

גד – כוסברה



שם עברי : גד השדה¹

שם מדעי : *Coriandrum Staivum*

משפחה : סוככיים

שם מקראי : גד²

שם רש"י לעז: אליינדר"א³ [כוסבר]

שם במשנה ופירוש רע"ב : כוסבר⁴ [קוליאנדר"ו]

שם תלמוד בבלי : כוסברתא⁵, כוסבר

כוסבר השדה⁶ גדגדניות⁷

שם תלמוד ירושלמי : כוסבר, גד, קוליאנדרו⁸

שם רמב"ם צוק"ל : כוסבר⁹, כסברא¹⁰

כסבור¹¹ כזבור צליאנדרי¹² גד¹³

שם ערוך השלם לשון ספרד : כוליאנדרו¹⁴

שם רבי מאיר אבן אלדבי צוק"ל: כסבור¹⁵

שם רבי נתן בן יואל פלקירא ז"ל : כסבור¹⁶

שם רבי חיים ויטל צוק"ל : כסבר¹⁷

שם הרב טוביה כץ ז"ל : קוריאנדרו, קוריאנדרום¹⁸

שם הרב יעקב צהלון ז"ל: קוריאנדרו¹⁹

¹ א. לב - סממני המרפא של ארץ ישראל וסביבותיה בימי הביניים עי"ע

² חומש שמות פרק טו לא'. מדרש רבא חומש שמות סדר שמות פרשה ה ט. חומש במדבר פרק יא ה'

³ חומש שמות פרק טו לא' - רש"י

⁴ משנה מסכת דמאי פרק א משנה א. כלאיים פרק א משנה ב. מעשרות פרק ג משנה ט

⁵ תלמוד בבלי מסכת פסחים דף קט א

⁶ תלמוד בבלי מסכת פסחים דף קט א, מסכת סוכה לט ב

⁷ תלמוד בבלי מסכת גיטין דף ע א רש"י. ערוך השלם ערך כוסבר

⁸ תלמוד ירושלמי מסכת מעשרות יז א המעביר תאנים

⁹ משנה תורה היד החזקה ספר זרעים - כלאיים פרק א הלכה ט, פרג ג הלכה ג תרומות פרק ב הלכה ה מעשר פרק ד הלכה יח' פרק יג א שמיטה ויובל פרק ח יב

¹⁰ משנה תורה היד החזקה ספר זמנים הלכות שבת פרק כא הלכה כב

¹¹ רמב"ם פרקי משה מאמר ט

¹² רמב"ם סמי המות והתרופות כנגדן. ז.מונטנר 124

¹³ רמב"ם ספר הקצרת 10¹⁵ ז. מונטנר

¹⁴ ערוך השלם ערך כוסבר לשון ספרד

¹⁵ שבילי אמנונה רבי מאיר אבן אלדבי צוק"ל נתיב חמישי ערך כסבור

¹⁶ צרי הגוף ר' נתן בן יואל פלקירא ערך עמ 129 ז. עמר י. בוכמן

¹⁷ רפואה מעשית לרבי חיים ויטל י. בוכמן ז. עמר

¹⁸ טוביה כץ - מעשה טוביה ערוגות הבושם

¹⁹ אוצר החיים - הרב יעקב צהלון



גד במקורות היהודיים

'גד' שמו המקראי של צמח התבלין והמאכל הנפוץ בימינו ושגור בפי כל 'כוסברה'. עדויות ראשונות באשר "מחלוקת הכוסברה" באשר לאוהביה ולסולדים מפניה נמצאים כבר למן התקופה התלמודית, בקרב תושביה היהודים של חבל יהודה, זכה הכוסבר להערכה ואהבה רבה מאד, אולם בקרב תושבי הגליל, היה הכוסבר מושא ללגלוג בשל טעמו וריחו המיוחדים משהוא. 'מחלוקת הכוסבר' לא נפתרה עד לימינו אנו, ונותרה בעינה.

עם זאת, נראה שהדבר לא העליב את 'הכוסבר' והוא זוכה להימנות עם צמחי תבלין ומאכל ותיקים ועתיקי יומין במקורותינו.

לראשונה מוזכר 'הגד' כדימוי ל 'המ' הניתן לאבותינו במדבר לאחר צאתם מארץ מצרים, דבר המעיד על היכרות אבותינו עם הצמח וזרעיו כבר במצרים.

גידול הצמח בארץ ישראל מוזכר בתלמוד הבבלי כגידול גינה לצד הצתרה, האזוב והקורנית ועל כן היה חייב כצמח מאכל בתרומות ומעשרות, כצמח בר אינו מחוייב. עדויות נוספת לנוכחות 'הכוסבר' וגידולו בארץ ישראל, נלמדים מהימצאות, זרע של כוסבר 'במערות הרומח' במדבר יהודה, אליה נמלטו פליטי לוחמיו של שמעון בר כוכבא בעת המרד מול הרומאים²⁰. מהיותו סימן בשפת הסימנים, בין רבי יהודה הנשיא לקיסר אנטונינוס

ראה בהרחבה ערך אורות

לשימושי תועלת רפואיים ואף לאזהרות, מפני שימוש מופרז בצמח זוכים אנו במקורותינו. **התלמוד הבבלי** מעיד על הצמח בהקשר להחלשת כח הראייה ופגיעה בפוריות הגבר. **הרמב"ם** ^{זצוק"ל} מגלה את תכונותיו, סותרות הארסים של הצמח **ורבי חיים ויטל** ^{זצוק"ל} מגלה את תכונותיו לריפוי והגלדת פצעים. השימוש בזרעי הצמח הומלץ מאד כתוספת תיבולית יחד עם זעפרן, לעיכול טוב יותר וסתירת חומציות במאכלי בשר, לאלו הסובלים מכיבי כיבה לדעת הרמב"ם. **רבי מאיר אבן אלדבי** ^{זצוק"ל} סוקר סידרת תועלות רפואיות לצמח המסייע בנדודי שינה, חלישות הלב, האף שבמקור אחר מוזכר המינון שתית מיץ הכוסבר הנסחט מן העלים כמסוכן לחולי לב. **הרב יעקב צהלון** ^{ז"ל} אינו ממליץ על אכילה מרובה של הצמח וזרעיו לסובלים ממגרנות. מסתבר כי הצמח נמכר כבר שנים רבות בשווקים ובדוכני ירקות התבלינים בשווקים של ירושלים ורמלה. הנוסע משה חיים קאפוסטו מאטליה, שסייר בארץ בשנת 1734 דיווח ביומן מסעו, כי הצמח נפוץ מאד בשווקים ונוהגים לאכלו בכל ארוחה.²¹

מחקרים חדשים גילו, כי בדברים רבים צדקו הרופאים הקדומים. עלי הכוסברה מכילים כמות גדולה של ויטמין K התורם לקרישת הדם ועצירת דימומים, חומרים אנטיביוטיים נוגדי דלקות, חומרים נוגדי תולעים וחומרי הרגעה שדיכאו תחושת סכנה אצל חולדות. מיץ הכוסברה תורם למניעת סרטן ושינויים גנטיים ומכיל כמות גדולה מאד של נוגדי חמצון. מאזן סכרת.²²

²⁰ על שולחן האוכל הארץ ישראלי בתקופת הבית שני, המשנה והתלמוד - ד"ר טובה דיקשטיין
²¹ א. לב סממני המרפא של ארץ ישראל וסביבותיה בימי הביניים ע"ע

²² ד"ר טובה דיקשטיין - על שולחן האוכל הארץ ישראלי בתקופת הבית שני, המשנה והתלמוד - קאנטור ואחרים, פעילות אנטי-בקטריאלית, עמ' 7866-7862.

מקורות האיזכור והשימוש היהודיים

תורה

חומש שמות ובמדבר

משנה

דמאי, כלאיים, מעשרות

תלמוד בבלי

שבת, פסחים, סוכה, גיטין

תלמוד ירושלמי

מעשרות, דמאי, פסחים

משנה תורה

זרעים, זמנים

כתבים רפואיים

רמב"ם

זקוק"ל

פרקי משה, ספר הסמים

רבי נתן בן יואל פלקירא

ז"ל

צרי הגוף

רבי מאיר אבן אלדבי

זקוק"ל

שבילי אמונה

רבי חיים ויטל

זקוק"ל :

פנקס המרשמים

ר' טוביה כץ

ז"ל

מעשה טוביה

הרב יעקב צהלון

ז"ל

אוצר החיים

שנה ראשונה לאזכור במקורות: 2448 לבריאה 1312 לפני הספירה כדימוי 'המן' שירד לאבותינו במדבר 'לזרע גד' טז באייר חודש לאחר יציאת מצרים

שימושים נפוצים בגד במקורותינו

תואר ודימוי

➔ 'גד' שם תואר שנתנו בני ישראל למן שירד במדבר "וַיִּקְרְאוּ בֵּית יִשְׂרָאֵל אֶת שְׁמוֹ מֵן וְהוּא כְּזֶרַע גֹּד לָבֵן וְטַעְמוֹ כְּצִפְיַחַת בְּדִבְשׁ" ²³ "וְחֶמֶן כְּזֶרַע גֹּד הוּא וְעֵינֵינוּ כְּעֵין חֶבְדִּילָח" ²⁴

➔ 'כוסברתא', קוד בשפת סימנים, בין אנטונינוס קיסר לרבי יהודה הנשיא ²⁵

סיפור מורחב בערך אורות

²³ שמות פרק טו לא'

²⁴ במדבר יא ז

²⁵ תלמוד בבלי מסכת עבודה זרה דף י ב

גידול חקלאי בארץ ישראל

- ➔ 'כוסבר' **צמח גינה** נפוץ, הגדל בערוגות לצד ציתרה, אזוב וקורנית ²⁶
- ➔ **זריעה** משותפת של 'כוסבר השדה' ²⁷ עם זרעי 'כוסבר הגינה', אינה נחשבת לענין כלליים, משום שהן **מין במינו** ²⁷
- ➔ 'כוסבר ההרים' ²⁸ פטור מתרומות ומעשרות. כוסבר הגינה חייב. ²⁸ אם הגידול לצורך **זרעים** פטור, לצורך **ירק עלים למאכל** ²⁹ חייב
- ➔ 'כוסבר' **תבלין אהוב** בקרב תושבי יהודה. מושא **ללגלוג** בגליל ³⁰

רפואה

עיניים, ראש, מוח, לב ושינה

- ➔ 'כוסברתא' **אינה** מועילה **למחלות עיניים**, ואף גורמת לכאבים בעיניים לדעת רב יוסף שהיה סגי נהור ³¹
- ➔ אכילה מרובה של עלי זרעי 'כוסבר' **משבשת הדעת** ^{32 33}
- ➔ אכילת 'קוריאנדרי' טרי **לא מומלצת** לסובלים **ממגרנות** ³⁴
- ➔ שתית מים מורתחים עם קנמון זרעי 'קוריאנדרי' מסיעים להפגת **סחרחורות** ^{35 36}
- ➔ 'כוזבר' מרכיב בתרופה הנקראת "**המושק הקר**" היעילה לחיזוק הלב ³⁷
- ➔ עלי 'כוסבר' מסייעים כנגד נדודי **שינה**, כאבי **עיניים** וחלישות הלב ³⁸
- ➔ שתית תמצית מיץ 'כוסבר', מעל 4 אוקיות ⁹⁴ גרם עלולה לגרום **למוות מדום לב** ³⁹ להפקת כמות מיץ כזו, יש לסחוט כ 1 ק"ג עלים טריים. לאוהבי הכוסברא, אין צורך להפסיק לאכלה, המינונים בהם אנו מורגלים בשימושי המאכל, כעשב תבלין ואכילתה כירק חי, רחוקים מלהפיק 96 גרם ביום

סתירת ארסים, פצעים ומורסות

- ➔ שתית מים קרים, מהולים בזרעי 'כוזבר' וסוכר שחוקים יחדיו, במשקל שקל אחד מכל סוג, יעילים כנגד **עקיצת דבורים וצרעות** ⁴⁰
- ➔ רטיית בד עם עלי 'כוזבר' טריים קצוצים וצמח החטמית מסייעים כנגד **עקיצת דבורים וצרעות** ⁴¹

26 משנה מסכת מעשרות פרק ג משנה ט
27 משנה מסכת כלאיים פרק א משנה ב
28 משנה מסכת שביעית פרק ט משנה א
29 משנה מסכת מעשרות פרק ד משנה ה
30 תלמוד ירושלמי מסכת דמאי עם באור הגר"ח קנייבסקי
31 תלמוד בבלי מסכת שבת דף קט א
32 שביילי אמונה לרבי מאיר אבן אלדבי זצוק"ל נתיב חמישי ערך כסבור
33 צרי הגוף רבי נתן בן יואל פלקירא י. בוכמן ז. עמר 130
34 אוצר החיים הרב יעקב צהלון ספר ז חקירה א
35 אוצר החיים הרב יעקב צהלון ספר ז חקירה א
36 צרי הגוף רבי נתן בן יואל פלקירא י. בוכמן ז. עמר 130
37 רמב"ם חשבות ב, 19 א. לב סממנים ערך גד השדה
38 שביילי אמונה לרבי מאיר אבן אלדבי זצוק"ל נתיב חמישי ערך כסבור
39 צרי הגוף רבי נתן בן יואל פלקירא י. בוכמן ז. עמר 130
40 רמב"ם – סמי המוות והתרופות כנגדן ז. מונטגר
41 רמב"ם – סמי המוות והתרופות כנגדן ז. מונטגר

➔ 'כוסבר הבר' וחומץ מסייעים לטיפול **בדבילות** מורסות הצומחות בגוף ואף בקרביים⁴²

כיבי קיבה

- ➔ תיבול בשר בקר עם זרעי 'כוסבר' וזעפרן מסייע לעיכול תקין לסובלים **מכיב וחומציות** יתר בקיבה⁴³
- ➔ מרק בקר מתובל בחומץ ו'כסבור' טוב כנגד **שלשולי מעיים**

פוריות, הנקה, הפלות ופצעים

- ➔ אכילת 'גודגדניות' אליינדר"א כוסבר **ממעטה פוריות** הגבר, על כן לא מומלצת למאכל לחשוכי ילדים ולמתקשים בהרחבת המשפחה^{44 45}
- ➔ זרעי 'קוריאנדר' מתוקנים בחומץ, מרכיב לטיפול בתופעת **קרי** מוגברת⁴⁶
- ➔ עלי 'כוסבר' קצוצים בשמן ודבש יעילים לטיפול **בפצעים באשכים**^{47 48}
- ➔ זרעי 'כוסבר' **מחלישים האון ופוריות** הגבר^{49 50}
- ➔ מיץ 'כוסבר' טרי סייע **להפלות**⁵¹
- ➔ אכילת זרעי ועלי 'קוריאנדר' ממעטה **חלב** בנשים מניקות⁵²

פצעים וחתכים

- ➔ רטיית בד עם שומשום טחון ומיץ 'כוסבר' מעלים טריים מסייעת **לפצעים וחתכים**⁵³
- ➔ מיץ 'כוסבר' לח, חומץ וסוכר נבט שחוק, כתכשיר רחיצה נגד **פצעים בפה** לילדים⁵⁴

קצרת

- ➔ תערובת תבלינים הכוללת : **זרעוני 'גד'**, קלח כרובית, פלפל שחור, זנגביל, משיה, שיבולת נרד, קלח כרוב כשהם שחוקים ומוספים למאכל, מסייעים להקלת על **חולי קצרת**⁵⁵

42 רמב"ם פרקי משה מאמר ט
43 צרי הגוף רבי נתן בן יואל פלקירא י. בוכמן ז. עמר 119
44 תלמוד בבלי מסכת עירובין כח א
45 תלמוד בבלי מסכת גיטין ע א
46 טוביה כץ מעשה טוביה מעין חתום
47 שבילי אמונה לרבי מאיר אבן אלדבי זצוק"ל נתיב רביעי ערך שדיים
48 צרי הגוף רבי נתן בן יואל פלקירא י. בוכמן ז. עמר 130
49 שבילי אמונה לרבי מאיר אבן אלדבי זצוק"ל נתיב חמישי ערך כסבור
50 צרי הגוף רבי נתן בן יואל פלקירא י. בוכמן ז. עמר 130
51 רפואה מעשית לרבי חיים ויטל ז. עמר י. בוכמן 230
52 אוצר החיים הרב יעקב צהלון ספר ו חקירה כב
53 רפואה מעשית לרבי חיים ויטל ז. עמר י. בוכמן 157
54 רפואה מעשית לרבי חיים ויטל ז. עמר י. בוכמן 248
55 רמב"ם – ספר הקצרת ז. מונטנר עמ 10 שורה 15

אימון אישי אל האין סוף!

אחד הניסים הגלויים, שחולל הקב"ה לבני ישראל בלכתם במדבר, הוא נס המן. נס זה, מתרחש בבוקר טז' לחודש אייר, חודש בדיוק לאחר יציאת מצרים, ונמשך ארבעים שנה ברציפות, עד לכניסה לארץ ישראל וכך תאורו בתורה.

וַיְהִי כְּעָרֵב וַתַּעַל הַשָּׁלֹחַ וַתִּכַּס אֶת הַמִּצְנֶה וּבִכְבֶּקֶר הָיְתָה שְׂכֶבֶת הַטֵּל סָבִיב לַמִּצְנֶה: **{יד}** וַתַּעַל שְׂכֶבֶת הַטֵּל וַהֲנֶה עַל פְּנֵי הַמִּדְבָּר דֶּק מְחֻסָּפִס דֶּק פֶּפֶר עַל הָאָרֶץ: **{טו}** וַיֵּרְאוּ בְנֵי יִשְׂרָאֵל וַיֹּאמְרוּ אִישׁ אֶל אָחִיו מֶן הוּא כִּי לֹא יָדְעוּ מֶה הוּא וַיֹּאמֶר מֹשֶׁה אֲלֵהֶם הוּא הַלֶּחֶם אֲשֶׁר נָתַן יְהוָה לָכֶם לֶאֱכֹלָה...⁵⁷ וַיִּקְרְאוּ בֵּית יִשְׂרָאֵל אֶת שְׁמוֹ מֶן וְהוּא כְּזָרַע גֵּד לְבֶן וְטַעְמוֹ כְּצִפְיֹת בֶּדֶקֶשׁ⁵⁸

לכאורה, נס המן בא לענות על צורך ענייני ומידי, צידה, לחם, להשבעת רעבונו של עם נודד על טפו ומקנהו. אך למעלה מסיבתו 'הקיומית', נס המן שותף בעיצוב דמותו ומהותו של מסע דור המדבר, מסע הכנה לכניסה ולעבודה הנדרשת בארץ ישראל.

מציאות חייהם של אבותינו במדבר, לוותה בגילוי אלוקות בראיה חושית. גילוי כבוד השם במשכן, דיבור השכינה פנים אל פנים למשה ואהרן, נס המן, ענני הכבוד, ובארה של מרים, היו חוויות רוחניות שעין אדם טרם ראתה.

עם כניסת בני ישראל, לארץ על ידי יהושע בן נון, מתחולל שינוי מהותי במציאות החיים, האלוקות הגלויה נעלמה, הניסים היומיומיים חדלו ואינן. השינוי נתפס לרעה ופעל ירידה גדולה בבני"מ ממעמדם הרוחני הנשגב והנעלה. הצורך הקיומי נזקק לפנות אל ערוץ חיים חומרי וגשמי, אל עולם מושגים הכולל, עבודה ויגיעה, התעסקות בענייני העולם, זריעה, חרישה, קצירה, בניה ומסחר, לצד קנאה, תחרות, גאווה, והישרדות. עולם מושגים חדש, ההופך חלק מאורח חיים טבעי ויום יומי, בשיגרת חייו של העם היהודי, ממש ככל העמים. האמנם!

ארבעים שנות הכנה וגיבוש מדברי, קבלת התורה וקיום המצוות, מלחמות לצד נסיונות, היו הכנה לתכלית יעודית אחת '**גילוי אלוקות בטבע המציאות**' כלומר כאן בארץ ישראל, יש לפעול בענייני העולם ולגלות את האלוקות שבתוכו.

למרבה "הפלא", המן שניתן אז במדבר נותר איתנו אף היום, המן נמצא איתנו כתנועה סמויה או גלויה בנפש. המבטאת סוג של '**אימון עצמי**', רב העצמה, המוביל לגילוי כוחות נעלמים שהם בחזקת כוח היולי וטבועים בנפש האדם.

בעבודת התבוננות פנימית ובכח האמונה, יוצאים כוחות אלו לפועל וגילוי. כוחות אלו, מעוררים צמיחה אישית ומודעות עצמית מרשימה, לצד שינוי טבע רגילותו והפיכת תכונות לא נוחות בחיינו לרמות ונעלות.

המן שתואר **כְּזָרַע גֵּד** לְבֶן וְטַעְמוֹ כְּצִפְיֹת בֶּדֶקֶשׁ, מאפשר חיבור פנימי לגילוי **אלוקים שלי** הנמצא **עמוק בנפשי**.

מתורת החסידות, מגלה לנו הרבי מליובאוויטש מלך המשיח⁵⁹. ניסיונות הפוקדים את האדם, נחלקים לשני סוגים, נסיון של עניות וניסיון של עשירות. גם במדבר היו שני סוגי ניסיונות אלו הקשורים עם המן.

מחד גיסא, הכיל המן עשירות גדולה, שהרי נוסף לכך שהיה '**לחם מן השמים**', לא היה בו לאחר עיכולו כל פסולת אלא כולו נספג. בנוסף, ועל פי מחשבה, זכו שיטעמו בו **כל טעמי** המזון בהם היו חפצים. אילו חשקה נפשך בגלידה, קיבלת 'מן' שטעמו גלידה נפלאה, חשקה נפשך בסטייק עסיסי ברוטב פטריות, קיבלת 'מן' שטעמו סטיק משובח לעילא ולעילא. 'מן' ללא הגבלה בטעמים.

⁵⁶ תורת מנחם התועדויות כ"ק הרבי מליובאוויטש תשכ"א - חלק שלישי כרך לא עמ' 220

⁵⁷ שמות טז יג-טז

⁵⁸ שמות טז לא

⁵⁹ תורת מנחם התועדויות כ"ק הרבי מליובאוויטש תשכ"א - חלק שלישי כרך לא עמ' 220

משאין כן 'בלחם מן הארץ', לחם זה מוגבל בטעמו לדבר אחד 'לחם' ואף ישנה בו פסולת. לאידך גיסא היה במן גם ניסיון של עניות כדברי הפסוק

"המאכלך מן המדבר... למען ענתך ולמען נסתך להיטבך באחריתך"⁶⁰

'עיניו', משום שהמן לא פעל שובע כראוי. אין מדובר בעניות במובנה גשמי, נהפוך הוא בהבט זה דווקא פעל המן, עשירות גשמית והראיה לכך, אבנים טובות ומרגליות שירדו לבני עם המן ונשמרו אצל נשיאי השבטים למלאכת בניית המשכן.

המדובר, בעניות הקשורה לעין שכלו של האדם. קשה לו לאדם, לתפוס ולשבוע מדבר שלא רואה במוחו. לדוגמא, כאשר אנו אוכלים גלידה, רואים אנו גלידה ונפשנו מתמלאת שובע, וכאשר אוכלים אנו עגבניה, רואים אנו את צבעה האדום, מרגישים את טעמה וריחה, אולם אף על פי כי טעם אחד בלבד בעגבניה, מתמלאת נפשנו שובע. ראית הדבר במוחך, לצד הידיעה כי יש לי ממנו גם לעתיד מרגיעה את נפש האדם.

מיקוד השכל, על פי סוג וטעם בנפרד, את זאת מסוגל האדם הנברא לקבל "כעשירות". ברם, ריבוי גדול של סוגים, מזונות וטעמים המתחלפים בכח המחשבה וללא כל יגיעה מצד האדם, ובנוסף, אבנים טובות ומרגליות, שנמצאים עם המן, מהווים ריבוי הפרטים. וכל המוזכר נראה ונכלל רק בצורה אחת שהיא 'כזרע גד' וישנו מן, זה כבר "עיניו" גדול לשכלנו המוגבל כאדם נברא.

עד כדי כך קשה היתה התחושה לאחר שנות הנדודים, שגררה תרעומת והתפרצות קשה מצד בני ישראל כלפי הקב"ה ומשה רבינו.

"וידבר העם באלהים ובמשה למה העליתנו ממצרים למות במדבר כי אין לחם ואין מים ונפשנו קצה בלחם הקלקל"⁶¹

וממשיך ומסביר הרבי מה"מ את הרעיון בשיחה לחסידיו⁶², כיצד מתאימים שני הפכים, עניות ועשירות בדבר אחד ומה ההוראה מענין המן עבורנו.

"ההשפעה כפי שבאה מלמעלה היא תכלית העשירות. מצד האדם שלמטה כל הענינים הם בהגבלה כנ"ל, ורק מצד למעלה, יכולה להיות עשירות אמיתית.

יתרה מזו, אפילו בהשפעה שמלמעלה, אם האדם מתחיל "להתערב" בזה, בשיוקולי שכלו ויצריו הנה לא זו בלבד שאינו יכול להוסיף בזה... אלא אדרבא ע"י התערבותו הרי הוא מקלקל ופועל עניות, אפילו בעינינים כאלו, שמצד עצמם הם תכלית העשירות.

הדרך לקבלת העשירות היא ע"י היציאה (הפשטה) ממציאותו ורצונותיו – מדידות, מהרגש של "כוחי ועוצם ידי" ולסמוך בבטחון גמור על הקב"ה, ע"י זה נעשים כלי לקבל ההשפעות מלמעלה, גם השפעות בגשמיות, שנברא מצד הגבלתו אינו יכול להכילם".

"מהותו האמיתית של יהודי, היא רוחניות. ואם ח"ו ינתק עצמו מרוחניות ויתמסר לגשמיות, הנה ככל שתירבה הגשמיות אין ביכולתה להשביעו, כיוון שלא זו היא מהותו".

מנחה הרבי, כי דווקא רוחניות היא אמיתית מהותו – אם רק יהיה "כלי ריקן" לצאת מהמציאות והמדידות שלו, אזי יהי "מחזיק" לא רק ענינים רוחנים, אלא גם ענינים גשמיים. יושפע לו מידו המלאה, הפתוחה, הקדושה והרחבה יותר מכפי שנברא יכול להכיל, כי גשמיות ורוחניות יהיו אצלו דבר אחד, ושניהם יהיו באופן של בלי גבול⁶³.

המן כזרע גד, אימון להפשטה והתכללות באין הסוף

60 פרשת עקב ח טו

61 ספר במדבר פרק כא ה

62 תורת מנחם התועדויות כ"ק הרבי מליובאוויטש תשכ"א – חלק שלישי כרך לא עמ' 220

63

תורת מנחם התועדויות כ"ק הרבי מליובאוויטש תשכ"א – חלק שלישי כרך לא עמ' 220

כוסברתא, גודגדניות – בתלמוד

על המסקנה כי '**כוסברתא**' גורמת להחלשת כח **הראי'ה**, ולכן אינה מומלצת **באכילה** מרובה, למדים אנו מדברי רב יוסף, אמורא, בקיא עצום האוחז בכינוי 'סיני', משום שידע כל מה שניתן בהר סיני. מניתוח חז"ל את דברי המשנה במסכת שבת, נבחין בסוגי'ה "מתגלגלת" על דרך ההיקש והמסקנות. תחילתה של הסוגי'ה, באיסור כבישת ירקות **בהילמי** בשבת ומתגלגלת עד להיזק **הכוסברתא** את כח **הראי'ה**. ראשית, הילמי הוא נוזל כבישה הנפוץ בימינו העשוי ממים, מלח, תבלינים, ומשמש לכבישת ירקות לצורך

ריכוז המלח 'בים סדום' ושימושי התועלת הרפואיים המצויים בו, מניעים את הדיון בסוגי'ה, לעבר הקש ואופק לימודי חדש.

דוגמא בגמרא הוא שימוש חיצוני במי המלח בגב העין, ^{עפ"פ} לסובלים מעניים מודלקות.

ומתרחב הדיון, מובא בשמו של שמואל הרופא, מפתח משחה הנקראת 'קילורין', כי נטילת ידים באמצעות שפיכת מים על כפות הידיים ג' פעמים ולסרוגין, מיד כשניעורים ולפני כל פעולה טובה מכל הקילורין שבעולם, משום שמסלקת 'רוח רעה' השורה ומזהמת את כפות הידים כתוצאה מעצם שינת האדם.

שמירה על כללי נטילת ידים, כפי המובא בסוגי'ה, מועלת ביותר גם לעיניים למניעת דלקות בעיניים.

ומקביעה הרופא התלמודי נלקח הדיון לאופק חדש, תועלת והיזק צמחי מאכל לראי'ה. תורם לדיון רב יוסף כי **אכילת כוסברתא** מחלישה **כח הראי'ה** ואף מחזקת כאבי עיניים.

במקום אחר בתלמוד מובא כי אכילת גודגדניות גורמת החלשת הפריון ובאיזה תנאים ולמי מומלץ לאכלה ולמי כדאי להימנע.

משנה סדר מועד מסכת שבת פרק יד משנה ב

אין עוֹשִׁין הִילְמִי ^{מי מלח מרובים שנותנים לתוך ירקות שכובשין אותן להתקיים בשבת, אַבְל עוֹשֶׂה הוּא אֶת מִי הַמֶּלַח וְטוֹבֵל בָּהֶן פְּתוֹ וְנוֹתֵן לְתוֹךְ הַתְּבָשִׁיל לְצוּרֵךְ תִּיבּוּלִי. אָמַר רַבִּי יוֹסֵי, וְהָלֹא מִי הַמֶּלַח הוּא הִילְמִי, בֵּין מְרָבָה וּבֵין מוֹעֵט בֵּין רִיכוּז הַמֶּלַח בְּמִים גְּבוּהִים אוֹ מוֹעֵט. וְאֵילוּ הֵן מִי מֶלַח הַמִּתְרִין בְּאִיזָה אוֹפֵן בְּכָל זֹאת מוֹתֵר בִּשְׁבַת. נוֹתֵן שֶׁמֶן בְּתַחֲלָה לְתוֹךְ הַמִּים אוֹ לְתוֹךְ הַמֶּלַח עַל יְדֵי מֵתָן שֶׁמֶן רָאשׁוֹן וְאַחֵר כֶּךָ הַמֶּלַח, בְּכֵךְ נַחֲלַשׁ כֹּחַ הַכְּבִישָׁה וְהַבִּישוּל שֶׁל הַמֶּלַח.}

תלמוד בבלי מסכת שבת דף קט א

ואמר ר' עוקבא ^{אב בית דין המבקר תדיר אצל שמואל הרופא} אמר בשם שמואל ^{עליון} כר שם העשב אין בהם משום רפואה אמר רב יוסף ^{אלו"א} **כוסברתא** ^{אלו"א} אמר רב יוסף ^{שבעצמו} סגי נהור **כוסברתא** אפילו לדידי קשה לי קשה לי משום כאב העניים הנגרם מאכילתו ^{אמר רב ששת} אף הוא סגי נהור ^{גרגירא} אורות, אורגולה אפילו לדידי מעלי ^{מועילה אפילו במצבי}

תלמוד בבלי מסכת עירובין דף כח ב

א"ר ^{אמר רב} יהודה ^{משמיה} בשם ^{דרב שמואל בר} בן ^{שילת משמיה} בשם ^{דרב מערבין} עירוב חצרות ותחומין ^{בפעפועין} מין עלי סלק או ירבוז או לעונין בארמית ^{ובחלגלוגות} רגילת הגינה **ובגודגדניות** ^{כוסבר} אבל לא בחזיז ^{שחת של תבואה והוא ירק} ולא בכפניות ^{תמרים} בוסר ^{ובגודגדניות} ^{כוסבר} מי מערבין ^{מי הנוהג לערב בסוגים אלו} והתניא ^{בניחוחא} גודגדניות ^{כוסבר} **מרובי בנים יאכלו חשוכי בנים לא יאכלו** ואם הוקשו לזרע ^{אם יובש הגידול} לצורך זרעים ^{אף מרובי בנים לא יאכלו}

שימורן ועיבודן. שיטת שימור ועיבוד ירקות זו, היתה נהוגה כבר בתקופות הקדומות בקרב עמי האזור.

באיסור עשיית מלאכות בשבת, ישנו איסור 'מלאכת מעבד' כאב מלאכה, ותולדות מלאכה כפועל יוצא. לדוגמא "אין לעשות הילמי בשבת" שהוא לצורך כבישה, שימור ועיבוד ירקות. מהווה תולדה של מלאכת מעבד. אולם באותה נשימה אומרת המשנה, כי מי מלח מותרין.

רבי יוסי תוהה, מה הבדל בין הילמי למי מלח, ריכוז המלח במים? אכן כן סוברים התנאים. מבחן ציפת ביצה או שקיעתה הוא הקובע.

הכנת מי המלח, למטרות תיבול מאכלים ופת בשבת, מותרים רק באופן שכזה. יש לתת שמן לתוך המים, לאחר מכן את המלח, או לחליפין יוצקים שמן לתוך המלח ואחר כך נותנים המים.

בכך מוחלש כח המלח בנוזל, ונמנעים מלעבור על איסור מלאכת מעבד בשבת. באופן שכזה מתבלים סלט ירקות בשבת על פי ההלכה.

מתכונים - ג'ד



חטמית זיפנית *Alcea Setosa*

רטייה כנגד עקיצות דבורים וצרעות
רמב"ם ראה מקור הערה 50

חומרים

צרור עלי כוסברה טריה קצוצה
כ 20 ס"מ קנה גבעול חטמית זיפנית

אופן הכנה:

קוצצים את הכוסברה היטב, קוצצים את קנה החטמית היטב, הריר המצוי בתוכה בעל יכולת ריפוי גדולה כנגד כוויות ועקיצות. מערבבים את שניהם היטב בכלי, מורחים שכבה נכבדת על העקיצה וקושרים בתחבושת.

רטייה כנגד פצעים וחתכים רבי חיים
ויטל ראה מקור הערה 50

חומרים

3 כפות שומשום מלא טחון
צרור של עלי כוסברה מרוסקים במעבד מזון

אופן הכנה :

מערבבים שני המרכיבים ומניחים על הפצע ועוטפים בתחבושת

מטבל כוסברה מסייע לטיפול בדבילות
(מורסות) פנימיות רמב"ם ראה מקור הערה 39

חומרים:

צרור עלי כוסברה קצוצים
תמיסת חומץ - $1\frac{1}{3}$ כוס חומץ רצוי תפוחים + $2\frac{1}{3}$ כוס מים מנרלים
1 כף סוכר חום
3 כפות שמן זית

אופן הכנה:

ממיסים הסוכר במעט מן המים חמים, מוסיפים שמן הזית, ויתרת המים כשהם בטמפרטורת חדר עד לכדי שני שליש כוס, מוסיפים שליש הכמות חומץ ואז מוסיפים עלי הכוסברה הקצוצים. משהים במקרר למשך לילה לפחות ואז אוכלים כמות כשתי כפות עם חתיכת פיתה

מי שטיפה כנגד פצעים בפה רבי חיים
ויטל ראה מקור הערה 51

חומרים

צרור עלי כוסברה
 $1\frac{1}{3}$ כוס חומץ תפוחים
 $2\frac{1}{3}$ מים קרים
3 כפות דבש או סוכר נבט

אופן הכנה :

במסחטת ירקות סוחטים צרור עלי הכוסברה, ממיסים הדבש במעט מים חמים מוסיפים יתרת המים והחומץ ומערבבים הכל יחדיו. מנערים היטב והתכשיר מוכן.