



לשמור על הגוף כדי לשמור על הנפש

וְנִשְׁמַרְתֶּם מְאֹד לְנַפְשֵׁיכֶם כִּי לֹא רְאִיתֶם כָּל־תְּמוּנָה
בַּיּוֹם דָּבָר יִקְוֶה אֲלֵיכֶם בְּחַיֵּיב מִתּוֹךְ הָאֵשׁ: (דברים ה,
טז)

מעט קודם לכן נאמר (פסוק ט):

רַק הַשְּׁמֹר לָךְ וְשִׁמּוֹר נַפְשְׁךָ מְאֹד פְּרִי־תִשְׁבַּח אֶת־
הַדְּבָרִים אֲשֶׁר־רָאוּ עֵינֶיךָ וּפְנִי־סוּרוּ מִלְּבַבְךָ כֹּל יְמֵי
חַיֶּיךָ וְהוֹדַעְתֶּם לְבְנֵיךָ וּלְבְנֵי בְנֵיךָ:

במה עוסקים פסוקים מפורסמים אלו?

בתלמוד בבלי מסכת ברכות דף לב עמוד ב נאמר:

"תנו רבנן: מעשה בחסיד אחד שהיה מתפלל בדרך, בא הגמון אחד ונתן לו שלום ולא החזיר לו שלום, המתין לו עד שסיים תפלתו. לאחר שסיים תפלתו אמר לו: ריקא, והלא כתוב בתורתכם רק השמר לך ושמור נפשך וכתוב ונשמרתם מאד לנפשותיכם, כשנתתי לך שלום למה לא החזרת לי שלום? אם הייתי חותך ראשך בסייף מי היה תובע את דמך מידי? אמר לו: המתן לי עד שאפייסך בדברים. אמר לו: אילו היית עומד לפני מלך בשר ודם ובא חברך ונתן לך שלום – היית מחזיר לו? - אמר לו: לאו. ואם היית מחזיר לו, מה היו עושים לך? - אמר לו: היו חותכים את ראשי בסייף. - אמר לו: והלא דברים קל וחומר; ומה אתה שהיית עומד לפני מלך בשר ודם שהיום כאן ומחר בקבר - כך, אני שהייתי עומד לפני מלך מלכי המלכים הקדוש ברוך הוא שהוא חי וקיים לעד ולעולמי עולמים - על אחת כמה וכמה! מיד נתפייס אותו הגמון, ונפטר אותו חסיד לביתו לשלום".

שני המקורות שהביא ההגמון להוכיח מהתורה את חובת הזהירות ושמירת הנפש נראים תמוהים. הפסוק "רק השמר לך" וכו', כפי שמפרש הרמב"ן בפירושו לתורה, עוסק בחובת האדם להישמר שלא לשכוח את תלמודו, כפי ששינו במסכת אבות (ג, ח): "רבי דוסתאי ברבי ינאי משום רבי מאיר אומר, כל השוכח דבר אחד ממשנתו - מעלה עליו הכתוב כאילו מתחייב בנפשו. שנאמר (דברים ד'): "רק השמר לך ושמור נפשך מאד פן תשכח את הדברים אשר ראו עיניך!"

גם הפסוק הידוע המשמש מעין סיסמא לחובת השמירה על הגוף, וגם אותו ציטט ההגמון, "ונשמרתם מאד לנפשותיכם", אינו עוסק לכאורה כלל בשמירת הגוף, אלא מצווה על האדם להיזהר שלא להאמין בפסל עבודה זרה!



באופן בסיסי, ניתן ללמוד על חובת השמירה על הגוף מפרשה אחרת בתורה, מצוות מעקה, האוסרת על מגורים בבית שאין מעקה לגגו. שם אכן עיקרה של המצווה הוא להטיל על האדם חובת שמירה על גופו. ואכן, מעיון בספר המצוות לרמב"ם (עשין קפד; לאוין רחצ), ובספר החינוך (תקמו, תקמוז) נראה שזהו המקור העיקרי לחובה זו.

אבל אין מדובר סתם כך בשיבוש של הגמון שהשתרש אחר כך בטעות. בגמרא בשבועות לו, א נאמר, כי אסור באיסור חמור על האדם לקלל את עצמו. מהו המקור לכך? הפסוק בפרשתנו "רק הישמר לך ושמור נפשך מאד". כאן אנו כבר מתקרבים לראות כי גם חז"ל מסכימים לכך שמפסוק זה נלמד על חובת השמירה על הגוף.

והדברים אכן מפורשים ברמב"ם (הלכות רוצח יא ד,ה), והובאו כלשונם בשולחן ערוך (חושן משפט תכז, ח):

"וכן כל מכשול שיש בו סכנת נפשות, מצות עשה להסירו ולהשמר ממנו ולהזהר בדבר יפה, שנאמר: השמר לך ושמור נפשך (דברים ד, ט)".

אך כפי ששאלנו: מהו הקשר לפסוק? המנחת חינוך מציג את התמיהה בניסוח חריף:

"והנה על ההגמון לא קשה, כי הם מינים ומהפכים דברי אלקים חיים למינות, ומי יודע איזה פירוש שפירש הרשע בכתוב הזה, דלדעתו קאי על שמירת הגוף. אך דברי רבינו הרמב"ם צריכים עיון, מנלן זה דהוי עשה לשמירת הגוף מ"רק הישמר" וכו', דמייירי בענינים העומדים ברומו של עולם, עיקרי הדת! וצריך עיון - אך בודאי מצא באיזה מקום ונעלם מאתנו".

והנה כתב החפץ חיים (שם עולם חלק שני פרק י)

צריך האדם לנהוג עצמו בכל ימי חייו רק ברעיון זה, שהוא שלוח בעוה"ז מאת העליון ית' לעשות רצונו ולהנהיג כל פעולותיו רק ע"פ הרעיון הזה, כי באמת אין שעה אחת מימי חייו שיוכל האדם ע"ז העת לחשוב שהוא ברשות עצמו, דהיינו לא לבד. בשעה שהוא עוסק בתורתו ומצותיו ומדבר עם הש"י, בודאי הוא שלוחו ממש, ואפילו בשעה שהוא עוסק בצרכי גופו כמו אכילה ושתייה ומסחר וכדומה, צריך לדעת שכל ענינים אלו הוא ג"כ בכלל שליחות, שגם זה הוא רצון הש"י שיחיה האדם את נפשו, כמו דכתיב "ונשמרתם מאד לנפשותיכם" ונאמר "השמר לך ושמור נפשך מאד" והוציא הכתוב ענינים אלו בשם שמירת הנפש ולא בשם שמירת הגוף או שמירת עצמו, להורות לנו שבעת שעושה ענינים אלו יתבונן מאד שלא יקלקל עי"ז את נפשו, כי מצוי בעו"ה מצד השמירה גופא מקלקל את נפשו, ולזה מסיים הכתוב ושמור נפשך מאד פן תשכח את הדברים אשר ראו עיניך.

ולפי דברי קדשו של מרן החפץ חיים, יש ליישב את התמיהה באמצעות מבט מחודש על מצוות השמירה על הגוף. אם נשים לב, חובות בהקשר הזה אינן מתוארות כחובה לשמור על הגוף, אלא על הנפש. "ונשמרתם מאד לנפשותיכם", "פיקוח נפש", "הצלת נפשות", אלו מושגים שאנו מתרגמים אותם ביחס להצלת הגוף. אנו צודקים. מבחינה מעשית, זוהי הפעילות שאותה אנו מבצעים ועליה אנו מצווים. אך מבחינה עקרונית, הדבר החשוב לנו, הוא הנפש.



אנו שומרים על הגוף, לא מפני שיש בו ערך כשלעצמו, אלא מפני שהוא משכן לנפשנו. החלק הרוחני שבאדם הוא החלק המשמעותי והחשוב, ועליו יש לשמור. אחת הדרכים לכך היא על ידי שמירת הגוף.

במבט כזה, אנו מבינים כיצד ניתן ללמוד מהפסוקים הנזכרים לעיל על חובת שמירת הגוף. כפי שראינו, פסוקים אלו עוסקים בחובה לזכור את דברי התורה, בחובה שלא להאמין בפסלים, ובאיסור שחל על האדם לקלל את עצמו. כל אלו הנחיות יסודיות לאדם כיצד יוכל לשמר את נפשו מכל פגע. עליו להאמין ביכולתו הרוחנית ולא לקלל את עצמו; עליו לזכור שלא לנטות אחר השפעה חיצונית אלילית; ועליו להזין את נפשו באופן קבוע בדברי התורה ולא לשכוח אותם. אך טבעי הוא, שחז"ל למדו כי בהכרח שחובה זו כוללת גם הנחייה לאדם לשמור על גופו. כלל המרכיבים הנדרשים בכדי לשמור על הנפש בריאה ועל הכוחות הרוחניים של האדם בתפקוד מיטבי נכללים בפסוקים אלו.

בפרספקטיבה כזאת נוכל להסתכל גם על האיסורים שדינם "יהרג ואל יעבור". אם עד כה ראינו זאת כמתח בין שמירת הגוף לבין שמירת הנפש, כאשר שמירת הנפש גוברת במקרים אלו על שמירת הגוף, הרי שבמבט שתיארנו יש להסתכל על כך באופן שונה: חשיבותו של הגוף הוא רק בכך שהוא מאפשר את תפקודה של הנפש ופעילותו של הכוח הרוחני של האדם; במצבים מסוימים, כאשר הנזק הרוחני הוא גבוה ומוחלט, אין כבר ערך בשמירת הגוף, ועל האדם למסור את נפשו ולא לפגום בה.

ואפשר להוסיף על הדברים במה שכתב הבאר הגולה חו"מ בסי' תכז סק"צ הסעיף האחרון בחו"מ וז"ל נלע"ד הטעם שהזהירה התורה על שמירת הנפש הוא מטעם שהקדוש ברוך הוא ברא את העולם בחסדו להטיב להנבראים שיכירו גדולתו ולעבוד עבודתו בקיום מצוותיו ותורתו כמו שאמר הכתוב (ישעיה מג' ז') כל הנקרא בשמי לכבודי בראתיו וכו' וליתן להם שכר טוב בעמלם והמסכן את עצמו כאילו מואס ברצון בוראו ואינו רוצה לא בעבודתו ולא במתן שכרו ואין לך זלזול ואפקירותא יותר מזה ולשומעים יונעם ויהי נועם ה' אלקינו עלינו ומעשה ידינו כוננה עלינו ברוך ה' לעולם אמן ואמן

מבט כזה מאפשר לאנשי רפואה ומטופלים, להבין כי גם אם נראה להם שההגיון שלהם הוא הצודק, ולא הפסיקה ההלכתית, וקשה להם להבין שזו היא החובה שלהם בזמן הזה, כגון שקיבלו הוראה שלא לצום באחד מן הצומות, או לרופא לעשות מעשה שנוגד את מצפוננו, צריך להסתכל על זה שהוא בכלל עבודת ה' וקיום שליחותו.

