגרפים, ירושלים תרצ"ב, עמ' 31-2 (144).

ומלאכי השי"ת השלוחים אליו להעלותו למעלה למעלה. כמו שנאמר ולתתך עליון על כל הגוים. ונאמר וראו כל עמי הארץ כי שם ה' נקרא עליך ויראו ממך. כי התורה כולה והנביאים והכתובים מלאים שמות ודברים נוראים וחבר זה לזה וציירם ונסם ובחנם וצרפם. וחשוב שהם כתבי המלך ששלחם אליך ותשא ותתן בהם משא ומתן בהיר זך ונקי. למען ייטב לך והארכת ימים:

ומצד הידיעה הזאת יבא אדם לעבוד את בוראו כמו שנאמר דע את אלהי אביך ועבדהו. וכל מי שלא נתעסק בחכמת האלהית בין רב למעט, עתיד ליתן את הדין עלי'. והיא תובעת עלבונה לעולם הבא. כפי מה שאמרו רז"ל במדרש משלי כי אחד מן הדברים ששואלין בדין לעולם הבא הוא צפית במרכבה צפית בשיעור קומה שלי. ומלבד הטוב הגנוז בעולם הבא למתחכם בה. גם כן בעולם הזה. טועם טעם עולם הבא. ונדבק באלהיו יותר ממארי מקרא וממארי משנה ותלמוד לבד. וזהו מרוב הדבקות ששיג האדם עם הבורא יתעלה בחכמה הזאת. וגם מתוך השמחה תצא נשמתו בנשיקה:

ולכן עוררני לבי לרדוף אחרי החכמה הזאת ואמרתי אחכמה והיא רחוקה ממני. כי מי הוא זה ואי זה הוא אשר ישם גבול לים הגדול. כך החכמה האלהית אין לה גבול אבל סמכתי על מאמר רבי טרפון שאמר לא עליך המלאכה לגמור ולא אתה בן חורין להבטל ממנה אחד המרבה ואחד הממעיט ובלבד שיכון לבו לשמים. ועוררני לבי לתת טעם במצות על דרך האמת ואף על פי שאמרו רז"ל אין טעם במצות כונתם על דרך הפשט. לפי שבמצות יש כונת מצוה וכונת מצווה. כונת מצוה הוא השי"ת ונעלם מעיני כל חי. על זה אמרו אין טעם במצות. אמנם מצד כונת המצווה יש לנו לתת טעם בהן. ועל דרך האמת המצות הן מתאחדות בספירות כדמיון הענפים והסנסנים באילן. והספירות הן מצוות לעשות מצות הבורא יתברך ויתעלה. הרמז לעלת העלות. ומצד הבורא יתעלה אין לאדם לפצות פה ולצפצף ולשאול טעם כל שכן לתת טעם בסבה ראשונה יתב' כי אין בבורא ית' ויתברך שום שנוי בעולם. אך הוא מגיד מראשית אחרית. ובהתחדש הדברים המחודשים אצלנו אין שנוי רצון בו יתב' כי הוא כבר ידע מתחלה הדבר הזה. העתיד להיות ולא נשתנה דבר בחפץ הבורא יתברך. כדי שנוכל לומר שיצא החפץ ההוא מהכח אל הפועל בענין החפץ הנמצא בנו. מפני שכל פועל זולתו ית' אינו פועל אלא מפני שצריך אל הפעולה ההוא לפיכך לא תתקורר דעתו עד שיגמר הפעולה ההוא וא"כ נמצא חפצו בכח ויוצא בידי מעשה בהשלמת מלאכתו. וחלילה שיהיה הדבר כן אצל הבורא. כי הוא ית' ויתברך לא עשה הדבר כדי להשיג הצורך ההוא. ואם נאמין שחפץ מחודש. נמצא החדוש בעצמות הבורא ית'. ונתחייב חדוש הקדמון. אך הבורא ית' ויתברך הוא וחפצו אחד. וכמו שהוא קדמון כך חפצו גם כן מגיד מראשית אחרית. וכל העתידות גלויות לפניו. א"כ נתבאר

ש'אין בבורא ית' לא שנוי חפץ ולא שנוי רצון לא גדר ולא פעולה ואין לומר עליו לא יש ולא אין ולא שום דבר בעולם. ואין מחיצות העולם מגבילין אותו. כי הוא ית' בכל מקום שוה. ומאחר שאלו הדברים נעשו אצלנו בהקדמות אמתיות. כי מי שאינו מודה בהם אין לו אלוה כלל. וכל מה שמדדו רז"ל בספר המרכבה. לא מן הבורא מדדו אלא מן הספירות. וכל מה שאמרו בענין הספירות. לא מן הבורא אמרו כי הספירות הם כמו כלי האומן שהאומן פועל בהם פעולתן להבדיל אלף אלפי אלפים פעמים. והם דברים שהם שוים לכל דבר ותמורתו ועל כן אין אנו יכולין לקרב הדבר לדעת החוקר. כי לא נוכל לדמות אלא מן הדברים שאנו רגילים בהם. וענין זה דמה אותו החכם לרצון הנפש. כי כמו שהנשמה היא מתלבשת מן הגוף. כן הבורא ית' שמו אורו הגדול מתנוצץ בכלים האלו וקראום החכמים ספירות. והתפשטות סבה ראשונה ית' וית' בכלים האלו נקרא אצילות ואין הספירות מגבילות אותו. אלא הם מקבלים שפע ממנו יותר מכל שאר הנבראים. וחלילה שיהי' בהם גוף וגשמות. אלא הם מיני גווני אורה והם כמו אור העין היוצא מן העין. כי האור אינו כלום אלא הדבר המושג על ידי האור נתפש בציור מחשבת הלב. ומציירת הצורה ההוא בלב האדם. בכח המחיה. וכל מה שדברו רז"ל בענין הספירות אין ראוי לאמרו בבורא יתעלה ויתברך. כי אם נאמר שהעשר ספירות הם הבורא יתב' ממש עצמותו אם כן היאך יהיה הבורא אחד והמספר עשר. ואין לשום חלוק בעצמות הבורא ית' וית' ומה חלוק יהי' בין מדת הדין למדת הרחמים אעפ"י שבזה נוכל לומר כי בענין המדות אין שנוי בעצמותן אלא השנוי הוא מצד המקבלים. מכל מקום איך נשים חלוק בין המדות לקרוא לזו ימין ולזו שמאל. ולזו ענף. ולזו שרש. כי ידוע הוא כי מצד שמאל נשפעין כל הטומאות ומעשה כשפים ושדים ונקרא' בספר הזהר המופלא מחשבת רעה ומצד ימין הוא הפך. ואם הוא בבורא ממש היאך נשים חלוק בפעולות הבורא ית'. ועל כן קראו הבורא ית' נשמה לנשמות כלומר נשמה לספירות שהם דברים דקים ועמודי אור מצוחצחים. ואין לדקותם תכלית. כמו הנשמה שהיא בגוף האדם. ואי אפשר לדעת מהותה ודברים האלה סתומים וחתומים. ילאו הלבבות ויתמהו המחשבות. ואיך יעלה על הדעת להיות גוף נלאה ונמס יכול לכלול הכלל המקיף את הכל והיאך יראו עינים החשוכות והנלאות להסתכל בפנים הרואות ואינם נראות. ופנים חדשות להסתכל בעקרי הקדושות:

אמנם מה שהרשות נתונה להשיג ולהסתכל בענין הספירות. שכל מה שנמצא בכל הנבראים בין בעולם המלאכים. בין בעולם הגלגלים. בין בעולם השפל. הכל הוא דוגמא לעשר ספירות. ומבחן כי בגלויין נתגלה בכל הנבראים ענין עשר ספירות כמו הצל אצל הצורה. כד"א כי צל ימינו עלי ארץ. וכל מה שנמצא בכל הנבראים הוא ענין דוגמת עשר ספירות בלימה. וכשבא אדם התחתון נעשה בדמות צורה העליונה. מצוייר בתוכו עשר ספירות. וכשנבראת צורת האדם למטה. נמצאו עשר ספירות למעלה. וכו' כל שאר