



Pélé Yoets

Akhila Véchtiya - Nourriture et boisson - Aleph

אכילה ושתייה יש בהם שלשה סוגים: מצוה והתר ואסור. ויש ביד האדם לעשות כל סעדותיו סעדות מצוה בהצטרף אלו התנאים הנאמרים באמת מפי סופרים אשר מפיהם אנו חיים. ראשונה צריך ל, כון באכילתו שיהיה בריא וחזק לעבודת האל יתברך שמו, ולהיות "גמל נפשו איש חסד" (משלי יא יז), דהינו לברר ולהוציא לאור כל ניצוצי הקדשה הדבוקים בכל אשר יאכל ואשר ישתה. וצריך להתפלל על מזונו קדם כל אכילה, והוא חיוב גדול כמבאר בזהר (שמות דף סב). (ואני הקטן סדרתי נסח תפלה להוציא הכונות שאמרנו בפה, כי יש תועלת בהוצאת הפה לזכירת הלב, וגם יועיל להשרות קדשה על האכילה בפרט שכונתו לשמים, וסמכתיה בבית תפילתי בסיעתא דשמיא.) והנה הקורא בספר הקדוש "ראשית חכמה" (שער הקדושה טו) בעיניו יראה כונות האכילה אשר שוו בשעוריהן עם הקרבנות. אשרי ילוד אשה אשר ידו משגת להיות בונה בשמים עליותיו על ידי אכילותיו, ובלבד שיכון לבו לשמים ויעשה הדברים כדת וכהלכה, וטהר ידים יוסיף אמן (איוב יז ט) לזהר בנטילת ידים כהגן וכתקון חז"ל:

וחרדה ילבש בבואו לברך את קונו אשר הזמין מזונו ושאר הנאות, מה מאד צריך לזהר לברך הברכות כתקון אות באות תבה בתבה, ומה גם בהזכרת ה' כל עצמותיו יאחזמו רעד, כי את המלך ה' צבאות רם ונשא ישא ברכה ואם לא יזהר, חס ושלום, את ה' הוא מגדף, ואחר כונת הלב הן הדברים. לכן צריך לזהר בכל הברכות, ובפרט בברכת הנהנין, וביותר בברכת המזון שהיא דאורייתא, לא מפני שהיא ארכה תהיה חטופה, רק



Questions au Rav Dayan (tome 5)

Ces questions, vous vous les êtes posées un jour, ou vous vous les poserez dans l'avenir...

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - www.torah-box.com/editions



ערוכה כדת וכהלכה, והוא דבר שהדעת מחיבו ועין רואה בנהג שבעולם אפילו בברכת הדיוט, כל שכן וקל וחמר בבואו לברך למלך הכבוד, אים ונורא, אשר מחסדו הגדול הרשנו לברכו ולהזכיר שמו הנכבד והנורא, ולמצוה יחשב לנו, וקובע לנו שכר וברכה על הברכה, לכן צריך לזהר לאמרה כהלכה. וגדר לזה לומר כל הברכות בקול רם, כי הקול מעורר הכונה, וידע נכונה אם ברך, ולא יכנס בספק, ויהיה זוכה ומזכה לענות אחריו אמן, וילמדו ממנו שאינם בקיאים. וגם צריך לזהר לקיים דברי חכמינו ז"ל לטבל פרוסת המוציא במלח שלש פעמים, ולא יעבר במקום שאפשר, כי כל דבריהם עומדים ברומם של עולם: וצריך לישוב בכבוד על השלחן, כי על שלחן המלך הוא אוכל. וידוע מעשה הרב רבי ישראל נאגרה בזמן האר"י ז"ל, שהיה משורר על שלחנו בקול נעים, והיו מתקבצים מלאכי השרת כבמזמורי חתן וכלה, והיו זרועותיו מגלות מפני החם, וקול מן שמיא נפל, ברחו לכם מאצל האיש הזה שממעט בכבוד שמים, שאינו יושב בכבוד על השלחן אשר לפני ה', ותכף פרחו כלם. והרב האר"י היה רואה מביתו את המראה הגדול הזה, וגלה סודו להרב ישראל נאגרה, וחרד חרדה גדולה, וקשט עצמו וישב בכבוד, וחזר לשורר כבראשונה, וחזרו מלאכי השרת להתקבץ כבתחלה. לכן הירא את דבר ה' כלו אומר כבוד. וצריך לזהר לאכל בדרך ארץ, ולא כדרך הרעבתנים והגרגרנים שאמרו עליהם בזהר הקדוש (ב' פינחס, דף רמו) שהם מסטרא דעשו דכתיב בה (בראשית כה ל): הלעיטני נא, והוא נבזה ונמאס בעיני אלקים ואדם: וכן צריך לזהר להיות אוכל לשבע נפשו, ולא ימלא כרסו לצבות בטן באכילה גסה, כי שם הרגיעה רשעה, כל הולך על גחון בונה מכון ליצר הרע, שכן כתבו המקבלים שכל מה שמוסיף בחל יותר על כדי שבעו מוסיף כח בסטרא אחרא ומחזיק את יצרו הרע שיתגבר עליו, ומה גם המרבה בסעדות הרשות ושמחת מרעות מוסיפין כח גדול בסטרא אחרא, שכמו שהמצוה



Questions au Rav Dayan (tome 5)

Ces questions, vous vous les êtes posées un jour, ou vous vous les poserez dans l'avenir...

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - www.torah-box.com/editions



תתעלה ומוספת כח בפמליא של מעלה בהיותה נעשית ברבים, כל קבל דנא העברה שהיא נעשית ברבים הלא היא ברבת, ומוספת כח אל הסטרא אחרא. וכבר כתבו חכמי המוסר, שהאוכל יותר מכדי ספוקו כמה רעות עושה: א. שעובר על בל תשחית, ועוד שמאבד זמן האכילה וזמן היציאה, ואם יתקלקל האצטומכא ויהיה טרוד הרי שלשה זמנים. ואם יחלה וימות הרי זה מתחייב בנפשו. לכן שומר נפשו ירחק מאכילה ושתייה מרבה, לא יאכל אלא כשירעב, ולא יאכל עד שישבע לגמרי אלא פחות מעט. וכתב הראב"ד, שהמושך ידו מהמאכל שערב לחכו לכפרת עוונותיו, חשוב כאלו התענה וכמזבח כפרה (רבנו יונה בס' יסוד התשובה). והרי זה פקח, שאוכל לשבע נפשו וחשוב כאלו התענה. והאוכל לשם שמים לא ילך אחר הערב לחך ומזיק לגוף, אלא אחר המועיל לגוף אף על פי שאינו כל כך ערב לחכו. וביותר צריך לזהר משתייה מרבה, כי אש היא עד אבדון תאכל, ועצומים כל הרוגיה. רבים שתו, "שד" שתו, שד ושבר בגבולם, רע להם ורע לעולם. וכבר חז"ל הפליגו בגנותם. ובפרט לתלמיד חכם, יגדל הכאב אם ישתה ויצא מן השורה בין עמי הארץ, כי שם שמים מתחלל על ידו, ואשרי משכיל יכלכל דבריו במשפט:

כתיב (משלי כג ב): ושמת שכין בלעך אם בעל נפש אתה. מה מאד צריך לזהר מכל נדנוד אסור התלוי באכילה, כי נמצא הגוף גדל באסור ואשמה הנפש ההיא, מרעה אל רעה יצא, כי טמאתה בשוליה ולא תוכל להשיג ארחות חיים ליראה ולאהבה את ה' הנכבד והנורא ולעבדו עבודה שלמה. לכן צריך להיות זהיר וזריז ולעמד על השוחטים שיהיו אמנים בקיאים ויראי ה' מרבים, ויזרז את בני ביתו שיבדקו יפה יפה עד מקום שידם מגעת על אסור תולעת, ולא יאכל פרי שגדל בו תולעים עד שיחתכנו תחלה ויבדקנו, וכן צריך לזהר הרבה מתערבת יתושים ופרעושים ומיני שרצים דקים הנופלים במאכל בימות הקיץ גם בלא דעת, וצריך להיות בקי בדיני יינות ומאכלים במגען של



Questions au Rav Dayan (tome 5)

Ces questions, vous vous les êtes posées un jour, ou vous vous les poserez dans l'avenir...

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - www.torah-box.com/editions



עכו"ם ונעלם מן העין וכדומה. ומה טוב ומה נעים להתנהג בפרישות ולברח מאה שערים של התר כדי שלא לכנס בשער אחד של אסור, כי כל עמל אדם לפיהו (קהלת ו ז), ושמר פיו ולשונו שמר מצרות נפשו (משלי כא כג):

וצריך לזהר שלא להקפיד על בני ביתו על שום דבר והן בכלל בענין האכילה, אפלו הקדיחה תבשילו ולא עשתה אשר יכשר לו, ולא יהא רק שוגג כמזיד ואנס כרצון. ולא יכעס עם אשתו ומשרתיו ואנשי ביתו, כי איש כמדתו מן השמים דנים אותו, וכתוב (איוב לא יג יד): אם אמאס משפט עבדי ואמתי בריבם עמדי, ומה אעשה כי יקום אל וכי יפקד מה אשיבנו. העמק בזה ותעביר על מדותיך, כי יותר ממה שאשתך ומשרתיך חייבים בכבודך ובעבודתך אתה חייב בכבוד ועבודת קונך:

וצריך לזהר לומר דברי תורה על השלחן, ולא יעבר מקרא מקרא או משנה. וכשהוא בחברת בני אדם, אם בר הכי הוא פיו יהגה חכמה לזכות עצמו ואחרים עמו, ואי לאו בר הכי או דלא מסתיעא לה מלתא על כל פנים הוא ילמד בינו לבין עצמו איזו משנה השגורה בפיו, כגון "כל ישראל" או "רבי חנניה" וכדומה, וכל המרבה הרי זה משבח. ומאחר שהפליגו בזהר הקדוש (שמות קנז ב) בשבח המגיע למעלה זכרון בית המקדש על שלחנו ומצר ודואג על חסרונו, על כן נהגתי לומר בריתא זו על השלחן לצאת בה גם כן ידי חובת דברי תורה: תניא. אמר רבי יוסי: פעם אחת הייתי מהלך בדרך ונכנסתי לחרבה אחת מחרבות ירושלים להתפלל וכו' (ברכות ג א). תניא. רבי אלעזר אומר: שלש משמרות היו הלילה וכו' (שם). יהודה בן תימא אומר וכו' (אבות ה כ). ובשבת אני רגיל לומר משנת יהודה בן תימא וממרת אמר רבי יוחנן משום רבי יוסי כל המענג את השבת נותנים לו נחלה בלי מצרים וכו' (שבת קיח, א). רבי חנניה בן עקשיא וכו'. ואחר כונות הלב הן הדברים; בעדן עציבותא עציבותא, ובעדן חדוא חדוא:

והאיש אשר הרחיב ה' את גבולו, מה נעים גורלו אם יזהר לתן



Questions au Rav Dayan (tome 5)

Ces questions, vous vous les êtes posées un jour, ou vous vous les poserez dans l'avenir...

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - www.torah-box.com/editions



חלק מסעדתו לעני אשר יחסר לו מתן אדם ירחיב לו בעולם הזה ובעולם הבא. ומה טוב לגדל יתום ויתומה בתוך ביתו, שבזה צדקתו עומדת לעד בכל סעדה וסעדה. ואשר קצור קצרה ידו, יכון לקים זאת באשר זן את בניו ובנותיו, שגם זה נקרא עושה צדקה בכל עת. ובשבת ויום טוב נכון להיות כל איש שורר על שלחנו, יתן קולו לכבד את קונו מחנו אשר חננו: מים אחרונים חובה מבית ומחוץ בשבת ובלכת. ורבים עברו ובטלוה לנטילותא, ובפרט עוברי דרכים. וצריך לזהר יותר ממים ראשונים, והעובר על דברי חכמים חייב מיתה (ברכות ד ב), ולפם צערא אגרא:

ובסעדת מצוה צריך לזהר, שלא תצא שכרן בהפסדן בדבר דבר אשר לא כדת, כגון ליצנות ודברי נרגן ואונאת דברים ושחוק וקלות ראש וכדומה, רק לעולם יהא מורא שמים עליו למכסה, ובזה אכילתו ירצה כקרבן אשה, וכאשר יתנהג כשורה על פי התורה יהיה שלחנו מזבח כפרה:

וצריך שיברך ברכת המזון בנחת ובקול רם ובשמחת הלב. כי יתן אל לבו לדברים שהוא מוציא מפיו לכון בהם בעמק אי אפשר שלא לשמח. ולפי הנראה מדברי הזהר הקדוש (שמות דף ריח) יש צרך גדול וחובת גברא למעבד כל טצדקי כדי לברך ברכת המזון בשמחה. והגדר הגדול כדי לכון, שיברך בעינים סגורות או עיניו למטה ולבו למעלה. ויכון בארבע ברכות כנגד ארבע אותיות של שם להשפיע שפע וברכה בארבעה עולמות, אצילות, בריאה, יצירה, עשיה. אשרי ילוד אשה שכך זוכה! וכתב החנוך (מצוה תל), שקבלה יש שכל הזהיר בברכת המזון, מזונותיו מצויין לו בכבוד כל ימי חייו. צא ולמד מן השכר שעושה נחת רוח גדול ליוצרו, וכל מעשיך יהיו לשם שמים:



Questions au Rav Dayan (tome 5)

Ces questions, vous vous les êtes posées un jour, ou vous vous les poserez dans l'avenir...

Commandez : Tel. (Fr) : +33.1.80.91.62.91 - (Isr) : +972.77.466.03.32 - www.torah-box.com/editions