

הלכות הדרף היומי

מסכת יומא

תוכן

- א. דאגה בלב איש ישחנה ... ישחנה מדעתו ... ישיחנה לאחרים1
- ב. שלא יאכל אדם בשר אלא בלילה.....1

דף עה.

א. דאגה בלב איש ישחנה ... ישחנה מדעתו ... ישיחנה לאחרים

נאמר במשלי (יב פסוק כה) דאגה בלב איש ישחנה ודבר טוב ישמחנה ושני פירושים נאמרו בגמ' ו"מ ישיחנה מדעתו ובכלל זה שכדאגה בלב איש ומטרידו מלימוד התורה יסיחנה מדעתו כדי שיהא דעתו צלולה וע"י כן דבר תורה שהיא התורה ישמחנו מדאגתו¹ ו"מ ישיחנה לאחרים. כדי שיתנו לו עצה על דאגתו וזהו ודבר טוב שיתיעץ לו חברו הוא ישמחנו מדאגתו

ולפיכך בתחילה² ישתדל להסיחה מדעתו במחשבות טהורות וטענות מספיקות שיש ויש כדי לדהות הדאגה, ואם לא יוכל יסיחנה לאחרים דהיינו ת"ח ואנשי מדע שידעו לתקנו בעצה טובה וידברו לו דברים המבטלים הדאגה ומיישבים את הלב.

ומטעם זה המספר לחברו דברי לשון הרע על פלוני שהזיק לו פגע בו או כל כדומה³, כדי להפג את דאגתו מליבו או כדי שיעץ לו אף זה בכלל לשון הרע לתועלת. שמותר לספר אם התקיימו כללי תועלת.

אך אם רוצה להסיר דאגה מלבו, ובתוך כך יספר לשון הרע על פלוני אך אינו משום שפלוני הזיקו, או שמספר דרך התרעמות וכעס על חברו אפילו אם חברו חטא נגדו. אין זה בכלל תועלת ואסור לספר⁴.

דף עה:

ב. שלא יאכל אדם בשר אלא בלילה

¹ מהרש"א חידושי אנדות סוטה דף מב:

² פלא יועץ ערך דאגה ועיי"ש עצות האיך להסיר דאגה מלבו

³ הפין חיים לשון הרע הערות כלל י, יד בהערה

⁴ נתיב חיים שם אולם אם אין כונתו לנגות חברו כלל ולא ייצא לחבירו נזק בכך אפשר שיש מקום להתיר, עיי"ש

הלכות הדרף היומי

מסכת יומא

טוב שישים אכילתו ביום קלה מבלילה. ויאכל ב' פעמים ביום אם חלש לבו
ואל ימלא כריסו בפעם אחת ויתנהג ע"פ מה שכתוב בענין המזן בערב בשר
לאכול, ולחם בבקר לשבוע.

י"א⁵ שבערב הכונה היא זמן בין הערבים משהחמה נוטה למערב כלומר לאחר חצות היום.
ובימינו⁶ אין נזהרים לאכול בשר דוקא בלילה.

⁵ עיין כף החיים קנז, לז"ש שהביא מהר"ח שה"ק פט"ו שכתב ונוכל לומר שאעפ"י שאמר שלא יאכל בשר אלא בלילה לאו דוקא לילה אלא ה"ה מפלג המנחה ואילך דחשוב לילה אליבא דרבי יהודה להתפלל ערבית וכו' ובזה ידוקרדק לשון המקרא דקאמר בין הערבים תאכלו בשר ולא קאמר בלילה. ומי שאינו מתענה ודרכו לקום בחצות לילה לעסוק בתורה דרך זה נאות אליו שיש זמן לעיכול הבשר ולא תתרבה לו השינה בקומו לעסוק בתורה עב"ל". וכתב על זה "ולוי נראה דלפ"ז גם מאחר חצות זמניה הוא ... וע"כ מי שא"א לו בלא בשר יוכל לקבוע סעודתו בבשר אחר חצות היום ובליילה יאכל מאכלים קלים כדי שיוכל לקום בחצות לילה לעסוק בתורה. ומיהו מי שאפשר לו לא יאכל בשר כ"א פעם אחת בשבוע או שני פעמים וכמ"ש המגיד למרן ז"ל כמ"ש בס' מגיד מישרים באזהרות ד"ה אור ליום שבת כ"ז לאייר יעו"ש".

⁶ בליקוטי מהרי"ח (סדר הנהגת הסעודה) "ותמיה בעיני שלא ראיתי נזהרים בזה (אכילת בשר בלילה) אפילו אנשי מעשה, ואפשר וכו' כיון שבעוה"ר גברה החולשה בעולם לכך אין נזהרים בזה".