



Pélé Yoets

'Halouch - Het

החלש יאמר גבור אני ובשעת חלשה אז הוא נכר, האוהב את ה' בכל לבבו שלא יעזב עבודת ה' בעלה כל דהוא, אלא ידחק עצמו לעשות רצון קונו. וכבר אמרו רבותינו ז"ל (שבת פג ב) על פסוק אדם כי ימות באהל, שאפלו בשעת מיתה יעסק בתורה ולפם צערא אגרא. אמנם חיובא רמיא על מי שהוא חלוש להשתדל להבריא עצמו ברפואות ויאכל וישתה יותר ממה שיש לו ולמצוה תחשב לו וה' ישלם לו. צא ולמד ממה שאמרו רבותינו ז"ל (שבת קכט, א) שהמקל בסעדת הקזה מקלין לו מזונותיו מן השמים ואומרים הוא על חייו לא חס אנו נחוס עליו. ועת לכל חפץ (קהלת ג א) עת להתענות ולסגף עצמו ועת להשתדל להבריא גופו. וכבר הזהירונו רבותינו ז"ל שלעולם יהא אדם זהיר בפת שחרית, וכמה מעלות אמרו רבותינו ז"ל על פת שחרית (ב"מ קז, ב) באפן שביום שאוכל יאכל תכף אחר תפלת שחרית ולא יעבר מלטעם מידי בצפרא בטרם יחל"ש חושי"ם. וכן בכל שעה שהוא רעב יאכל, ויאכל בשר וישתה יין וכל דברים המחזיקים גופו של אדם לשם שמים, כדי שיוכל לעבד בוראו כדת מה לעשות. אך שלא ישיאנו יצרו לומר שהוא חלוש ושאינו יכול לעבד בוראו, ושהוא צריך לאכילות ושתיות מרבות כדי להיות בריא וחזק לעבודת השם יתברך, כי הלא אלקי"ם יחקר זאת כי הוא יודע קשט דברי אמת. ואלו מן הדברים שהן להם שעור, אין להוסיף ואין לגרע, ובזה ימצא גופו ונפשו מרגוע:



Rabbi Its'hak Abi'hssira, "Baba 'Haki"

Biographie incontournable de l'un des leaders du Judaïsme marocain et pionnier-fondateur en Erets Israël.