

## ידע הנצרך לתורה

ברשות הקוראים אציע את שעלה בדעתי בענין ידע חיצוני הנצרך לתורה. כפי הנראה צריך האדם הרוצה להבין כראוי את התורה, ללמוד כמה דברים הנצרכים לתורה, ובעיקר צריך לידע מה הם המאכלים וההתנהגות הבריאים לגוף ולנפש, וכן צריך לידע מעט היסטוריה וגיאוגרפיה, וכפי שאפרט, במאמר זה לא באתי להשלים את כל הידע אלא רק לפתוח צוהר לצעירי הצאן.

שמעתי ראש ישיבה חשוב שמסר שיעור על פי כמה מדרשים אודות גבול ארץ ישראל המובטח לאברהם, וכשהערתי לו שה' אמר לאברהם עד הנהר הגדול נהר פרת דהיינו עד בבל, הוא ענה תשובה בסגנון "השאלה היכן היא בבל", כלומר הרב הלז מוסר שיעור על גבול המובטח לאברהם מבלי שפתח מפה לברוק את הדברים הבסיסיים הנצרכים לזה, ומשום מה ישנה איזו טענה שישנם שמלמדים אותה בחיידרים שכל החכמות כלולות בתורה ודרך התורה אפשר לידע הכל, והראיה שהחזון איש שרטט צורת ניתוח סבוך, ע"כ, אמנם גם אם כל החוכמות כלולות בתורה שניתנה למשה, מכל מקום מהספרות התורנית שנשארה בידינו אי אפשר להוציא את כל החוכמות, והאמת יורה דרכו שכל חכמי ישראל שהיה להם ידע בשאר חכמות שאבו את עיקר הידע ממקור חיצוני, החל ברמב"ם שהעיד כן על עצמו במפורש וכלה בגר"א שביקש מתלמידו שיתרגם לו את ספרו של אוקלידס, ואם החזון איש ידע לשרטט צורת ניתוח בעצבי המוח (נוירוכירורגי) אין לנו להסיק מזה אלא שהוא קרא מעט בספרי רפואה, כי בכל חולין ושאר הספרות הכתובה בידינו אין איזכור לצורת עצבי המוח, (וספק אף אם חז"ל היו בקיאים בכך היות שאין זה נצרך לתורה כל כך, ובתורתם של הגאונים והראשונים אנו מוצאים שסברתם היתה שחז"ל לא היו בקיאים בכל המדעים וגם במה שהיו בקיאים היה ברמה של מדעני זמנם או קרוב לכך, ומי לנו גדול בהבנת דברי חז"ל מרב שרירא גאון שאמר על דברי הרפואה המוזכרים בתלמוד שרבותינו אינם רופאים ולא בהכרח שצדקו בענינים אלו, ובלשונו "רבותינו לאו אסותיהו אינון", וכיוצא בזה כתב הרמב"ם וכן עוד ראשונים, ובאמת כך מסתבר דהלא אף בתורה נפלו מחלוקות ונשתכחו הרבה דברים מהתורה וא"כ כל שכן שבמדעים לא ידעו הכל, ומה גם שלא היה להם זמן מיותר ללמוד שאר המדעים), ויש שמלמדים את הטענה הנ"ל כדי להרבות באהבת התורה אצל הילדים, אמנם משקר לא יוצא דבר טוב, ואם יגדל ויראה שאין זה נכון זה יחליש אצלו את האמונה במה שחונך, ואם גם כשיגדל ימשיך להאמין בטענה הזו הוא עלול להישאר בור בכמה מדברי התורה שאי אפשר להבינם כראוי בלא ללמוד מעט מחכמות אחרות.

עתה אשוב לפרט מעט מהידע הנצרך, עניני בריאות ומאכלים ודאי נצרכים לקיום הגוף והנפש כדי שיהיה אפשר ללמוד ומה גם שיש בזה מצות ונשמרתם, וחז"ל כתבו בגמרא כמה עניני בריאות. ראוי לידע שהרפואה המודרנית של זמנינו דרכה לרפאות בדרך כלל על ידי התערבות חיצונית בתפקוד הגוף, אמנם הרפואה האמיתית הקדמונית היא בעיקר מסייעת לגוף לרפאות בעצמו את המחלה ומה גם שבעיקר היא מונעת מהאדם לחלות וכדכתב הרמב"ם בהל' דעות, שמי שישמע לדבריו הוא ערב לו שלא יחלה, ע"כ, ועיקר רפואה זו היא על ידי מאכלות בריאים ושמירה על בריאות הנפש, והנה המדע בזמנינו נוהג שכל דבר שלא מוכח בהוכחות חותכות

הרי הוא כתאוריה בעלמא וכל עוד הדבר כתאוריה לא עושים מעשה על פיו, ועל ידי דרך זו המדע נעשה אמין מאוד כי כל דבר מדבריו שאינו תאוריה הוא מוכח, אמנם החיסרון בזה שאין המדע סומך על סברות גם אם הן מוכרחות, ומחמת כן בעיני מאכלים לא בריאים המדע ניצב מאחור, ראשית מחמת שקשה מאוד להוכיח מה מועיל ומה מזיק וצריך בשביל זה לעשות בדיקה מקיפה על הרבה אנשים, וכך צריך לעשות על כל מאכל ומאכל ודבר זה צריך השקעה של הרבה כסף, אף דא עקא שהדברים הבריאים הינם רק הדברים כצורתם בטבע שלא פגעה בהם יד אדם כגון פירות וירקות והם אינם משווקים על ידי חברה מסוימת שתעשה עליהם מחקר כדי לפרסם את תוצאות המחקר לצורכי ריוח, והמוצרים המתועשים אין לשום חברה ענין להשקיע מחקר לבדוק את בריאותם, כי מסתמא תוצאות המחקר יהיו שהם מזיקים מעט או הרבה וא"כ בתוצאה זו אין ריוח למשווקים, ועל כן מחקרים כגון אלו נעשים רק על ידי גופים אובייקטיבים שאכפת להם מבריאות הציבור, אבל כיון שגופים אלו לא מרויחים מזה ממילא המחקרים האלו מועטים וממילא הרבה מוצרים שאינם בריאים לא 'מוכחים מדעית' שאינם בריאים, אבל החכמים ואנשי תזונה למיניהם שמחשבים את סברתם בנושא רואים בעליל על פי המחקרים שכן נעשו שכל דבר שהוא בצורתו הטבעית והוא נברא לאכילת אדם הרי הוא בריא וככל שיד אדם שינתה את המוצר וכל שכן כל מיני תרופות למיניהם שאין להם ולטבע ולא כלום, הרי הם מזיקים, וכל איש תזונה אומר כן וספרים רבים נכתבו בנושא אע"פ שזה לא 'הוכח מדעית'.

בזמנינו המאכלים משווקים לא לפי רמת בריאותם אלא לפי כמה הם רווחיים למשווק, ולדוגמא חומרים משמרים הם כעין חומר אנטיביוטי (אנטי-נגד, ביו-חידקים) שמונעים מהמאכל להירקב כי עיקר הריקבון הוא מחמת החיידקים, ועל ידי חומר זה המאכל משתמר ויכול להיות משווק יותר זמן וכך מרויח המשווק, אבל חומר זה הוא מזיק לבריאות כמו כל אנטיביוטיקה שמזיקה לחיידקים הטובים שבמערכת העיכול, וזו דוגמא קטנה מתוך רבות, שאנו אוכלים מה שמשווק ועיקר מה שמשווק הוא מה שיותר רווחי בלא להתייחס לבריאות הציבור ואין הצד שווה בנוק המלך כי לא אכפת למשווקים שום דבר מלבד הריוח, וכן מרבים לשווק דברים שהם מעימים יותר בלא להתייחס לכמה הם בריאים, ולדוגמא מאכלים עתירים בסוכר, שהוא אויב האנושות ואב המחלות, ומי שלא יקרא וידע מה בריא ומה לא עלול הוא להזיק לעצמו נזקים איומים בבריאות הגוף והנפש, ולא באתי אלא לעורר לקרוא בענין זה, אבל רק אכתוב ב' כללים בסיסיים בזה, שככל שהדבר יותר טבעי כלומר שלא שינתה אותו יד אדם על ידי התעשייה והטכנולוגיה כגון פירות וירקות וכיוצא בזה כך הוא יותר בריא, ומאידך ככל שהדבר יותר משונה מטבעו ונגעה בו יד אדם והוא יותר מתועש כך הוא יותר לא בריא, או מחמת שאין בו דברים מזינים או מחמת שיש בו דברים מזיקים, ואף בפירות וירקות עצמם ככל שלא נגעה בהם יד אדם על ידי התעשייה כגון שיש בהם דישון אורגני וטבעי ולא דישון כימי וכן לא מרססים את הצמח בריסוסים של חומרים רעים כך יהיה בריא יותר וטוב, וככל שנגעה בו יד התעשייה כך הוא פחות טוב, וכן בכיצים ועופות וכשר שאם נגעה בהם יד אדם כגון שחיים הבעלי חיים בתנאי מחיה קשים ומקבלים כל מיני זריקות כדי להגדיל את תפוקתם למטרות ריוח כספי כך הם יהיו פחות בריאים לאדם, וכלל שני שבכל פרי וירק יש ויטמינים ויתרונות משלו והאדם זקוק שלא יהיה לו חסר בכלל הויטמינים ועל כן ככל שהאדם יאכל בצורה מגוונת יותר מהפירות וירקות כך לא יהיה לו חסר בחומרים טובים וממילא פחות יחלה.

המעיים הם כמין צינור ארוך מגולגל והמאכל עובר בהם עם הנוזלים והנוזלים נספגים בדפנות המעיים, וככל שישתהה המאכל במעיים כך יספגו יותר נוזלים ותייה הפסולת הנשארת בלא נוזלים והמעיים יהיו קשות, וככל שימהר המאכל במעיים כך יספגו פחות נוזלים ויהיה בפסולת הרבה נוזלים והמעיים יהיו רכות מאוד, ועל כן צריך שיהיה עיכול בינוני לא מהיר ולא איטי, וישנם מאכלים הממהרים את המאכל במעיים כגון מאכלי חלב ושזיפים וגם עגבניה קצת ויש מאכלים שעושים להיפך, וזו דוגמא אחת מיני רבות שעל ידי שאדם יהיה בקי בטיב הפירות והירקות והתבלינים ושאר צמחים המרפאים כך יסייע לעצמו לבריאות גופו, וישנם אנשים המרבים לאכול אוכל מתועש ואוכל שאינו בריא ויש להם כאבי עיכול או חולשה כללית או חוסר מרץ או חוסר צלילות הדעת או כעס או נדודי שינה וסבורים שכך הוא דרכו של עולם ואינם יודעים שהדבר תלוי הרבה בתזונה. כמו כן חשוכים לבריאות שינה של שעות מרובות בלילה, ופעילות גופנית מאומצת באופן תדיר, אבל מי שהוא חלוש וחולה אדרבה צריך לנוח עד שיחזור כוחו לאיתנו.

בין בצינורות המעיים ובין בורידים ועורקים עוברים בכל עת חומרים למיניהם ועם הזמן ועם ריבוי מאכלות לא טובים נדבק בדפנותיהם שיירי חומרים והם מזיקים להם בין מחמת שמזיקים לעצם שכבת העורק ובין שמצירים את המעבר ופוגמים בפעילות התקינה של הגוף, ואדם הממעט באוכלים מזיקים והאוכל דברים טובים מועיל לעצמו בדבר זה.

ריבוי כעס נובע בדרך כלל מחוסר מנוחת הנפש כגון לחץ מתמשך או ריבוי רעש ברקע, ולפעמים יכול האדם לסייע לעצמו על ידי שיוריד מעצמו מטלות או ינוח קמעא במקומות שקטים ויעשה הרפיה לנפשו, ולפעמים אף כאבי עיכול או כאבים אחרים מרבים את הכעס, כמו כן מאכלים עתירי קפאין מרבים לחץ דם וכעס, ולעומת זה חליטה מתה או לואיזה או רוזמרין או מליסה וכיוצא באלו מאוד מרגיעים את הנפש.

הגוף מושפע מהורמונים כגון הורמון השינה (מילוטונין) מביא את השינה, והורמון השמחה (סרוטונין) מביא את השמחה וכן יש הורמון המרץ והורמון ההיריון ועוד הורמונים, וישנם מאכלים או התנהגויות המביאות או מרחקות את פעילות ההורמונים, כגון העדר חשיפה לשמש זמן רב מחסיר את הורמון השמחה, וכששותים משקה עתור בקפאין הוא מרחיק את הורמון השינה, ולפעמים בשביל שיבוא הורמון השינה צריך שיהא האדם רגוע בתוך נפשו, וישנם דברים המביאים את הורמון השמחה כגון הליכה מהירה ובפרט במקום פתוח.

לגבי בריאות הנפש אכתוב בקצרה, שכל סבל שהוא מתמשך הרבה זמן הוא מזיק לנפש ובהתחלה זה מזיק מבפנים ואינו ניכר לסביבה ולבסוף זה מגיע לרמה שזה ניכר לסביבה ואז כבר קשה מאוד לשנות את המצב, על כן אין לאדם לסבול זמן רב ואם יש לאדם סבל מתמשך הוא צריך ליתן דעתו כיצד לשנות את צורת חייו כדי לא לסבול, ואפילו אם יוותר בכך על כמה עקרונות או חומרות שלו, כי נזק נפשי סופו לגזול ממנו אף את גופי התורה, ואף מי שאינו רואה שום דרך כיצד לפתור לעצמו את הסיבה לסבל, הוא צריך ליתן לעצמו זמן להירגע מהסבל על ידי שיצא לנשום אויר צח בגינות ובפרדסים או לצאת לאיזה מקום מנוחה, ואז הוא יצבור כוחות חדשים להתמודד עם הבעיה, וכך יש לאדם לבדוק ולהיות עירני שאין בבני ביתו מי שיש לו סבל זמן ממושך ואם רואה שישנו אדם כזה, יוציאנו למקום מנוחה וכיוצא בזה כדי שתהיה לו

אתנחתא והסביל לא יהיה ברצף, ומלבד המצוה הגדולה שיש בזה לסייע לזולת יש בזה ריוח גדול כי כשהסמיה מהשורה היא קטנה קל לתקנה אבל כשהסמיה כבר גדולה קשה מאוד לתקנה.

עתה אדבר בענין ההיסטוריה והגיאוגרפיה, אנו מוכרחים לידע ידע היסטורי על קדמונינו גדולי התורה ויש בזה כמה רווחים אבל בעיקר צריך לידע שישנם אסכולות ובתי מדרש שונים אצל קדמונינו וכמה צורות לימוד ועל כן צריך לידע היכן חיו ופעלו גדולי הדורות ולאיה קבוצה וזרם כל אחד משתייך, ובשביל זה צריך לידע גם את הגיאוגרפיה (גיאוגרפיה-כתב) של מקומם, ובעיקר מה שצריך לידע זה את זמן הראשונים ומקומם, וזה בעיקר באירופה. בקצרה אכתוב שהתורה עברה כמה מסעות בזמן הראשונים, ועיקר ממלכות התורה היו באיטליה, צרפת, אשכנז (היא גרמניה של זמנינו), ספרד ופרובינצא (בזמנינו פרובנס), באיטליה היו גדולי תורה ופייטנים עוד לפני זמן הראשונים וכבר כתב ר"ת בספר הישר חלק התשובות סוף סי' מו, שהיו אומרים על גדולי איטליה כי מברי תצא תורה ודבר ה' מאוטרנטו (ברי ואוטרנטו הן שתי ערים באיטליה), ולאחר מכן עברה התורה בראשית זמן הראשונים לאשכנז ושם היו רבינו גרשום מאור הגולה ותלמידיו ובעיקר היתה התורה בג' ערים במערב גרמניה הנקראים בראשי תיבות שו"ם, שפירא ורמייזא (או גרמייזא, בזמנינו וורמס) ומגנצא (בזמנינו מיינץ), ובזמן ההוא היו שם גם חסידים ואנשי מעשה שהחמירו על עצמם הרבה חומרות ובכללם רבי יהודה החסיד בעל ספר חסידים, ולאחר מכן עברה התורה לצרפת על ידי רש"י וחתניו ונכדיו וניניו שהניחו את יסודות התוס', ובזמן ההוא עדיין היו באשכנז גדולי תורה כגון ריב"א ורבינו אפרים הגיבור מרגנשבורג, ובזמן ההוא התורה פרחת גם בספרד וכן בפרובנס, פרובנס היא חבל ארץ בדרום צרפת, וכיום נחשבת לחלק מצרפת אבל דרך הלימוד שם היה ספרדי כמו בספרד, והם לא ראו עצמם כצרפתים, ולדוגמא הראב"ד שהיה מגדולי פרובנס מכנה את רש"י בשם "הצרפתי", ומבואר שהראב"ד לא ראה עצמו צרפתי. עם הדורות הרבה התורה באשכנז וצרפת ונשארה עדיין בספרד בזמן הרא"ש, ובגירוש ספרד כלתה גם מספרד ועברה למזרח, לאיזור החיבור בין אסיה לאירופה ופרחה שם עד אשר החריבה ה' ביום חרון אפו ואז עברה התורה לארץ ישראל ולצפון אמריקה, וכך הוא בזמנינו.

ישנם חכמים גדולים מאוד שלא חיברו ספרים ולכן אינם מפורסמים בזמנינו, אמנם ישנם גם כאלה שחיברו ספרים אלא שספריהם אבדו, למשל גדולי פרובנס חיברו הרבה ספרים והרבה מהם אבדו, ואפילו הראב"ד מגדולי פרובנס רוב תורתו הכתובה אינה בידינו, ועל כן צריך לידע שפרסום על גדול מסויים שחי בדורות עברו לא משקף תמיד את גדלותו אלא את התפשטות ספריו, למשל המאירי לא היה מפורסם במאות שנים האחרונות וכיום כשהודפסו ספריו נתגלה שהיה ענק שבענקים וכיוצא בזה טובא.

כל אחד מהראשונים יש לו דרך לימוד האופיינית למקום לימודו, דרך משל מקובל לומר שהראב"ד הוא בר פלוגתתו של הרמב"ם, אמנם האמת היא שדרך לימוד הראב"ד היתה ספרדית והיא קרובה ללימוד הרמב"ם, ודוקא משום כך התפשטה תורת הרמב"ם בעיקר בספרד ובפרובנס והעיר לונגיל היא בפרובנס ועל כן הם שקדו על ספרי הרמב"ם ושלחו אליו שאלות, לעומת זה בצרפת לא התפשטו כל כך ספרי הרמב"ם, וגם דרך לימודם שונה מזו של הרמב"ם, ואילו ר"ת הצרפתי היה כותב השגות על הרמב"ם, אין ספק שהיה כותב הרבה יותר

השגות ממה שכתב הראב"ד, אמנם ספר המצוות הגדול הביא את פסקי הרמב"ם בהמוניהם לצרפת, אלא שלא ציין שמקור לשונו מהרמב"ם (מלבד בהקדמה או במקומות מסויימים), וכך התפשטו פסקי הרמב"ם בצרפת כשהם מיוחסים אצל ההמון לסמ"ג. שיטת הלימוד הספרדית וכן בפירושם היא בראש ובראשונה לחתור לידע מה פסק ההלכה, ומחמת כן עיקר חיבוריהם נסובו רק על המסכתות שנוהגות בזמן הזה, לדוגמא חידושי הריטב"א והרשב"א והרמב"ן וכן עוד ספרדים, לא נתחברו על סדר קדשים כי אינו נוהג בזמן הזה, ולעומת זה בעלי התוס' חיברו על כל סדר קדשים, כי הלימוד הצרפתי לא שם בראש מעייניו את הפסק אלא את העיון, והפסק ממילא יצא מהלימוד. זו דוגמא מיני רבים על שוני בצורת הלימוד בין המקומות, וישנם עוד הרבה חילוקים גדולים בצורת הלימוד בין המקומות ולפעמים אף חילוקים מהותיים.

עיקר מאמר זה בא לעורר ללמוד דברי חכמה הנצרכים לתורה ולא לחכות שממילא הוא יבוא מהתורה, וישנם סוגיות רבות שאי אפשר להבינם מבלי לידע את המציאות, ורש"י ושאר הראשונים טרחו הרבה כדי לידע מה הוא כל צמח או חפץ המוזכר בתלמוד, ולדוגמא הל' טריפות נחשבות בזמנינו להלכות מסובכות מאוד, אמנם עיקר הקושי הוא מחמת העדר ידע מציאותי של צורת ריאת הבהמה וצורות הבהמות, וכיוצא בזה צריך לידע איך תפרו בעבר בגד כדי להבין כמה ממלאכות שבת, כמו כן חשוב מאוד לידע את צורת איברי האדם הפנימיים ודרכי העיכול והנשימה ושאר איברים, ומה גם שזה מביא להתפעלות בחכמת הבורא, כמדומני שטוב היה אם החכמות הנצרכות לתורה היו נגישים יותר ללומד, ואולי לא אגזים אם אומר שטוב שיתלו על קירות החיידרים תמונות של ריאת בהמה, ובהמות וקני עופות ואריגת בגד בדרך הקדמונית וגת של יין ובית הבד ומיני עצים וצמחים המוזכרים בחז"ל, למען יוחדר הדבר לילדים ויקל עליהם מאוד לימוד כמה סוגיות לכשיגדלו.

אגב בהזדמנות זו אכתוב שחיברתי ספר שהוא כעין הרחבת הבית יוסף, ונאספו בו רכבות שיטות ראשונים שלא נזכרו בב"י, והוא מסודר על סדר כל סימני המוש"ע בד' החלקים, וניתן

לקבל מהדורה דיגיטלית במייל- [A0583234688@GMAIL.COM](mailto:A0583234688@GMAIL.COM)