



ואפשר שתהיה הנהגתו כלה לפי המועיל, כמו שזכרנו, אבל ישם תכליתו - בריאות גופו ושמירתו מן החליים בלבד. ואין זה איש מעלה. כי כמו שבחר זה הנאת הבריאות - בחר ההוא הנאת האכילה או הנאת הבעילה, וכך אין תכלית אמתית לפעולותיהם. ואמנם הנכון, שישם תכלית כל הנהגותיו - בריאות גופו והמשך מציאותו על השלמות, כדי שישארו כלי כחות הנפש, אשר הם איברי הגוף, שלמים, ותתעסק נפשו מבלי מונע במעלות המדות ובמעלות השכליות¹.

וכן כל מה שילמדהו מן החכמות והידעות, אלה מהן שהן דרך לתכלית ההיא - אין מה לדבר בהן; ומה שאין בו תועלת לתכלית ההיא, כמו שאלות האלגברה, וספר חתכי החרוט, והתחבולות, והרבות בשאלות ההנדסה, ומשיכת המשקלים, והרבה פיוצא בזה - תהיה הפונה בו חדוד השכל, והרגל הכח השכלי בדרכי המופת, עד שישג לאדם קנין ידיעת ההקש המופתי מזולתו, ויהיה לו זה דרך להגיע בה אל ידיעת אמתת מציאותו ותעלה.

וכן דבורי האדם כלם, אין צריך שידבר אלא במה שניבא בו תועלת לנפשו, או ידחה הזק מנפשו או מגופו, או בחכמה, או במעלה, או בשבח מעלה או מעלה, או בגנות פחיתות או פחות. כי גדוף בעלי החסרונות וגנוי זכרם, אם היתה הפונה בו לחסרם אצל בני אדם, כדי שיוסרו מהם ולא יעשו כמעשיהם - הרי זה נצרך, והיא מעלה. הלא תראה אמרו ותעלה: "כמעשה ארץ מצרים... וכמעשה ארץ כנען" (ויקרא יח, ג), וספור הסדומיים. וכל מה שבא במקרא בגנות האנשים בעלי החסרונות וגנוי זכרם, ושבח הטובים והגדלתם, אמנם הפונה בו מה שזכרתי לך, כדי שילכו בני אדם בדרך אלו, ויתרחקו מדרך ההם².

וכאשר ישם האדם פונתו מענין זה, יתבטל מפעולותיו ויחסר מדבוריו הרבה מאד. כי מי שידבק בזאת הפונה, לא יתעורר לפתח הכתלים בזהב, או לעשות רקום זהב בבגד; אלא אם כן יכון בזה להרחיב נפשו, כדי שתבריא, ויגרש חלזה ממנה, עד שתהיה בהירה וזכה לקבל החכמות, כדרך שאמרו: "דירה נאה ואשה נאה ומטה מצעת לתלמידי חכמים" (עין שבת כה ע"ב וברכות נו ע"ב). כי הנפש תלאה והמחשבה תעכר בהתמדת העיון בדברים הקשים, כמו שיתעניף הגוף בהתעסקו במלאכות המינגעות, עד שינוח וישקט, ואז יחזר לשווייו. כן תצטרך הנפש גם כן להרגע, ולעסק במנוחת חושים, כמו ההסתפקות בצירים ובדברים הנאים, עד שתסור ממנה הלאות, כמו שיאמרו: "כי חלשי רבון מגרסא" (עין ברכות כח ע"א). וקרוב הדבר שעל זה האפן לא יהיו אלו רעות, ולא פעולות הבל, רצוני לומר: ההתעוררות לעשות הפתוחים והקשויטים בפנינים ובכלים ובבגדים.

לתכלית ההיא - המביאים לידיעת ה' באופן ישיר. משיכת המשקלים - מכניקה. דרכי המופת - לוגיקה, כללי הגיון. מעלה או מעולה - מידה טובה או אדם בעל מעלה המצטיין במידותיו. וסרו מהם - יסורו ויתרחקו מהרשעים. תלאה - תתעייף.

למזרח יומי

מאמרים

בשיתוף:

הרשת הישיבה בית אל
Yeshiva.org.il
הלשון הלאומי התיאור

www.yeshiva.org



www.meirtv.co.il



ביאורים

אין חולק על כך ששמירת הבריאות היא ערך חשוב ומשמעותי. המודעות בדורנו לאכילה נכונה, שמירה על כושר גופני והתרחקות ממזונות מזיקים עלתה מאד ומאפשרת איכות חיים טובה יותר. אלא שיש תכלית גבוהה יותר, התכלית אליה שואף 'איש המעלה'. אפשר לומר שזוהי הקומה הבסיסית, זהו האירגון הראשוני של החיים על פי עיקרון הערך ולא חיפוש ההנאה המיידית. על בסיס הקומה הזאת מבקש האדם לתקן את עצמו, לשפר את מידותיו, לכוון את המחשבות והמעשים כולם על פי רצון ה'. היעד העליון הזה, אליו אנו מכוונים את חיינו, הופך גם את קומות האירגון הבסיסיות יותר לשייכות אל היעד העליון הזה. כלומר, כאשר אנחנו בוחרים למשל לאכול משהו בריא אנחנו לא רק דואגים לפעילות תקינה של מערכות הגוף, אנחנו גם מאפשרים על ידי הפעילות התקינה הזאת לעסוק בתיקון הצד העליון שבנו – הנפש. כאשר האדם בריא בגופו הוא יכול ביתר קלות להתפנות לעסוק בתיקון הנפש. לאור העיקרון הזה מלמד הרמב"ם כיצד גם לימודים כלליים כגון: מתמטיקה, מכניקה, פיזיקה וגיאומטריה ועוד, הופכים להיות חלק מעבודת ה' כאשר מגמתם להרגיל את האדם לחשיבה נכונה. בנוסף לכך, הוא מלמד מהי הדרך הנכונה שבה יש להשתמש בכח הדיבור – בשבח המעשים הטובים וגנות המעשים השליליים. גם החוש האסתטי וההומור מוצאים את מקומם ותפקידם כאשר המגמה היא לחדש כוחות ולחזק את הנפש מעייפותה. בקיצור, היעד העליון מכוון ומנתב את השימוש בכוחות האדם כולם לאורה של התכלית.

הרחבות

1. יש מצוה להיות בריא?

הגמ' (ברכות לב:) מציינת שני פסוקים שנחשבים כציווי על זהירות מסכנה גופנית, למרות שההקשר המקורי שלהם עוסק בזהירות מסכנה רוחנית: "רַק הַשְּׁמֵר לְךָ וּשְׁמֵר נַפְשְׁךָ מֵאֵד - פֶּן תִּשְׁכַּח אֶת הַדְּבָרִים אֲשֶׁר רָאוּ עֵינֶיךָ... יוֹם אֲשֶׁר עֲמַדְתָּ לִפְנֵי ה' אֱלֹהֶיךָ בְּחָרֵב... וְנִשְׁמַרְתֶּם מֵאֵד לְנַפְשֵׁיכֶם - כִּי לֹא רְאִיתֶם כָּל תְּמוּנָה בַיּוֹם דְּבַר ה' אֲלֵיכֶם" (דברים ד, טז-טז). וכן פוסק הרמב"ם להלכה: "כל מכשול שיש בו סכנת נפשות, מצות עשה להסירו ולהשמר ממנו ולהזהר בדבר יפה יפה, שנאמר "השמר לך ושמור נפשך" (הלכות רוצח ושמירת הנפש יא, ד). הפסוקים הללו מלמדים על הקשר ההדוק שמדגיש הרמב"ם בין בריאות הגוף לעבודת ה'.

2. לעשות תשובה על פגיעה בריאות?

התשובה הבסיסית ביותר לפי הרב קוק, היא "תשובה טבעית גופנית, שסובבת את כל העבירות נגד חוקי הטבע, המוסר והתורה, המקושרים עם חוקי הטבע. שסוף כל הנהגה רעה הוא להביא מחלות ומכאובים, והרבה סובל מזה האדם הפרטי והכללי. ואחרי הבירור שמתברר אצלו הדבר, שהוא בעצמו בהנהגתו הרעה אשם הוא בכל אותו דלדול החיים שבא לו, הרי הוא שם לב לתקן את המצב. לשוב לחוקי החיים, לשמור את חוקי הטבע, המוסר והתורה, למען ישוב ויחיה, וישובו אליו החיים בכל רעננותם... וכפי הנראה מקצוע של תשובה זו תלוי הוא בקשר חזק ביתר חלקי התשובה..." (אורות התשובה א).

שאלות לדיון

- האם גישת הרמב"ם יכולה להשתלב עם המושג של "תרבות הפנאי"?
- האם בשמיעת שירים וטיוולים יש ערך לכל אדם או רק למי שלקה ב"מרה שחורה" (דיכאון)?
- מה תפקיד וערך לימודי חשבון?
- מה הערך והחשיבות להסתכלות בציורים ודברים נאים?

בשיתוף:

הרית הישיבה בית אל
Yeshiva.org.il
השָׁר לְאִיל הַתּוֹרָה

www.yeshiva.org



www.meirtv.co.il

למדת יומי

מאמר