

Food in Eden and the Desert: You are what you eat

Rabbi Herzl Hefter

תלמוד בבלי מסכת יומא דף פא עמוד ב

דתני חייא בר רב מדפתי: ועניתם את נפשתיכם בתשעה וכי בתשעה מתענית? והלא בעשור מתענית! אלא לומר לך: כל האוכל ושותה בתשיעי - מעלה עליו הכתוב כאילו התענה תשיעי ועשירי.

רש"י מסכת יומא דף פא עמוד ב

כל האוכל ושותה וכו' - והכי משמע קרא: ועניתם בתשעה כלומר התקן עצמך בתשעה שתוכל להתענות בעשרה, ומדאפקיה קרא בלשון עינוי, לומר לך: הרי הוא כאילו מתענה בתשעה.

ספר שערי תשובה - שער רביעי אות ח

ועל כן אמרו רבותינו זכרונם לברכה (ראש השנה ט, א): כל הקובע סעודה בערב יום הכפורים כאילו נצטוו להתענות תשיעי ועשירי והתענה בהם, כי הראה שמחתו בהגיע זמן כפרתו, ותהיה לו לעדה על דאגתו לאשמתו, ויגונותיו לעונותיו:

ספר שערי תשובה - שער רביעי אות ט

והשנית כי בשאר ימים טובים אנהנו קובעים סעודה לשמחת המצוה, כי יגדל וישגא מאד שכר השמחה על המצוות. כמו שנאמר (דברי הימים א כט, יז): "ועתה עמך הנמצאו פה ראיתי בשמחה להתנדב לך", ונאמר (דברים כח, מז): "תחת אשר לא עבדת את ה' אלקיך בשמחה ובטוב לבב", ומפני שהצום ביום הכפורים, נתחייבו לקבוע סעודה על שמחת המצוה בערב יום הכפורים:

ספר שערי תשובה - שער רביעי אות י

והשלישית למען נחזק להרבות תפלה ותחנונים ביום הכפורים ולשית עצות בנפשנו על התשובה ועיקריה:

רמב"ם הלכות שביתת עשור פרק א

הלכה א

מצות עשה לשבות ממלאכה בעשור לחדש השביעי שנאמר +ויקרא ט"ז, ויקרא כ"ג+ שבת שבתון הוא לכם, וכל העושה בו מלאכה ביטל מצות עשה ועבר על לא תעשה שנאמר +במדבר כ"ט+ ובעשור וגו' כל מלאכה לא תעשו, ומה הוא חייב על עשיית מלאכה ביום זה, אם עשה ברצונו בזדון חייב כרת, ואם עשה בשגגה חייב קרבן חטאת קבועה. הלכה ב כל מלאכה שחייבין על זדונה בשבת סקילה חייבין על זדונה בעשור כרת, וכל שחייבין עליו קרבן חטאת בשבת חייבין עליו קרבן חטאת ביום הכפורים, וכל דבר שאסור לעשותו בשבת אע"פ שאינו מלאכה אסור לעשותו ביום הכפורים, ואם עשה מכין אותו מכת מרדות כדרך שמכין אותו על השבת, וכל שאסור לטלטלו בשבת אסור לטלטלו ביום הכפורים, וכל שאסור לאמרו או לעשותו לכתחלה בשבת כך אסור ביום הכפורים, כללו של דבר אין בין שבת ליום הכפורים בענינים אלו אלא שזדון מלאכה בשבת בסקילה וביום הכפורים בכרת. הלכה ד מצות עשה אחרת יש ביום הכפורים והיא לשבות בו מאכילה ושתייה שנאמר +ויקרא ט"ז+ תענו את נפשותיכם, מפי השמועה למדו ענוי שהוא לנפש זה הצום, וכל הצום בו קיים מצות עשה, וכל האוכל ושותה בו ביטל מצות עשה ועבר על לא תעשה שנאמר +ויקרא כ"ג+ כי כל הנפש אשר לא תענה בעצם היום הזה, ונכרתה, מאחר שעשה הכתוב כרת למי שלא נתענה למדנו שמוזהרין אנו בו על אכילה ושתייה, וכל האוכל או השותה בו בשוגג חייב קרבן חטאת קבועה.

תלמוד בבלי מסכת יומא דף עד עמוד ב המאכלך מן במדבר למען ענתך,

יהושע פרק ה

(יא) ויאכלו מעבור הארץ ממחרת הפסח מצות וקלוי בעצם היום הזה: (יב) וישבת הלן ממחרת באכלם מעבור הארץ ולא יתנה עוד לבגדי ישראל גו ויאכלו מתבואת ארץ פלנען בשנה ההיא:

ספר פרי צדיק לערב יום הכפורים - אות ה והנה כבר דברנו מזה על מנהג ישראל שאוכלים מאכל שקורים קרעפליך שהם בצק ממולא בבשר בג' זמנים שהם של חול ואף על פי כן הסעודה בהם מצוה זכר למן שהיה יורד בג' זמנים אלו והבצק מלמעלה ולמטה כמו הטל שעל המן. וביותר ביום הזה בערב יום כפורים שאכילת סעודה זו הוא בעצם כבחינת אכילת המן

בראשית פרק ט

(א) ויברך אלהים את נח ואת בניו ויאמר להם פרו ורבו ומלאו את הארץ: (ב) ומוראכם והתקם יהיה על כל חית הארץ ועל כל עוף השמים ככל אשר תרמש האדמה וככל דגי הים בידכם נתנו: (ג) כל רמש אשר הוא חי לכם יהיה לאכלה כגור עשב נתתי לכם את כל: (ד) אך בשר בנפש דמו לא

תאכלו: (ה) וְאֵף אֶת דְּמָמְכֶם לְנַפְשֵׁיכֶם אֶדְרֹשׁ מִיָּד כָּל חַיָּה אֶדְרֹשׁוּ וּמִיָּד הָאָדָם מִיָּד אִישׁ אֶחָיו אֶדְרֹשׁ אֶת נַפְשׁ הָאָדָם: (ו) שִׁפְךָ דָם הָאָדָם בְּאָדָם דָּמוֹ יִשְׁפָּךְ כִּי בְּצֶלֶם אֱלֹהִים עָשָׂה אֶת הָאָדָם: (ז) וְאַתֶּם פָּרוּ וּרְבִיתֶם וְרָבִיתֶם בְּאֶרֶץ כְּנָעַן וּרְבִיתֶם: ס

מדרש אגדה (בובר) בראשית פרשת נח פרק ט סימן ג

[ג] כל רמש אשר הוא חי וגו'. הותרה בשר תאוה לנח, לפי שהקריב קרבן, ...

ויקרא פרק יז

(ג) איש איש מבית ישראל אשר ישחט שור או כשב או עז במחנה או אשר ישחט מחוץ למחנה: (ד) ואל פתח אהל מועד לא הביאו להקריב קרבן ליקנח לפני משכן יקנח דם יקשב לאיש ההוא דם שפקד ונקרת האיש ההוא מקרב עמו:

תלמוד בבלי מסכת חולין דף טז עמוד ב

הכל שוחטין, ולעולם שוחטין: הכל שוחטין - הכל בשחיטה ואפילו עוף. לעולם שוחטין - מאן תנא? אמר רבה: רבי ישמעאל היא, דתניא: +דברים י"ב+ כי ירחיב ה' אלהיך את גבולך כאשר דבר לך ואמרת אוכלה בשר וגו' - ר' ישמעאל אומר: לא בא הכתוב אלא להתיר להם בשר תאוה, שבתחלה נאסר להם בשר תאוה, משנכנסו לארץ הותר להם בשר תאוה, ועכשיו שגלו יכול יחזרו לאיסורן הראשון? לכך שנינו: לעולם שוחטין. מתקיף לה רב יוסף: האי לעולם שוחטין, לעולם שוחטין ואוכלין מבעי ליה! ועוד, מעיקרא מאי טעמא איתסר? משום דהוּוּ מקרבי למשכן, ולבסוף מאי טעמא אישטרו? דהוּוּ מרחקי ממשכן, וכ"ש השתא דארחיקו להו טפי! ... בשלמא לר' עקיבא דאמר בשר תאוה לא איתסר כלל, היינו דכתיב: +דברים י"ב+ אך כאשר יאכל את הצבי ואת האיל כן תאכלנו, אלא לרבי ישמעאל, צבי ואיל גופיה מי הוי שרי? כי אסר רחמנא - בהמה דחזיא להקרבה, אבל חיה דלא חזיא להקרבה לא אסר רחמנא

ספר פרי צדיק קונטרס עת האוכל - ארת ו

[ו] השלחן דומה למזבח כדאיתא שלהי הגיגה ובהיפך איתא באבות זבחי מתים, דהיינו תקרובת עבודה זרה כמפורש בתהלים דנקרא זבחי מתים וכמו שאמרו בפרק קמא דחולין. והיינו, כי ההנאה שיש להאדם מן המאכל אם נכנסת לנפש האלהית וחלק אלוה ממעל שבו, היינו כשהוא מכיר שהשם יתברך ברא את המאכל הזה ומחייבו ונותן לו היותו וקיום והוא נותן בו טעם והנאה ונותן לאדם השק שיתאוה לו ושיטעום בו טעם טוב ושיטוף בכוחו וחיותו. כשמכיר שזה הכל מהשם יתברך בהכרה ברורה מאיר בלב בלי הטעייה בנפשו להשוב דמיון דרך העברה בעלמא להכרה ברורה. הנה הכרה הזו הוא מכה החלק אלוה וצד הטוב שבו ואתו הצד נתגבר והנאת אותו הצד הוא ממש הנאת הקרבן שלמעלה. כי שוה הוא החלק עם הכל. אבל כששוכח זה ואוכל להנאת עצמו למילוי התאוה זה מצד נפש המתאוה הבהמית שבאדם וכאלו מקריב לה קרבן וזהו זבחי מתים ממש שכה זה ותאוה זו הוא כדרך שאמרו רשעים בזיהיהם קרויים מתים שההיות הוא דמיון בעלמא אבל באמת הוא מיתה והקרבתה הוא זבחי מתים ותקרובת עבודה זרה שזהו עבודה זרה השכחה מהשם יתברך ומילוי כח אחר חוץ מכה השם יתברך. והעצה לזה הוא שלחן שיש עליו דברי תורה שהמאור שבה הוא המכרר שמכיר שהוא מהשם יתברך, כי חכמה לשון הכרה כידוע וזה גם כן כונת הברכה שתקנו חכמים קודם אכילה שענינה ההכרה שהשם יתברך הוא הבורא ומהוה מאכל זה שיהיה מאכל:

תלמוד בבלי מסכת ראש השנה דף יז עמוד ב

ויעבר ה' על פניו ויקרא, אמר רבי יוחנן: אלמלא מקרא כתוב אי אפשר לאומרו, מלמד שנתעטף הקדוש ברוך הוא כשליה צבור, והראה לו למשה סדר תפלה.

זוהר כרך א (בראשית) פרשת ויחי דף רמו עמוד א

ת"ח מאשר שמנה לחמו, דא הוא אתר דכלא מאשרין ליה ומאי איהו עלמא דאתי דעלאי ותתאי מאשרין ליה ומכספין ליה, שמנה לחמו מאן, עד כאן לא פריש מאן הוא אתר אלא אית לחם ואית לחם כמה דאית אילנא ואית אילנא דחיי ואית אילנא דתלייא ביה מותא, אית לחם דאיכרי לחם עוני ואית לחם דאיכרי לחם פנג ומאן איהו (לחם) דא ו' ודא הוא לחמ"ו לח"ם ו' ועל דא כתיב (שמות ט"ז) הנני ממטיר לכם לחם מן השמים מן השמים ודאי, ועל דא מאשר שמנה לחמו לחם ו' דהא מניה אתון האי אילנא

ספר מי השילוח - פרשת מקץ

תשמע הלוים לפתור אותו, היינו כי כל עניני עו"ה הם כחלום הצריך פתורם וכמו שיפתור לו האדם כן יקום אצלו והאדם המבין בכל כי הכל הוא רק מהש"י ורק ממוצא פיו יחי' הכל זה מבין טעם בכל דבר ומגיע להיים אמיתיים, כמו לחם העיקר המח' הנמצא בו הוא המוצא פי ה' ומי שאוכל פשוט כבהמה, אינו משיג מהלחם רק חיי עו"ה והמבין כי מוצא פי ה' הוא המח', זה ישיג חיי עולם כי לחם הוא אותיות הלם היינו שצריך פתרון, וכן הוא כל הנאות כי כל הנאות והטובות שבעולם: נמשלין ללחם