

עומק הפשט



בס"ד, יום ג' פרשת נצבים וילך כא אלול
תשע"ז, גיטין דף סט:

גליון נושא:

דיונים אקטואליים בסוגיות הנלמדות, לעורר לב
המעין, ואין לסמוך על הדברים הלכה למעשה.

'פת שחרית'

ריפוי הגוף והנפש

מבואר בגמ' (גיטין דף סט:) 'סדר רפואה', לאדם שהטחול שלו נפוח וגדול מחמת חולי. אמר רב אחא בריה דרבא, אם החולה היה שותה הרבה יין, כבר היה מרפאו מחולי הטחול, אלא יאכל 'פת שחרית', שמועיל לכל הגוף.

מחלות המרה: במעלת 'פת שחרית', אומרת הגמ' (בבא מציעא דף קז: בבא קמא דף צב:) 'מחלה' זו 'מרה', ולמה נקרא שמה 'מחלה', ששמונים ושלושה מחלות תלויים במרה (מחלה בגימטריה 83), וכולם מתבטלים על ידי אכילה בשחרית 'פת במלח וקיתון של מים'.

1. מעלותיה של פת שחרית

י"ג מעלות: הגמ' מונה שלש עשרה יתרונות, באכילת 'פת שחרית': מצילה מהשמש, ומהקור, ומהזיקין, ומהמזיקין, ומחכימת פתי, וזוכה בדין, ללמוד תורה, וללמד, ודבריו נשמעין, ותלמודו מתקיים בידו, ואין בשרו מעלה הבל, ונזקק לאשתו ואינו מתאוה לאשה אחרת, והורגת כינה שבבני מעים, ויש אומרים אף מוציא את הקנאה, ומכניס את האהבה.

ולכן ציווה רבי עקיבא את רבי יהושע בנו שיאכל השכם בקיץ מפני החמה ובחורף מפני הצינה (פסחים קיב.).

רץ מהר: ואמר רבה, האוכל 'פת שחרית', אפילו אם ירדפו אחריו הרבה אנשים, לא ישיגו אותו. **רש"י** מסביר ששים לאו דוקא, אלא כך אורחא דגמרא, לנקוט מספר זה. שואל הפני יהושע מה ההבדל אם הוא משיג אדם אחד, או שישים אנשים. **רבינו משולם פירש**, שיש בשנה ששה עונות (זרע וקציר, קיץ וחורף, קור וחום) ובכל אחת ששים יום (כמבואר בגמ' ב"מ קו:) והכוונה; שבכל יום ועונה אי אפשר להשיג, את מי שאוכל 'פת שחרית'. התורת חיים פירש, שמספר שישים הוא ענין של ביטול ברוב.

עוד אמרו בגמ' שיאכל מוקדם, מפני החום בקיץ והקור בחורף. והמקור מהפסוק (ישעיה מט י) לא ירעבו ולא יצמאו, ולא יכם שרב ושמש, כי מכיון שיהיו שבעים לא יינזקו מהחום. וכן מהפסוק (שמות כג כה) ועבדתם את ה' אלקיכם זו קריאת שמע ותפלה, וברך את לחמך ואת מימך זו פת במלח וקיתון של מים, ובזכות זה והסרתי מחלה מקרבך.

המהרש"א (בבא קמא צב:) אומר, ש'לחמך' זה אותיות 'מלחך', והיינו פת במלח. 'ומימך' זה קיתון של מים, שהוא רמז להסתפקות במועט, של פת במלח ומים במשורה. ולכן כתוב ועבדתם בלשון רבים שכולם מתפללים, אבל לחמך ומימך בלשון יחיד, כי לחם צר ומים לחץ זה רק ביחידי סגולה.

2. זמני האכילה

אבן לחמת: זמן ארוחת צהרים, מבואר בגמ' (שבת י. פסחים יב:), ונפסק בשו"ע (סימן קנז סעיף א), רביעית - מאכל כל אדם, חמישית - מאכל פועלים, ששית - מאכל תלמידי חכמים. מכאן ואילך - כזורק אבן לחמת, אם לא טעם משהו בבוקר.

פנינים

פּוּתָא אוּ פִּיתָא

מחלוקת: דבר פלא, כתב בספר **מרדכי הארוך**, הביאו הב"ח (סימן קנה), **המגן אברהם** (קנה, ג), **הט"ז** (קנה, א'), **החכם צבי** (סימן ט"ו) **הכף החיים** (סימן קנה אות כב) ועוד, שאף שהפליגו חז"ל מאד, במעלת 'פת שחרית', לרפואת ובריאות הגוף, אין נוהגים להקפיד עליה, משום ששמענו, שצריך שפת שחרית תהיה עשויה מתבואה הרחוקה מן הישוב, שלא שמעה קול תרנגול, ולא קול מושכי אניות, והרגילין בה צריכים לאוכלה תדיר בכל יום, על כן נמנעים החכמים ממנה, שאי אפשר לעמוד עמה.

המגן אברהם והט"ז והחכם צבי חולקים בתוקף, שאין זה אלא דברי נביאות, והמקיים הדברים כפשטן לא הפסיד כלום, ומדברי הש"ס סתם 'פת' משמע, כל שמסיר הרעבון. וכן מוכח דעת הטור והשו"ע שסתמו וכתבו לאכול פת שחרית, ולא הגבילו לסוג מסוים, וכן המנהג.

טעות: מוסיף המגן אברהם, שורש הטעות נעוץ בלשון **הגמ'** (שבת דף סו:): שצמח הפואה, אם קושרים אותו לחולה הוא נרפא, ודוקא כשלא ראה מעולם שמש וירח, ולא גשם, ולא שמע קול ברזל, ותרנגולת, ופסיעות. אמר רב נחמן בר יצחק: אם כן, 'נפל פותא בבירא' (נפלה כל רפואתם בבור), לפי שאי אפשר להזהר בכל אלו. והשומע החליף וטעה בלשון הגמרא, שאמרו נפל 'פּוּתָא' (והכוונה לרפואת צמח הפואה) והחליף הגירסא לתיבת 'פִּיתָא', והבין בטעות שהכוונה היא ל'פת שחרית'. ועיין בפמ"ג (אשל אברהם ס"ק ג') שהביא את **האליה רבה** (ס"ק ב') שתמה דודאי אין לחשוד בכך.

טרגדיה: בשו"ת **צמח צדק** (שאלה צג), להגרמ"מ **קרוכמאל זצ"ל**, נשאל על ידי **כמר יעקב בהר"ר נפתלי כ"ץ** האם הוא צריך כפרה, על אשמתו במיתת משרתו באמצע הדרך, כאשר לא יכל להמשיך בדרכו, מחמת השלג והכפור, וגווע למות בקור העז.

אחד מהנימוקים המובאים שם מדוע אינו אשם במיתתו, כיון שקודם יציאת המשרת מן העיר, אכל 'פת שחרית', ומפורש בגמ' (ב"מ קז:): שמצילה מן הצינה. ואף שחידש המרדכי הארוך, ש'פת שחרית' שלנו אינו מציל, מכל מקום פשטות הגמ' מדובר ב'פת שחרית' סתם, ודברי המרדכי הארוך אינו מפורסם אצל בני אדם. ❖

זמן 'פת שחרית', מבואר בגמ' (סוכה דף כו.) כלפי שיעור אכילת ארעי המותרת חוץ לסוכה, 'כדטעים בר בי רב ועייל לכלה', כלומר שתלמידי חכמים היו אוכלים 'פת שחרית' מועטת אחר תפילת שחרית קודם הלימוד, ולאחר מכן בשעה שישית, קבעו סעודה גדולה. וכתב **הפרי מגדים** (משבצות זהב סימן קנה ס"ק א') דהיינו כביצה, וציין **לרא"ש** (סוכה פרק ב' סימן יג) **והרשב"א** בשבע שיטות (שם ד"ה אוכלין). וכתב **הביאור הלכה** (קנה ד"ה יוכל לאכול) בשם הטור, שפת שחרית היא אכילה מועטת, וכלשון הגמ' 'טעים מיד'. וכן כתב **רש"י** (קידושין דף ל. ד"ה לא) שהיו רגילים לטעום בבוקר בשר שהתבשל על גבי גחלים.

כלומר, יש לתלמיד חכם לאכול מעט לפני הלימוד, כי בימי חז"ל היו אוכלים שתי ארוחות - ביום ובערב, ותלמידי חכמים היו אוכלים את ארוחת היום, בשעה שישית לפני חצות היום. ומכיון שהיו רעבים וחלשים בשעת השיעור לכן טעמו משהו מתחילה. וגם חששו שיימשך הדיון בסוגיות ולא יאכלו בזמן, ולאחר חצות הרי זה כ'זורק אבן לחמת', ואין תועלת באכילתו אם לא טעם משהו בבוקר, לכן היו טועמים 'כביצה' קודם היציאה לבית המדרש.

צהרים: בסעודת יוסף עם אחיו בצהרים, כתוב (בראשית מג טז) **כִּי אָתִי יֹאכְלוּ הָאֲנָשִׁים בְּצֹהֲרֵי. וּמִבֹּאֵר רַבִּינוּ בַּחֲיִי** (שם) שהפסוק מגנה את האוכלים בשחר, ומשבח את האוכלים בצהרים, שנאמר (קהלת י, טז) **אִי לֶךְ אֶרֶץ... וְשָׂרִיף בְּבֹקֶר יֹאכְלוּ. אֲשֶׁרִיף אֶרֶץ... וְשָׂרִיף בְּעֵת יֹאכְלוּ.** יש שתמהו על

קפה ועוגה: בישיבת מיר ירושלים נהוג מקדמת דנא, אחרי תפילת שחרית לפני סדר א', יש ב'חדר אוכל' ארוחת בוקר (קומות; מינוס 1 מינוס 2) וקפה ועוגיות (קומת כניסה). לכאורה, המטרה בכך היא, לקיים את דקדוק הלכה של 'פת שחרית'. המהדר ב'פת שחרית' יאכל פת ממש **דכתיב** (תהלים פרק קד טו) וְלַחֵם לֶבֶב אֱנוֹשׁ יִסְעֶד, ומי שאין לו זמן ליטול ידים ולאכול פת ממש, לפחות יאכל קפה ועוגיות.

באכילת ביסקוויט בשיעור של 54 סמ"ק (בערך), מתקיים דין 'פת שחרית', כמבואר **בפרי מגדים** (משבצות זהב סימן קנה ס"ק א'), **ובכף החיים** (סימן קנה אות כג), שמועיל גם שיעור כביצה מפת הבאה בכיסונים מחמשת מיני דגן דכתיב וַיִּבְרַךְ אֶת לֶחֶמֶךָ (שמות כג כה) וסתם לחם שבתורה הוא מחמשת המינים. אך תבשיל מחמשת מיני דגן לא מועיל, שאין זה פת.

ומוכיחים דבריהם, מדברי **התוס'** (ברכות לז: ד"ה אמר) שהיה רגיל רבינו דוד ממ"ץ לשרות בלילה פירורים במים, שיוכל לאכלם בבוקר במהירות, בלי לברך המוציא וברכת המזון, ולא יאחר לשיעור, ויתחזק ראשו ויוכל להגיד ההלכה. הרי לנו שאין צריך דווקא פת, ומועיל כל מאכל מחמשת מיני דגן.

וחידש **האשל אברהם** (בוטשאטש סימן קנ"ה), שגם תבשיל מספיק ל'פת שחרית', ובדיעבד אפילו שתיה מזינה, ללא מאכל כלל. וכתב בספר **שלחן הטהור** (סעי' ב') דשתיית דבר מה ואפילו מים, הוא בכלל 'טעים מידי בצפרא', וכבר אינו בגדר 'זורק אבן לחמת'.

יש לדון במגוון מאכלים המזינים את האדם (דגני בוקר, קורנפלקס, ברנפלקס, כריות, שוגי, קוקומן, דליפקאן, קוואקר, פריכיות אורז, פיצפוצי אורז, דייסה) האם מתקיים באכילתם דין 'פת שחרית'? ויש לחלק שאם אוכל כביצה של חמשת מיני דגן בכדי אכילת פרס, יוצא בזה פת שחרית לכל הדעות. ואם אין בהם כביצה מה' מיני דגן, בפרט אותם סוגים שברכתם שהכל שהקמח בהם רק לדבק, לפי הפמ"ג אינו יוצא ולפי האשל אברהם יוצא.

יש להסתפק, האם מתקיים דין של 'קיתון של מים' בשתיית קפה קר, או אייס קפה. והנה בפירוש המושג 'קיתון של מים' כתב **בשער הציון** (סימן קנה סק ג') לפי משמעות **רש"י** (ב"מ קז: ד"ה וקיתון) דעדיף שאר משקין דבר שסועד ומזין כגון יין, ואם אין לו יין מספיק אפילו מים. וכתב **הכף החיים** (סימן קנה ס"ק כג) ש'קיתון של מים' טוב שיהיו חמים, כמו שנוהגים לאכול פת כיסנין עם קפה או תה. הרי לנו שלכתחילה צריך קפה חם, אולם גם קפה קר מועיל לקיים דין קיתון של מים.

מובא בספר **סגולות ישראל**, דשתיית קפה סגולה לזכרון. כתב בכף החיים (סימן קנ"ז ס"ק כ"ט) בשם **אור צדיקים** בשם **האר"י ז"ל** שירגיל עצמו בשחרית, בפת חיטים נקיה, וביצה מגולגלת (צלוייה קצת - רש"י ברכות מ"ד:) בלא מלח, ושמן זית, כי דברים אלו יפה לזכרון, כמבואר **בגמ'** (הוריות ג"ג:).

זהירות: חשוב לשים לב, כשאוכלים עוגות או עוגיות, לא לאכול 'שיעור קביעות סעודה' שאז יתחייב בברכת המזון. כמו כן לפי הרבה דעות, אדם שאוכל 'לחמניות מזונות' ל'פת שחרית', הרי זה קביעות סעודה, המחייבת בנטילת ידים וברכת המזון, במיוחד כאשר אוכל יותר מג' וד' ביצים, לפי שיעור הגר"ח נאה הרי זה מ-180 גרם ומעלה, בצירוף התוספות (מצוי בלחמניות רגילות עם מילוי חביתה וירקות), מתחייב בברכת המזון. פרטי דינים אלו נדונו בהרחבה, בגיליונות 'עומק הפשט' מספר 70-71.

❖ מספר 70-71.

דבריו, הרי 'פת שחרית' משובחת, כמפורש בגמ'? אכן התירוץ הפשוט הוא, שבצהרים אוכלים סעודה גדולה, ויוסף עם אחיו הסבו לסעודה גדולה, עם בשר ויין. אבל 'פת שחרית' מאכלה מועט.

גדר החיוב: לשון ה**טור והשו"ע** (סימן קנה סעיף ב) אחרי שיצא מבית הכנסת, ילך לבית המדרש לקבוע עת ללמוד, קודם שילך לעסקיו. וטוב להרגיל עצמו, לאכול פת שחרית קודם הליכתו לבית

המדרש. ומדייק הגר"ש הלוי וואזנר זצ"ל (שו"ת שבט הלוי חלק ד' סימן ט"ז) מלשונם, שאכילת 'פת שחרית' אינו 'חייב דרבנן' ולא 'מצוה', רק בגדר 'עצה טובה' ו'הנהגה ישרה' לשמור בריאותו. והעובר על כך לא נקרא עבריין. וכדקדוק לשון הטור - מצוה להנהיג עצמו במידה טובה והנהגה טובה לשמור בריאותו, כדי שיהא בריא וחזק לעבודת הבורא יתעלה.

3. זמן סעודת שחרית

רבו השיטות כיצד מחשבים שעות אלו, לדעת המגן אברהם הובא במשנ"ב (ס"ק ב' ג') השעות הללו הם שעות זמניות, ונמנות משעת הקימה מהמיטה. לדעת המור וקציעה (סימן קנה), ושלחן הטהור (סעיף א'), מחשבים שעות שלימות ולא זמניות.

בשולחן הטהור הביא יש אומרים, שמחשבים תמיד מעלות השחר ולא משעת קימת האדם, ובשעות שלימות. ולדעת הכף החיים (סק"ב) בשם מט"י מחשבים לעולם מעלות השחר, אך שעות זמניות. כיום זמן אכילת פת שחרית, (משוער) עד השעה 10.30 ובדיעבד עד השעה 12.30.

4. סדר היום

בספר תורה תמימה על הפסוק (שמות כג, כה); וְעַבַּדְתֶּם אֶת ה' אֱלֹהֵיכֶם וּבִרְךָ אֶת לַחֲמֶךָ וְאֶת מִימֶיךָ וְהִסְרְתִי מִחֶלְה מִקְרָבְךָ, מסביר, שרואים מהדרשה של 'ועבדתם', שה'לחם' וה'מים' שבפסוק, הם ה'פת שחרית', כי עיקר 'קריאת שמע ותפילה' הוא בבוקר, שהם חובה, ואחריהם כתוב 'וברך את לחמך' והיינו 'פת שחרית'.

סיפר הג"ר אייזיק רבינוביץ זצ"ל, מרבני מינסק; הגעתי אל ביתו של החפץ חיים לאחר תפילת שחרית, ומרן אמר לי שכעת הוא ניגש לסעוד 'פת שחרית', ושאחזור אליו בעוד עשרים דקות (מאיר עיני ישראל).

שאלו את המשגיח דליקווד הג"ר נתן מאיר וואכטפויגל זצ"ל, איך שייך לקבל על עצמו באלול שלא להקפיד על השני אפילו בלב. וענה בחוזק, 'תלמד איגרת הרמב"ן'. וכן נהג בעצמו ללמוד איגרת הרמב"ן 'לפני פת שחרית', כפי שנמצא כתוב בקבלותיו משנת תשל"ג תשל"ה (לקט רשימות עמוד קכג) 'קודם פת שחרית, חייב גמור עלי, ללמוד איזה חלק מאגרת הרמב"ן'.

כאשר היו באים אנשים להתלונן אצל הג"ר ישראל יעקב פישר זצ"ל, על חולי ומדווה שהם סובלים, היה שואל אותם; אתה אוכל ארוחת בוקר?

פעם אמר לו משהו, אני אוכל עוגה ושותה קפה כל בוקר. ענה לו הרב פישר: "קאוה מיט עוגה מאכט גראב, פרישטיק מאכט געזונט" = קפה ועוגה משמין, ארוחת בוקר מבריא (ג.ק.). אכן מצד הדין היה מורה, שאפשר לקיים דין 'פת שחרית' גם ב'פת הבאה בכיסנים'.

ונשמרתם: מספר אברך תלמיד חכם, במהלך שהותי בחדר מיון בבית החולים, פונה למיון אדם שקיבל התקף לב חריף. שמעתי את הפרופסור תמה, איך אדם בריא בכושר 'חוטף' כזה התקף לב, הוא שאל את הפציינט, תגיד לי אתה מקפיד לאכול כל יום ארוחת בוקר? ענה לו הפציינט - לא! השיב לו הפרופסור - אם כך הכול מובן...

סיכום הגיליון:

5. דינים העולים

'פת שחרית' מבטלת שמונים ושלושה מחלות התלויים במרה, וכתבו הפוסקים שטוב להתרגל בדבר הזה, ומצוה על האדם להנהיג עצמו, בשמירת הגוף והנפש.

לדעת המרדכי הארוך, סגולת פת שחרית נאמרה רק בפת חיטים הרחוקה מן הישוב, שלא שמעה קול תרנגול, ומושכי אניות, ורגיל בה בכל יום. רוב הפוסקים נחלקו עליו מפשטות הגמ' שכל סוגי הפת מהני.

'פת שחרית' אינו 'חייב גמור' אלא 'עצה טובה שיש בה סרך מצוה', ואינו נקרא 'עבריין' אם אינו אוכל.

חז"ל קוראים לפת שחרית 'פת במלח וקיתון של מים'. יש אומרים שיוצאים גם בפת הבאה בכיסנין, דהיינו 'מיני מזונות', אך לא בתבשיל, ואף אם הוא עשוי מחמשת מיני דגן. מאידך, יש שכתבו שמספיק כל מאכל ומשקה, המזין את הגוף ומיישב את הדעת מעט, ואפילו כוס קפה, עם חלב וסוכר. ויש מקילים, שמספיק אפילו קפה עם סוכר בלי חלב. ❖

'עומק הפשט'

נייד: 052-7687405 | פקס: 02-6507823 | 5047867@gmail.com

ניתן להשיג

חוברת

'מוצלמות אבטחה בשבת'

(גיליונות 67-68)

המחיר 2 שקל

הנושא לשבוע הבא;

תפילה בקברי צדיקים – ענינא דיומא

אפשרות להנצחה; לע"נ, לרפו"ש, לישועה, וכדומה!

ניתן לשלוח - רעיונות ותיקונים, הוספות והערות, להגדיל תורה ולהאדירה.

אפשר לתרום עבור הוצאת הגיליונות בעמדות הממוחשבות של 'נדרים פלוס' ו'קהילות' ברחבי הארץ, תחת המדור 'קופות נוספות' לפי החיפוש: 'עומק הפשט'.

וכן בקו הצדקה 073-2757000 יש להקיש עבור קוד 1529.



לעילוי נשמת

האשה החשובה והצדקנית

מרת נעמי פקטר ע"ה

בת יבדלחט"א הג"ר מנחם

שליט"א

נלב"ע בדמי ימיה

ז' חשוון תשע"ז

ת.נ.צ.ב.ה.

