



לימוד והנצחה לעילוי נשמות שלמה וישי קרויזר ז"ל
אחים יקרים ואהובים אשר עלו יחדיו בסערה לגנזי מרומים
מתוך אתר שי לש"י : shayleshay.co.il

פרשת וַיִּשָּׁב — אכילת מאכלים כשרים

כאשר יוסף היה בבית פוטיפר נאמר עליו: "וַיַּעֲזֹב כָּל אֲשֶׁר לוֹ בְּיַד יוֹסֵף, וְלֹא יָדַע אֶתוֹ מֵאֻמָּה כִּי אִם הִלָּחֵם אֲשֶׁר הוּא אוֹכֵל. וַיְהִי יוֹסֵף יָפֵה תָאֵר וַיְפִה מְרָאָה" (לט ו).

רבי שלמה אפרים מלונצ'יץ כתב בפירושו "כלי יקר" לפסוק זה, שפוטיפר מינה את יוסף להיות אחראי על כל מה שנעשה בביתו, ולכן יכול היה יוסף לאכול מכל המעדנים שהיו בבית; אבל יוסף הקפיד שלא לאכול מאכלים לא כשרים מהמטבח של פוטיפר, ולכן הוא אכל רק לחם, ככתוב: "כִּי אִם הִלָּחֵם אֲשֶׁר הוּא אוֹכֵל". בדרך הטבע, אם כל מה שאכל יוסף זה רק לחם, הוא היה צריך להיראות כחוש וחולני, אבל בגלל הקפדתו על אכילת מאכלים כשרים, נעשה לו נס והוא היה "יָפֵה תָאֵר וַיְפִה מְרָאָה", ככתוב בסוף פסוק זה.

נס דומה אירע לדניאל, חַנְנִיָּה מִיִּשְׂרָאֵל וְעֻזְרִיָּה:

מסופר בספר דניאל (א ה) שנבוכדנצר מלך בבל לקח מירושלים נערים טובי מְרָאָה ומשְׁפָלִים בְּכָל חֻקֵּי מִשְׁכָּח כדי שיגדלו בתנאים מיוחדים וישרתו אחרי כן בארמונו. מלך בבל בעצמו דאג לכך שהם יאכלו אֶכָּל מְשׁוּבַח ובריא. כדי להימנע מאכילת מאכלות אסורות ביקש דניאל מהשר הממונה עליהם שירשו לאכול רק קטניות וירקות, ולשתות מים במקום יין. ואולם, השר האחראי חשש להיענות לבקשתם, כי אם יראה מלך בבל שהם נראים פחות טוב משאר הנערים, הוא יהרוג אותם. דניאל הציע לו לערוך ניסיון במשך עשרה ימים ולראות האם תזונה זו תפגע בבריאותם ובמראה שלהם. ואכן בתום עשרת הימים נראו דניאל וחבריו אפילו טוב יותר מכל שאר הנערים שאכלו את האֶכָּל המלכותי והטרף. בעקבות ניסיון זה התיר להם האחראי להמשיך עם התזונה הכשרה שלהם.

כיצד ירקות וקטניות גרמו להם שיראו יותר טוב?

יש אומרים שהתרחש כאן נס גדול בניגוד לטבע. אבל רבי אברהם אבן עזרא בפירושו לספר דניאל (א טו) חולק עליהם וסובר שלא היה כאן נס. לדעתו, ה"זרעונים" שאכלו דניאל וחבריו כוללים גם אורז, שמעט ממנו משביע, וניתן להבין גם בדרך הטבע שאכילת אורז בנוסף לירקות וקטניות תביא לתוצאות חיוביות. הסבר שלישי מובא בפירושו רבי אברהם אבן עזרא, על פי העיקרון שמאכל אהוב מועיל לגוף יותר ממאכל מאוס. את הירקות והקטניות אכלו דניאל וחבריו בשמחה רבה על כך שנחסכה מהם אכילת פיגולים; וכשאוכלים בשמחה וברצון, האֶכָּל מזין יותר ומשפיע טוב יותר על הגוף, מאשר אכילת בשר ושאר מטעמים לא כשרים שנאלצים לאכול מתוך גועל והכרח.

וכך כתב הרמב"ם בהלכות דעות (פרק ד הלכה א): הרבה מחלות נגרמות כתוצאה מאכילת אֶכָּל לא בריא, או מאכילת יתר גם ממאכלים בריאים, ועל כך אמר שלמה בחזקתו: "שֹׁמֵר פִּי וּלְשׁוֹנוֹ, שֹׁמֵר מִצְרֻת נַפְשׁוֹ"

ארץ ישראל | אמונה | טהרת המשפחה | בית המקדש | פרשת שבוע | תנ"ך |

לימוד והנצחה לעילוי נשמות שלמה וישי קרויזר ז"ל
 אחים יקרים ואהובים אשר עלו יחדיו בסערה לגנזי מרומים
 מתוך אתר שי לשי" : shayleshay.co.il

(משלי כא כג), ופירש הרמב"ם: מי ששומר פיו מלאכול אֶכָּל לא בריא, ושומר את לשונו מלדבר דברים אסורים – הרי הוא שומר נַפְשׁוֹ מַצָּרוֹת.

אם כן, כשם שבזכות התזונה הכשרה של דניאל וחבריו, "נִרְאָה מְרֵאִיקָם טוֹב וּבְרִיאִי כְּשֶׁר מִן כָּל הַיְלָדִים הָאֲקָלִים אֵת פֶּת בֶּג הַמְּלֶכֶךְ" – כך גם יוסף הצדיק, בזכות הקפדתו לאכול רק לחם כשר, זכה שיהיה: "יָפָה תֹאֵר וַיְפָה מְרֵאֶה".