



ברכה! אם כן למה נאמר "ואכלתם לשובע"? אוכל ולא גוסי. <sup>8</sup> דבר אחר: ואכלתם לשובע - שלא יהא דבר חסר משולחנו שלא יהיה עולה לו. "וישבתם לבטח" - ולא מפוזרים ולא מפוחדים עליה ולא גולים. <sup>9</sup>

### מסכת סנהדרין דף צב עמוד א – מצווה להותיר

ואמר רבי אלעזר: כל שאינו משייר פת על שולחנו - אינו רואה סימן ברכה לעולם ... והאמר רבי אלעזר: כל המשיר פתיתים על שולחנו - כאילו עובד עבודה זרה ... לא קשיא, הא - דאיכא שלימה בהדיה (שיש חתיכה שלימה עם הפירורים), הא - דליכא שלימה בהדיה (שאין חתיכה שלימה עם הפירורים). <sup>10</sup>

### ר' חיים פליטאל ויקרא פרק כו פסוק ה – החקלאי הממהר לעבודתו <sup>11</sup>

"והשיג לכם דיש את בציר ובציר ישיג את זרע ואכלתם לחמכם לשובע". תימא, פשיטא שיאכלו לשובע שיהיה כל כך שובע שישגי דיש את בציר ובציר ישיג את זרע! ויש לומר, שלא תאמר: מאחר שלא יהיה הפסקה בין בציר לדיש ובין דיש לזרע, אם כן יהיה טרוד כ"כ שלא יוכל לאכול לחמו לשובע! כי אין לשהות על שולחנו ויודע שתבואתו וכרמו מתבשלות בשדה, אלא הוא ימהר בשדה לקבץ גורנו לביתו. לכך הוצרך לומר: "ואכלתם לחמכם לשובע" - במעט שתאכלו שתהיו שביעים. <sup>12</sup>

### פירוש כלי יקר במדבר ו כו - ישא ה' פניו אליך

ובמדרש (במדבר רבה יא ז): אמר הקב"ה: ואיך לא אשא להם פנים? אני אמרתי בתורה: "ואכלתם ושבעתם וברכתם" (דברים ח י) והם מחמירים עד כזית ועד כביצה ... אפילו בלא שביעה, כאילו אתם שבעים. כך אוותר לכם, שאפילו אוכל קמעא מתברך במעיו. ועל זה אמר: "וישם לך שלום" ... וכן הוא אומר: "ואכלתם לחמכם לשובע וישבתם לבטח בארצכם, ונתתי שלום בארץ". ופירוש זה נכון וברור בהבנת מדרש זה. <sup>13</sup>

<sup>8</sup> לא אכילת יתר גסה הגורמת להפרעות מעיים וקלקול קיבה. כפי שראינו בגמרא בבא קמא לעיל על הפסוק: וברך לחמך ומימך. אפשר לשבת בארץ ולהרגיש מפוחדים ואפשר גם לשבת בארץ ולהרגיש גולים! לעניינינו, ר' יהודה כן רואה באכילה לשובע עניין כמותי. אכילה היא דבר גשמי ויצרי. אבל רבן שמעון בן גמליאל מחזיר אותנו לדרשה הקודמת, של אכילה מועטה ואיכותית ומעמיד אותה כנגד אכילה גסה - גוסי בלשון המדרש. מה שאולי מאפשר מצב ביניים של אכילה לשובע שאינה גסה, ואולי לכך מכוון ר' יהודה. וכיוון שלהלכה ברכת המזון מהתורה היא רק אם היה בה כדי שביעה (ברכות כ ע"ב, במדבר רבה יא ז), אפשר שיש כאן מחלוקת בהלכה ולא רק בדרשת אגדה, איזו אכילה מחייבת ברכה מהתורה. ועכ"פ, שימו לב לדעה השלישית במדרש שאכילה לשובע היא במגוון ועושר המאכלים: "שלא יהא דבר חסר משולחנו שלא יהיה עולה לו". ראו דברינו [אנטונינוס ורבי](#) בפרשת וישלח, שם הבאנו את דברי רב יהודה אמר רב בגמרא ברכות נז ע"ב: "שני גוים בבטנך - אל תקרי גוים אלא גאים, ואמר: אלו אנטונינוס ורבי, שלא פסק משולחנם לא צנון ולא חזרת ולא קשוואין, לא בימות החמה ולא בימות הגשמים".

<sup>10</sup> לאכול בחתיכות קטנות כתינוק (הערה 6), אבל לא להשאיר פירורים על השולחן. מסימן הברכה שרבן שמעון בן גמליאל הזכיר במדרש הקודם, התגלגלו ובאנו לסימני ברכה נוספים כגון זה שמציין את השביעה באמצעות ההותרה. כפיט בליל שבת: "אכלנו שבענו והותרנו כברכת ה'" וכברכת המזון בנוסח ספרד: "מה שאכלנו יהיה לשובעה ... ומה שהותרנו יהיה לברכה". וראש לכולם רות המואביה במגילת רות הבעל"ט, פרק ב פסוק יד: "וְתֹאכַל וְתִשְׁבַּע וְתִתֵּר". בין אם אכלת הרבה כדברי ר' יהודה ובין אם אכלת קמעה כמדרש הראשון וכמשתמע מרבן שמעון בן גמליאל במדרש השני, תותר אוכל. תשאיר על השולחן חתיכה שלימה, לא פירורים, להראות שברכת ה' היא מעבר לבית הקיבוץ שלך. ואולי יש כאן גם מעין "כל דכפין יתיי ויכול" - יש עוד אוכל למי שנתר רעב. ואולי יש כאן גם מעין "פת בסלו" ותחושת ביטחון ושפע. עוד ראינו מפרשים שמקשרים את עניין שירור פת על השולחן, "לחמכם לשובע" והאכילה קמעא קמעא, עם הגמרא במסכת גיטין ע ע"א: "אכול שליש ושטה שליש והנח שליש, לכשתכעוס תעמוד על מילואך". הנהגה כזו תסייע לך להתגבר על כעסים ולחצים.

<sup>11</sup> רבי חיים פליטאל, צרפת-גרמניה, מאה 13, תלמיד-חבר של מהר"ם מרוטנברג. פירושו לתורה הוא לקט של פירושים על התורה מבית מדרשם של בעלי התוספות (מתוך פרויקט השו"ת).

<sup>12</sup> הסתפקות במועט כי המועט מספיק ומאפשר לחקלאי להתמודד עם העושר החקלאי המצוי בשדות, שיספיק להיאסף ולא יתקלקל. הדבר נכון, גם בימינו, בימי השיא של הקציר, האיסוף והקטיף, ומעניין אם הרב פליטאל ראה תופעה כזו באירופה החקלאית, או שחזה בעיני רוחו שכך תהיה הברכה בארץ ישראל, אשר לא זכה לשבת בה. זהו פירוש דומה אך שונה ממדרש ספרד לעיל: "אוכל קמעא קמעא". ובהקשר עם שרשרת העונה החקלאית, על כורחנו ש"לחם" איננו רק היוצא מהתבואה ומשבעת המינים, אלא גם פירות, יין, שמן ועוד. ראו פירוש אברבנאל: "ואכלתם לחמכם לשובע, כי כל דבר מאכל נקרא לחם". ראו גם פירוש אור החיים על הפסוק, שמחד גיסא מדגיש שברכת השביעה תהיה גם בפירות שבהם אין באכילתם כדי שביעה: "עוד ירצה לצד שיש בפירות שיש בהם שומן כאומרם במשנה (סוטה מ"ח א) טעם הפירות ושומן הפירות". מאידך גיסא, הוא מדגיש את איכות הלחם נטו, ללא כל צורך בתוספות: "ואכלתם לחמכם לשובע פירוש אפילו לחם לבד היוצא מן הארץ ירגישו באכילתו השובע, כי יש בו שומן הסועד לבב אנוש. עוד דקדק לומר לחמכם, שאינם צריכין לפתן לפת בו את הפת אלא הלחם לבדו ערב לנפש לאכול ממנו כדי שביעה".

<sup>13</sup> כלי יקר (רבי שלמה אפרים מלונטשיץ - 'איש לונטשיץ' - פולין - צ'כיה, מאה 16, תלמיד המהרש"ל, ממשיך ברבנות פראג אחרי המהר"ל) נדרש לפסוק שלנו במספר מקומות בפירושו לתורה. ראו בפרשתנו, פרק כה פסוק כ בהקשר עם השמיטה, וכאן, על דרכי הרפואה: "ואכלתם לחמכם לשובע ... שלא יאכל עד שישבע לגמרי, אלא יפחות מכדי שביעתו קצת כדרך שאמרו הרופאים באופן שיהיה קרוב לבוא לידי שביעה". רבים אחרים פירשו שאכילת קמעא קמעא היא מדרכי הרפואה והבריאות, ובהם פירוש אור החיים כאן שמצטט את הגמרא גיטין ע ע"א: "אכילה גסה הוא סם המות לגוף". אבל בפירוש שהבאנו לעיל, הנושא הוא אחר ומתקשר למה שכבר רמזנו לעיל והרחבנו בדברינו [ברכת כהנים](#) בפרשת נשא - נשיאת הפנים לישראל שמדקדקים לברך ברכת המזון גם כשאינם שבעים, גם כשלא מתקיים "ואכלתם ושבעתם וברכתם", גם בשנים של מצוקה ורעב. והרי לנו מעגל אידיילי: עם ישראל מדקדק בברכות, מעבר ל"בחוקותי תלכו", גם כשהוא אוכל "קמעא קמעא" בכורח, עקב מצוקה. ועדיין הוא מודה ומותיר (לא פירורים)

## זוהר - מדרש הנעלם כרך א (בראשית) פרשת תולדות – בגלל תלונות העם

... קרא אשכחו ודרשו, דכתיב: "ואכלתם לחמכם לשובע". דאמר ר' זירא: כל מיני פיתוי פתה הקב"ה לישראל להחזירם למוטב. ודא הוא יתיר מכלהו, דאמר להו: "ואכלתם לחמכם לשובע". ובקלות: "ואכלתם ולא תשבועו". ודא קשיא להו מכלהו מאי טעמא? דכתיב: "מי יתן מותנו ביד יי בארץ מצרים" (שמות טז ג). אמר ר' זירא: מלמד דמשום האכילה מסרו נפשם למות בידם. כיון שראה הקב"ה תאוותם, אמר להם: אם תשמעו לקול המצות, ואכלתם לשובע. כדי להניח דעתם.<sup>14</sup>

## מסכת סנהדרין דף נח עמוד ב – עבודת לאדמה?

ואמר ריש לקיש: מאי דכתיב: "עובד אדמתו ישבע לחם" - אם עושה אדם עצמו כעבד לאדמה - ישבע לחם, ואם לאו - לא ישבע לחם.<sup>15</sup>

## ילקוט שמעוני שמואל א רמז פ – ברכת השנים ותפילת חנה

"ותתפלל חנה" (שמואל א ב א), מכאן אנו למדין שנשים חייבות בתפילה, שכן חנה היתה מתפללת י"ח ברכות: רמה קרני בה' - מגן אברהם. ה' ממית ומחיה - מחיה המתים. אין קדוש כה' - האל הקדוש. כי אל דעות ה' - אתה חונן. ונכשלים אזרו חיל - הרוצה בתשובה, מוריד שאול ויעל - המרבה לסלוח. שמחתי בישועתך - גואל ישראל. מקימי מעפר דל - רופא חולים. שבעים בלחם - מברך השנים.<sup>16</sup> רגלי חסידיו ישמור - מקבץ נדחי עמו ישראל. ה' ידן אפסי ארץ - אוהב צדקה ומשפט. ורשעים בחשך ידמו - מכניע זדים. ויתן עוז למלכו - בונה ירושלים. וירם קרן משיחו - את צמח דוד. ואין צור כאלהינו - שומע תפילה. אל תרבו תדברו גבוהה - שאותך

ומברך: "מה שאכלנו יהיה לשובע". לפיכך הוא זוכה בברכת העושר המובטחת בפרשתנו. וגם בעושר הזה הוא אוכל "קימא קימא" ומתברך במעיו, ושומר על בריאותו ומותיר על שולחנו. וחוזר חלילה.

<sup>14</sup> מדרשים רבים יש בידינו, בפרט מדרשי חורבן, על כך שלא זכינו שתתקיים בנו ברכת הפרשה: "ואכלתם לחמכם לשובע", אלא תוכחתה: "בשָׁבְרִי לָכֶם מִטֶּהֱלַחְסִי וְאִפּוֹ עֶשֶׂר נָשִׁים לְחֶמְקֶם בְּתַנּוּר אֶחָד וְהִשִּׁיבוּ לְחֶמְקֶם בְּמִשְׁקַל וְאֶכְלֶתֶם וְלֹא תִשְׁבְּעוּ". ראו מדרש א"ת ב"ש (בסדר אל"ף ב"ת הפוך) בפתיחתא יא באיכה רבה: "רבי יצחק פתח (דברים כ"ח) תחת אשר לא עבדת את ה' אלהיך בשמחה ובטוב לבב מרוב כל ועבדת את אויביך. אילו זכיתם הייתם קוראים בתורה (שמות טו) תביאמו ותטעמו בהר נחלתך, ועכשיו שלא זכיתם הרי אתם קוראים תבוא כל רעתם לפניך ... אילו זכיתם הייתם קוראים בתורה: ואכלתם לחמכם לשובע, ועכשיו שלא זכיתם הרי אתם קוראים: כל עמה נאנחים מבקשים לחם". וכן במדרש תנחומא בתחילת פרשתנו: "... אמר הקב"ה: אני אמרתי שתהיו נתונים בשלוח, שנאמר ונטעתים על אדמתם וגו' (עמוס ט טו), אימתי? אם בחקותי תלכו - ואכלתם לחמכם לשובע. אני כך יעצתי, אבל אתם לא עשיתם כן, אלא ויחפאו בני ישראל דברים אשר לא כן". אבל מדרש זוהר זה, מציג את הברכה בפרשתנו ואת הכישלון באור אחר. הקב"ה מכיר את עמו. הוא שמע אותם בתלונותיהם מיד לאחר נס קריעת ים סוף (פרשת בשלח): "מִיִּיתָן מוֹתְנֵנוּ בְיַדְהָ בְּאֶרֶץ מִצְרַיִם בְּשִׁבְתֵּנוּ עַל־סִיר הַבֶּשֶׂר בְּאֶכְלֵנוּ לֶחֶם לִשְׁבַע". וכדברי ר' זירא: "משום האכילה מסרו נפשם למות בידם". שזה אגב האזכור הראשון בתורה של הביטוי לאכול לחם לשובע! (ראו הערה 1 לעיל). לפיכך הוא בא לפתותם בפרשתנו. להבטיחם ברכות רבות אם בחוקותיו ילכו. ואם נחבר את דברי זוהר האלה לשיטת רשב"י לעיל בהערה 3, אפשר שכל הברכה הגשמית המובטחת בפרשתנו בארץ איננה אלא תלונות העם במדבר? אפשר שכל זה "כוונה שנייה", כשיטת הרמב"ם?

<sup>15</sup> לכתובים שמורה הזכות להאיר נושאים ורעיונות בדרך של ספרות החכמה. בין הבטחות לטוב ושפע ובין חורבן ופיתוי, באה הקביעה המציאותית הפשוטה שעל מנת להוציא לחם מן הארץ, בוודאי לחם שיש בו כדי שביעה, האדם צריך לשעבד עצמו ולהתמסר כל כולו לעבודת (לעבודת) האדמה. ואין לך סמך גדול מזה מאשר דברי התורה בספר בראשית: "בזיעת אפיק תאכל לחם". ספר משלי משבח את עובד האדמה, בוודאי בהשוואה לעצלן ומרדף ריקים (החצי השני של הפסוק, ראו ראש דברינו). ראו פירוש רלב"ג על שני הפסוקים במשלי: "עובד אדמתו - מי שישתדל לעבוד אדמתו ישבע לחם כי האדמה תתן פריה ומי שאינו מתעסק בישובו של עולם אבל הוא מרדף אמרים ריקים יחסר לו כל טוב". וכן: "עובד אדמתו - מי שהוא מתעסק בישובו של עולם אך הוא נמשך אחר עשות מלאכתו - יחיה בה. אך מי שאינו מתעסק בישובו של עולם אך הוא נמשך אחר סברת ריקים ופוחזים, לא די שיחסר לו לחם אבל גם הוא עם זה חסר לב ודעת". אך כאמור, הדברים אינם קלים ופשוטים ועבודת האדמה, כמאמר ריש לקיש, היא לעתים עבודת האדמה. ראו דברינו [איש האדמה](#) בפרשת נח. ראו גם משנת רבי אליעזר פרשה ג עמוד 58 על ההשוואה עם עבודת הנמלים המייגעת. מה גם שבעל ספר משלי יודע שלעתים קרובות גם איש נבל הוא שבע לחם, והוא מביע את כעסו וטרונייתו על כך בפסוק: "תחת־עֵבֶד כִּי יִמְלֹךְ וְיִבָּל כִּי יִשְׁבַּע־לֶחֶם" (משלי ל כב). אולי זו סיבה שמקצת מדרשים דרשו את הפסוק ללימוד תורה ועבודת ה' (מדרש משלי כח יט, פסיקתא ארטרתא בראשית מט טו ועוד). ראו בראשית פב סימן ח בעימות של שני תלמידים של ר' יהושע עם "סרדיוט אחד": "אמר להם: מה הוא דין דכתיב (משלי כח) עובד אדמתו ישבע לחם? אמרו לו: טוב מי שהוא חוכר שדה אחת ומזבלה ומעדרה ממי שהוא חוכר שדות הרבה ומובירן. אמר להם: לא כך דרש ר' יהושע רבכם, אלא עובד אלהים עד יום מותו, ישבע לחם מלחמו של עולם הבא". ורש"י (משלי יב יא) מפרש: "עובד אדמתו ישבע לחם - כמשמעו, ולפי משלו שחוזר על תלמודו תמיד שלא ישתכח".

<sup>16</sup> ומכאן אזכור השובע ("ושבענו מטובה") בברכת השנים, כפי שמסביר אבודרהם (ואחרים) בפירוש שמונה עשרה בפרו: "ושבע על שם ואכלתם לחמכם לשובע". ושם הוא נלחם בנוסח שאינו מצוי בסידורים שלנו: "והמון העם קורין חוס ורחם עלינו ועל כל תבואתה, ואינו נכון כי ברכה זו נתקנה לבקש רחמים על תבואת השנה ופירותיה, ומה לנו להכניס עצמנו בה, כי הנה שאר ברכות התפילה הם בקשה עלינו". ברור לכל שתפילה על ברכת הארץ מטיבה עם בני האדם ואם יתקיים: "ברך עלינו את השנה הזאת ואת כל מיני תבואתה לטובה", יתקיים גם "לחמכם לשובע". ראו גם גמרא מגילה ז ע"ב שברכת השנים היא כנגד מפקיעי שערים (כנגד "קול ה' שובר ארזים" לפי השיטה שתפילת שמונה עשרה נתקנה כנגד האזכרות שבתהלים פרק כט). אבל, אומר אבודרהם, אנחנו לא צריכים "להכניס את עצמנו" בכל ברכה ותפילה, יש מספיק כאלה. מותר לנו לשלב בתפילותינו גם בקשות כלליות לשלום העולם ושיגורו, לקיום הטבע וחיותו וממילא נתברך גם אנו. אולי גם זו מידה של הסתפקות במועט ושיביעה שבאה ממקום של צניעות וענווה של ראיית מקומו ומעמדו בבריאה הכוללת.

לבדך ביראה [נעבוד]. יצא עתק מפיכם - הטוב שמך ולך נאה להודות. ויתן עוז למלכו - עושה השלום. הרי שמונה עשרה ברכות שהתפללה.<sup>17</sup>

**שבת שלום**  
**חזק חזק ונתחזק**  
**מחלקי המים**

מים אחרונים: ראו דברינו [מתוקה שנת העובד](#) בקהלת אשר משלימים דף זה.

<sup>17</sup> בחרנו לסיים בדבר טוב – תפילת נשים. נשים חייבות בתפילה כדברי המשנה במסכת ברכות פרק ג משנה ג: "נשים ועבדים וקטנים פטורין מקריאת שמע ומן התפילין וחייבין בתפילה ובמזוזה ובברכת המזון". הגמרא בברכות כ ע"ב מסבירה שלמרות שתפילה היא מצוות עשה שהזמן גרמא, נשים חייבות בה משום שהיא בקשת רחמים: "רחמי היא" ואין מי שלא זקוק לרחמי שמים (ונשים יודעות לעורר רחמי שמים). ובלשון הירושלמי ברכות פרק ג הלכה ג: "כדי שיהא כל אחד ואחד מבקש רחמים על עצמו". (ועדיין מחלוקת ראשונים היא, בין רמב"ם לרמב"ן, אם חיוב זה הוא מהתורה או מצוות חכמים). לתפילת שמונה עשרה יש מקורות ואסמכתאות רבים. ראו דברינו [תפילת שמונה עשרה](#) בפרשת פקודי. וכאן, מקור התפילה הוא בתפילת חנה, אז פשיטא שנשים חייבות בה – כחנה. ברכת השנים, עפ"י מקור זה (שיסודו כנראה במדרש ילמדנו שלא איתרנו והשתמר כאן ובפסיקתא זוטרתא דברים פרשת ואתחנן דף ו עמוד א), יסודה בדברי חנה: "שבעים בלחם נשכרו". בתפילת מי שהייתה שנים רבות עקרה וזכתה לבנים. כארץ ישראל שנים רבות הייתה עקרה, שוממה ועזובה מבניה וזכתה בימינו לפריחה חקלאית עצומה, לשפע ושובע רב. ולואי שנזכה לשומרה באכילה וצריכה מדודים ומתונים, קמעא קמעא, גם בשנת השמיטה הקרובה. ועל תפילת חנה כבר זכינו לכתוב בדברינו [תפילת חנה](#) בראש השנה