

# טעימות הדף היומי

עם הרב אברהם משה הלוי רוט  
ale@ale.com

שיעורי "טעימות" מיועדים ללומדי הדף היומי המבקשים להעשיר את הלימוד עם "נושא מעניין לקחת הביתה". הם כוללים נושאים לדיון, פולמוסים, חיזוקים, לקחים, קושיות, הקשרים לפרשת השבוע והמועדים, ועוד ועוד. מטרת השיעורים לעודד שיח תורני גם לאחר שהלימוד הסתיים. בבית או בעבודה, עם האשה או הילדים, בשבתך וביתך ובלכתך בדרך.

השיעורים נמסרים באולפני "קול הלשון" וניתן לצפות בהם באתר, או להקשיב בטלפון 03-6171111 ולהקיש ברצף (משמאל לימין): # 41670658 \* לתגובות והארות, ולקבלת הגליון בקביעות: a0527652027@gmail.com הפקת הגליונות כרוכה בהוצאת משאבים רבים של עריכה וגרפיקה, ניתן להשתתף בעלויות ובזכויות!

ולפעמים בחור צעיר נשבע ללמוד 18 שעות ביממה... האם זה נחשב לקיים מצווה או לבטל את המצווה?

[האמת, שגם אם נניח שאין כאן שבועה "לבטל את המצווה", אבל יתכן שלגבי "נדרי מצווה" – כשהוא לא נשבע אלא רק קיבל על עצמו, אולי אין זה "דבר מצווה" שקבלתו תחייב אותו, כיון שיוצא מזה קלקול גדול לבחור או למשפחת החוזר בתשובה וכדומה].

לכאורה הנידון לגבי השבועה להצביע/לא להצביע בבחירות, דומה לזה. המעשה מצד עצמו איננו עבירה/מצווה אבל ההשלכות שלו כן. וצריך עיון בכל זה.



## היסטוריה | השבועות לפני בחירות

הגמרא שלנו עוסקת בבירור הילפותא ממנה למדנו שהנשבע לבטל את המצווה אין שבועתו שבועה. הדין הזה עמד במוקד של פולמוס גדול בשנות השמונים, עם הקמתה של תנועת ש"ס. רבנים ו'רבנים' ממפלגות שונות השביעו את מעריציהם להצביע למפלגה פלונית/אלמונית – תמורת ברכה והבטחת ישועה. גדולי ישראל מכל החוגים והעדות קבעו שכל ההשבועות בטלות ומבוטלות מכיון שזו שבועה לבטל את המצווה – להצביע לפי הוראת רבותיו היכן יתגדל יותר כבוד שמיים.

יש כאן חידוש. הרי אין כאן "מעשה מצווה" מוחלט אלא "עקיפי". עצם פעולת ההצבעה איננה מצווה מצד עצמה, אלא שהיא חלק מה"מכשירים" שיגרמו ויגלגלו חיזוק למצב היהדות בארץ הקודש. ובכל זאת – החשיבו זאת שבועה לבטל את המצווה.



## מהדף ליומי | באו מדבר סיני!

בדף שלנו נמצא האיזכור היחיד בכל ששה סדרי משנה ל"מושבע מהר סיני". שאר האיזכורים של המושג הזה נמצאים בגמרא, אבל בלשון המשנה רק במשנה שבדף שלנו.

והנה בדיוק היום, ראש חודש סיוון, באו ישראל



הגיע חשוק ונחשק לחושק וחשוק ושמחו שמים וארץ | "אור החיים"

**מדבר סיני.** ההגעה למדבר סיני היתה מאד משמעותית, עד שלמרות שעדיין לא קיבלו את התורה, כבר הגיעה שמחה עצומה בכל העולמות, כמו שכתב האור החיים הקדוש במילותיו המרגשות (שידידי ויקירי החזן ר' שייקי הרשור עמל בימים הללו להלחין להם ניגון מתאים):

"ויסעו מרפידים – קשה, למה איחר המוקדם? כי פסוק זה היה לו להקדים קודם פסוק שלפניו שאמר "באו מדבר סיני". ואולי שהוא על דרך אומרם "אהבה מקלקלת השורה" להקדים המאוחר. שלהיות כי הוא זה יום המקווה לבורא, לתורה, לעולם, לעליונים ולתחתונים ומיום הבריאה הם יושבים ומצפים: מתי יבואו בני ישראל מדבר סיני? לזה, כשהגיעו שמה לא עצרו כח לספר סדר הדבר, ותיכף קדמה ההודעה באומרו ביום הזה באו וגו': הגיע חשוק ונחשק לחושק וחשוק ושמחו שמים וארץ כי זה הוא תכלית הבריאה ותקותה ואחר כך חזר הכתוב להודיע פרטן של דברים..."

גם הרמב"ן כותב שהתורה מתחילה ומכריזה באופן חגיגי



## עיון | מצווה שהיא עבירה – חלה עליה שבועה?

היה יהודי שזכה לחזור בתשובה, רבותיו הורו לו שלא להוציא את מכשיר הטלוויזיה מהבית, בעיקר בשביל שלא לצער ולהרחיק את אשתו שטרם חזרה בתשובה. והנה, ברגע אחד של חיזוק, הוא נעמד ונשבע לזרוק את הטלוויזיה מהבית.

האם זה נחשב "שבועה לבטל את המצווה"? המעשה מצד עצמו הוא מצווה ופרישה מאיסורים, אבל בעקבות ההשלכות הצפויות למעשה הזה לכאורה הוא נחשב עבירה.

אין היא יוזמת כלום. הרי היא מעמידה עצמה כהפקר כלפיו, הוא שולח את משה אליה, מכון את דרכיה וקובע את סדר ההתרחשויות.

הרמב"ן מתאר איך בני ישראל בראש חודש סיון לא עסקו ב"פירוק המזוודות" והכנת האוהלים, אלא מיד התייצבו "עם הפעקלאך" שלהם מול ההר, "ויחן שם ישראל נגד ההר". אנחנו מוכנים ומזומנים!

כנסת ישראל כבר מוכנה, הגיע החודש השלישי, היא במקום החופה, כאיש אחד בלב אחד. היא כבר מקיימת את דברי הר"ן על מצוות הכלה בחופתה "מבטלת דעתה ורצונה ומשוי נפשה אצל הבעל כדבר של הפקר".

**זהו. זה עיקר קבלת התורה. לסמוך על הקב"ה, להעמיד את עצמנו בפסיביות מולו, ולתת לו להוביל אותנו.** תומת ישרים תנחם.

**זאת המצוה להרגיש בכל יום,** כאילו היום הגענו למדבר סיני ואנו עומדים לפני ה' בהתבטלות גמורה ובבטחון עצום – **כל אשר יאמר ה' נעשה.**

לזה קיוו וציפו עם ישראל מצאתם ממצרים – להגיע אל החופה ולהיות מוכנים שיעשה בהם הבעל כרצונו. ממתים שהגיעו לשם "קבעו שמחה ויום טוב". היום הזה הוא "היום המקווה לבורא, לתורה, לעולם, לעליונים ולתחתונים, שיושבים ומצפים מתי יגיעו ישראל למדבר סיני".

אולי זה הביאור בכך **שבדף שלנו** נקרא החיוב לקיים המצווה "מושב עם מהר סיני". אין הדבר תלוי בי להישבע לבטל את המצוה, הרי כבר "שחררתי את המושכות", התייצבתי בהר סיני והעמדתי עצמי מול הקב"ה כהפקר, כל מה שהוא מצווה עליי כבר לא בבחירה שלי, "דבר שאי אפשר הוא" כפי שלמדנו אתמול ברש"י. הרי אנחנו בכל יום מגיעים אל הר סיני ואיך אחייב עצמי בביטול המצווה ואנהג ב"עצמאות" מול הקב"ה.



### מהדרך לפרשה | במדבר סיני

העניין הזה שקיבלנו את התורה בסיני דווקא, נלמד גם **בפרשת השבוע.** חז"ל בתחילת **פרשת במדבר** דורשים על כך שהתורה מדגישה שה' דיבר אל משה "במדבר סיני":

"...למה [פירט הכתוב שהיה הדיבור] במדבר סיני, מכאן שנו חכמים בשלשה דברים נתנה התורה, באש ובמים ובמדבר. באש מנין, [שנאמר] והר סיני עשן כולו [מפני אשר ירד עליו ה' באש], ובמים מנין, שנאמר גם שמים נטפו גם עבים נטפו מים, ובמדבר מנין [שנאמר] וידבר ה' אל משה במדבר סיני "למה נתנה בשלושת דברים הללו אלא מה אלו חנינם לכל באי העולם כך דברי תורה חנינם הם, שנאמר הוי כל צמא

"בחודש השלישי לצאת בני ישראל מארץ מצרים – ביום הזה באו מדבר סיני!" בעבור היות ביאתם במדבר סיני **שמחה להם ויום טוב, ומעת צאתם ממצרים נכספים אליו כי ידעו ששם יקבלו את התורה.**



### העמקה | מה המשמעות של "מהר סיני"?

מדוע הגמרא מדגישה את מקום השבועה "מושב עם מהר סיני"? וכי אם היה מושבע בערבות מואב לא היתה זו שבועה המחייבת? ...

נראה לבאר בהקדם מה שיש לעיין מהי **השמחה הגדולה בכך שבאו ישראל אל מדבר סיני?** הרי עדיין לא קיבלו את התורה, ואפילו לא עלה משה אל ה', רק חנו במדבר סיני. מה בכך? מדוע זו שמחה עצומה כל כך? מדוע יש כאן מילוי תקוותם של הבורא, התורה, העולם, העליונים והתחתונים שציפו שיגיעו ישראל למדבר סיני.

וביותר צריך להבין את דרשת חז"ל על הפסוק "**ביום הזה באו מדבר סיני**" שבכל יום ויום צריך אדם לראות את עצמו כאילו באותו יום בא למדבר סיני. לכאורה היו צריכים לומר "כאילו באותו יום ניתנה תורה לישראל", אבל מדוע צריך להרגיש כאילו כל יום הוא ראש החודש השלישי שבאו בו מדבר סיני.

והנה, מבואר באור החיים ש"הר סיני" הוא מקום החופה. כאשר הכלה מגיעה לחופה, היא כבר מצידה מוכנה, כעת היא "משחררת את המושכות" ונותנת לחתן להוביל אותה.

האור החיים מבאר בזה ביאור נורא הוד מדוע לא הגיעו ישראל למדבר סיני מיד אחרי יציאת מצרים:

"...הוצאתי בענין ואראה עוצם חשקו יתברך בישראל שניכרת מתוך מעשיו, בהעיר למה הטריחם ה' בדרך עד החדש השלישי? ...היה לו לקפוץ הארץ ולהגיע למדבר סיני בו ביום ושם יתעכבו עד ספור שבעה שבועות ויהיה זמן הכושר. אכן זה יגיד **עוצם חשק נתינת התורה לישראל**, כי לגודל חשקו ברוך הוא בהם לא רצה להביאם ולהתעכב זמן ארוך בלא חתונה בבית חתנות, ולזה היה ממעיט הימים בריחוק מקום. ותקח לך שיעורן של דברים מחשוק וחשוקתו כי לא יצטער בעכבתו מבוא אליה כל זמן שלא הגיעו עת דודים ועדיין לא עלתה כלה לחופתה, אשר לא כן **בעת כלה בחופתה לא יעצור כח לעכב ביאתו אליה.**"

נמצא שמראש חודש השלישי, כבר יכולה הכלה להיכנס לחופתה, כי גם אם לא יעצור כוח לעכב ביאתו אליה – יהיה הדבר מותר.

עד שבאו מדבר סיני היתה הכלה נוסעת וטורחת להגיע לבית בעלה. היה לה תפקיד. מעתה – היא מצאה מנוחה בבית בעלה, הגיע חשוק ונחשק לחושק וחשוק, ומעתה –

עוד יש לדקדק שהמשפט "ואיזו היא הרעת אחרים? אכה את פלוני ואפצע את מוחו" היה צריך להיכתב קודם "מנין לרבות הטבת אחרים וכו'", מיד אחרי שאמרו "אוציא נשבע להרע לאחרים". ומדוע הפסיק באמצע העניין של הרעת אחרים בלפנותא להטבת אחרים.

ונראה, דהנה הטבת אחרים שנאמרה כאן אין מדובר בהטבה מינימלית למי שזקוק לזה כדי חיותו, דזה הרי מצווה גמורה מן התורה, צדקה או השבת אבידה וכו', ואי אפשר להישבע על זה, אלא כאן מיירי ב"הטבת אחרים" הרבה יותר מכדי חיותו, שנותן לו מתנות וגומל עמו חסדים בעין יפה.

לכך, אחרי שהגמרא ריבתה "הטבת אחרים" ומזה מוכרחים אנו לבאר שהכוונה ל"הטבת אחרים" גדולה מאד, הרי ממילא צריך לפרש גם את "הרעת אחרים" בכזה אופן, שהיא "הרעת אחרים" גדולה הרבה יותר מן המינימום, ולכן נקטה הגמרא לשון רעה גדולה של הכאה ופציעת מוחו.



#### וורט | מדוע "הנשבע לגמול חסד" חלה שבועתו?

בסוגיא שלנו מבואר שהנשבע לגמול חסד ולהטיב לאחרים שבועתו חלה, ואין זה כמו הנשבע לתת צדקה או להציל נפשות וכדומה. וכבר נלאו הלומדים לבאר הדבר, מדוע גרעה מצוות חסד שמתייחסים אליה כ"מצווה חלשה" שאין בה טענת "מושבע ועומד מהר סיני"?

והנה, מצאנו עוד שני עניינים (לפחות) בהם מצות "גמילות חסדים" יוצאת דופן משאר המצוות:

**א' אדם שגמר בדעתו לעשות מצוה, אפילו מנהג טוב – אסור לו לחזור בו.** אבל אם גמר בדעתו לגמול חסד עם חברו – יכול לחזור בו. לכן מי שהחליט להלוות לחבירו כסף – אסור לו לחזור בו, אבל אם החליט להשאיל לו חפץ – יכול לחזור בו. (אהבת חסד פ"א סק"ח). וכן מי שהבטיח לעני לטרוח עבורו טירחה שבגופו, יכול לחזור בו, כי אין זו אלא גמילות חסדים (ש"ך חו"מ רמג,א בשם המהרי"ק שורש קלג). מה הפשט בזה? **מדוע גמילות חסדים גרועה ממנהג טוב בעלמא?**

**ב' אדם שעוסק במצוה פטור מכל המצוות, חוץ מהעוסק במצוות גמילות חסדים.** לכן, אדם ששומר על אבידה פטור מלתת צדקה לעני, אבל המשאיל חפץ לחבירו אינו פטור באותה השעה מליתן פרוטה לעני משום שאין זו מצווה גמורה, "דק" גמילות חסדים. (אהבת חסד פ"א סק"ז). **מה הכוונה בזה? מדוע זה גרוע מכותב תפילין ומזוזות או מעוסק בצרכי ציבור?**

את התשובה אני מעניק בחינם לקוראים היקרים של גליונות "טעימות", אבל מפציר בכם: אל תחלקו אותה לאחרים בחינם, אל תהיו פרייארים, תדעו שההסבר הזה שווה המון, תדרשו עליו תשלום גבוה, וביורו!..

לכו למים. דבר אחר, וידבר ה' אל משה במדבר סיני, כל מי שאינו עושה עצמו כמדבר הפקר אינו יכול לקנות את החכמה והתורה לכך נאמר במדבר סיני".

כלומר, אין כאן רק 'קולא' שאפשר לזכות בתורה בחינם, גם ללא ייחוס וזכות אבות, כמו שכל אחד יכול להיכנס למדבר, אלא גם יש כאן 'תביעה' שלא להרגיש איזו בעלות והתנשאות על התורה, כאילו היא 'שייכת' לו יותר משאר העם, כי אם אינו משים עצמו כמדבר הפקר אינו יכול לקנות את החכמה והתורה. וזהו הדמיון למדבר, שאין לו משלו כלום, ואינו תובע דבר מזולתו, אלא מחשיב עצמו לכלום.



#### חרפות | לפני נס פורים – היה אפשר להישבע על דבר מצוה?

הקשו לרבינו שלמה קלוגר קושיה: האם לפני נס פורים היתה שבועה על דבר מצוה יכולה לחול. שהרי כתוב בגמרא שעד נס פורים היה "מודעא לאורייתא" שהיו יכולים לטעון שההתחייבות בהר סיני היתה בעל כרחם באמצעות כפיית ההר כגיגית, ורק בפורים הדר קבלוה מאהבה ושוב אין להם טענת מודעה. אם כן, לפני נס פורים, היה מקום לשבועה לחול, כיון שמצד השבועה מהר סיני יכול לטעון מודעא.

ותירץ הגרש"ק שאם הוא מבקש לבטל את קבלת התורה מטענת מודעא, אם כן גם שבועה לא תועיל על זה, שהרי החיוב לקיים את השבועה גם הוא כתוב בתורה...

[ויש להוסיף על דבריו, דאמנם לקמן דף כט נלמד בעז"ה שה"שבועה" היא דבר מחייב עוד קודם מתן תורה, שהרי היא בעצם המחייבת את קבלת התורה, כי נשבענו עליה. אך מכל מקום את פרטי ההלכות של החיוב והעונש מלקות וכפרת הקרבן, זה אינו אלא עפ"י התורה, ומי שלא קיבל את התורה אין לו הלכות שבועות, ולכן אם יטען מודעא שוב לא תחול גם השבועה לקיים את התורה].



#### דקדוק | מדוע נקטה הגמרא "ואפצע את מוחו"

הברייתא אומרת: "מה הטבה רשות אף הרעה רשות, אוציא נשבע להרע לאחרים ולא הרע שאין הרשות בידו, מנין לרבות הטבת אחרים? ת"ל: או להטיב. ואיזו היא הרעת אחרים? אכה את פלוני ואפצע את מוחו".

ואין מובן מדוע נקטה כזו דוגמא מזעזעת של "ואפצע את מוחו", הרי כבר כשאומר "אכה את פלוני" הרי זו הרעת אחרים, גם אם אין זו מכת מוות אכזרית אלא רק מכה מצערת.

המתים וְעַמְדֵי. ב' יתן ה' לְכֶם וּמְצָאן מְנוּחָה אֲשֶׁה בֵּית אֵלֶיךָ. מה פשר שתי הברכות הללו? "יעש ה' עמכם חסד" "יתן ה' לכם".

המתרגם שם מבאר, שיש כאן שני עניינים: "יתן ה' לכם" – שכר מלא על מעשיכם, ומלבד זאת "יעש ה' עמכם חסד כאשר עשיתם עם המתים ועמדי".

כך כתב גם רבינו יוסף אבן יחיא (הביאו בשורש ישי) עפ"י דברי התרגום 'כי שתי תפילות היתה נעמי מתפללת עליהן, הא' שיעשה ה' עמהן חסד והוא מתנת חנים כאשר הן הנה התחילו לעשות עמה ועם בניה... והשני כי יתן ה' גמול הטוב על ראשן מדה כנגד מדה כאשר הטיבו עמה'.

נמצא שלדעת המתרגם ישנן ב' מיני גמול על עשיית החסד, הא' עצם השכר הטוב על מעשה החסד וזהו "יתן ה' לכם", והב' שמלבד השכר יגמול עמו הקב"ה חסד חנים שלא בתורת שכר על מעשהו כשם שהוא עשה עם חבירו חסד חנים, וזהו 'יעש ה' עמכם חסד כאשר עשיתם'.

נראה להוכיח דבר זה גם ממטבע של תפילה 'גומל חסדים טובים... וזוכר חסדי אבות ומביא גואל לבני בניהם למען שמו באהבה', אשר לכאן צריך ביאור לשון זה 'גומל חסדים' הלא אם הוא גמול שוב אינו חסד אלא תשלום על מעשהו.

עוד יש לתמוה שבתחילה אומר 'וזוכר חסדי אבות' ומשמע שבשכר מעשיהם מביא גואל לבני בניהם ולבסוף מסיים 'למען שמו באהבה' והיינו שלא מצד זכותם אלא למען שמו, ועיין מה שפירשו מפרשי התפילה.

אך לדברינו מבואר היטב, מידתו של הקב"ה היא 'לגמול חסד', כלומר שמלבד עצם השכר על מעשה החסד עוד הוא גומל למתחסד כמידתו ומביא עליו 'חסדים' שלא בתורת שכר, כשם שהוא עצמו עשה החסד שלא בתמורה אלא במתנת חנים, וזהו שמסיים שבזכות חסדי האבות גם הקב"ה מביא לנו הגאולה במתנת חנים למען שמו באהבה. כלומר, הן אמנם התעוררה מידת החסד על ישראל כגמול על חסדי האבות, אבל לאחר שנתעוררה שוב אינה מתייחסת כלל למעשיהם (ואינה בבחינת 'אגר שלים') אלא הרי היא למען שמו וטובו באהבה (בבחינת יעש ה' עמכם חסד).

וזה כמו שנתבאר בסוגיא שלנו: ה"חסד" (ה"הטבה לאחרים") איננו נובע ממחוייבות ומצווה אלא מרצון לתת ולהעניק בלי שום סיבה, לכן הוא לא נחשב "דבר מצוה" אלא "דבר הרשות".



פליאה | מותר לאכול דבר הקשה לגופו?

בסוגיא שלנו מבואר שיש הטבה, אכילת רשות, שהיא רעה – מפני שמזיקה לגופו, ויש הרעה, מניעת אכילת רשות, שהיא

בכל "גמילות חסדים" יש פרדוקס פנימי, מדוע שאני אגמול איתו חסד בכך שאבוא לכבדו בנישואי בתו, אדרבה, שהוא יגמול איתי חסד בכך שיוותר על טרחתי שלא יבוא לכבדו בנישואי בתו. מי אמר שאני צריך לעשות חסד ולהשאל את הרכב שלי לשכן שלי, אולי הוא יעשה עמי חסד בכך שישאיר לי את הרכב שלי שלא יתבלה משימוש?

הרי איננו עוסקים כאן בעזרה לעני ואביון, זה בכלל מצות צדקה, אלא בגמילות חסדים בין אחינו בני ישראל, אם כן, למה לא יגמול המקבל חסד עם הנותן ויחזיר לו את חסדו.

זאת ועוד, לפעמים חבר מבקש עזרה פיזית, לסייע לו לסחוב משהו או לשמרטף את ילדיו. ועולה השאלה: הלא אותו חבר הינו עשיר גדול ב"ה, אם כן מדוע לא יתכבד וישכור פועל או בייביסטר במיטב כספו. מה חסד יש בכך שאני אטרח עבורו והוא לא יצטרך להוציא כמה פרוטות מכיסו? ...

### מכירים את השאלות הללו?

כל השאלות הללו נובעות מהבלבול בין "חסד" לבין "רחמים". מצד מידת הרחמים אין סיבה לרחם על השכן שמחתן את בתו בעיר מרוחקת, אדרבה, אולי יחמול הוא עליי מטלטולי הדרכים. גם אין סיבה לרחם על מי שמעותיו מצויות בכיסו ולסייעו בהתנדבות כפועל וכבעל מלאכה.

אבל כאן מגיעה מידת ה"חסד" – הרצון לתת, ללא סיבה מקדימה. לא בגלל שמגיע לו, לא בגלל שהוא מסכן, לא בגלל שאין לו, אלא בגלל שאני אוהב אותו, ואוהב לתת לו... זה חסד.

לכן, אי אפשר לפטור את האדם משאר מצוות, בטענה שהוא עוסק במצות חסד. חסד לא עושים כחלק ממערכת המצוות והחיובים, חסד זאת התנדבות גמורה, רצון אישי לתת. אי אפשר להיפטר מהחיובים שלי בטענה שאני עוסק במשהו שהוא מרצוני האישי.

לכן אי אפשר להתחייב לעשות מעשה חסד מדיני "נדרי מצוה". חסד איננו "מצווה", חסד הוא נדבת הלב, מעצמי. אי אפשר להתחייב לזה מצד נדרי מצוה.

לכן, בסוגיא שלנו מבואר שאפשר להישבע להיטיב לחבירו, כי אין כאן "דבר מצוה" אלא "דבר הרשות". אילו היה זה "דבר מצוה" – לא היה זה חסד... כל היופי והעוצמה של החסד – שאיננו "דבר מצוה" ובכל זאת הוא מיטיב לזולת. זאת המצוה של חסד...



מהדף לחג | "יעש ה' עמכם חסד כאשר עשיתם"

הבה נפנה את מבטינו לנעמי וכלותיה הצועדות בדרך ממואב אל ארץ יהודה. נעמי מבקשת להיפרד מכלותיה, והיא מברכת אותן בברכה כפולה: א' יעש ה' עמכם חסד כאשר עשיתם עם

טובה – להימנע ממאכל המזיקו.

מפורש בתורה.

וזה פלא, הרי אסור לאדם לאכול דברים המזיקים לגופו! הרי נצטוונו בשמור נפשך מאד ובונשמרתם מאד לנפשותיכם, והרי כתב הרמב"ם בהלכות דיעות ד,ב:

"רוב החלאים שבאים על האדם אינם אלא או מפני מאכלים רעים, או מפני שהוא ממלא בטנו ואוכל אכילה גסה אפילו ממאכלים טובים, הוא ששלמה אמר בחכמתו שומר פיו ולשונו שומר מצרות נפשו, כלומר שומר פיו מלאכול מאכל רע או מלשבוע ולשונו מלדבר אלא בצרכיו".

ובאמת יש דנים האם כל המאכלים הרעים שהזכיר הרמב"ם אסורים מצד ונשמרתם, כמו שכתב הרמב"ם בהלכות רוצח ושמירת נפש לגבי המכשולות המסכנים את האדם.

ואולי יש להוכיח מכאן שאם אוכל פעמים רחוקות – אין בזה איסור.



#### וורט | מדוע שבועה לקיים מצוה מזרזת את האדם

והנה, מבואר בגמרא בנדרים שלמרות שהשבועה לקיים את המצוה איננה חלה, מכל מקום מותר להישבע כדי לזרז עצמו למצוה, כמו שאמר דוד נשבעתי ואקיימה.

ונחלקו הפוסקים האם הכוונה שהשבועה – גם שאינה חלה – מ"מ מחייבת אותו לעמוד בדבריו, או שלמרות שאין לו שום חיוב לקיים השבועה מ"מ זה מזרז אותו. מה הפשט בזה?

הסביר מו"ר הגאון רבי ישראל בן שלום זצ"ל: הרי איך היצר הרע מפתה יהודי לא לקיים מצוה? ע"י שהוא משכנע אותו שזו "איננה מצוה"... אם כן, השבועה לקיים את המצוה "נועלת" אותו מכל הכיוונים: ממה נפשך, אם אין זו מצווה – הרי ממילא השבועה חלה על דבר הרשות...

אולי לפי"ז נבין מדוע הדגישה הגמרא לגבי "הרעת אחרים" שמדובר באופן של "אפצע את מוחו", כי ב"מכות בעלמא" בדרך כלל המכה סובר שהוא עושה "מצוה" גדולה... ממילא אי אפשר לטעון לו שזו שבועה לבטל את המצוה, אבל "לפצוע את מוחו" הכל מודים שאין בזה מצוה, אלא שמרוב שנאתו וכעסו מגיע לידי עבירה חמורה כזאת.



#### בית הוראה | נשבע להפסיק לעשן, חלה השבועה?

נפקא מינה בכל זה גם לאידך גיסא: אדם שנשבע שהוא לא יעשן יותר לעולם, האם השבועה חלה או שזו שבועה לקיים את המצוה, כמו מי שנשבע שלא יאכל יותר בשר חזיר.

ואולי משום דברי הר"ן שכל שהאיסור אינו מפורש בתורה השבועה חלה עליו, וכן "ונשמרתם" עפ"י פשוטו אינו עוסק בשמירת הגוף והנפש אלא באיסור עבודה זרה, ולכן אף שדרשו משם על שמירת הגוף והנפש אין זה נחשב איסור