הרב דוד ברופסקי

# 36 קריאת שמע שעל המיטה

בדיוק כשם שהיום נפתח בנטילת ידיים, מעשה שמביע את הנכונות שלנו להקדיש כל יום ויום לעבודת השם, כך גם נסגר כל יום בהצהרה על קבלת עול מלכות שמיים ובתפילה להתעורר בשלום משנת הלילה. הגמרא (ברכות ס ע"ב) אומרת:

הנכנס לישון על מיטתו אומר מ'שמע ישראל' עד 'והיה אם שמוע'. ואומר 'ברוך המפיל חבלי שינה על עיני ותנומה על עפעפי ומאיר לאישון בת עין'. 'יהי רצון מלפניך ה' אלוקי שתשכיבני לשלום, ותן חלקי בתורתך, ותרגילני לידי מצווה, ואל תרגילני לידי עבירה, ואל תביאני לידי חטא, ולא לידי עוון, ולא לידי ניסיון, ולא לידי ביזיון, וישלוט בי יצר טוב ואל ישלוט בי יצר הרע ותצילני מפגע רע ומחלאים רעים ואל יבהלוני חלומות רעים והרהורים רעים, ותהא מיטתי שלמה לפניך, והאר עיני פן אישן המוות, ברוך אתה ה' המאיר לעולם כולו בכבודו'.

הגמרא מציינת שני מרכיבים לתפילת לילה זו: קריאת שמע וברכת "המפיל". עם זאת, הגמרא לא מפרטת מהו הטעם לקריאת שמע על המיטה ומהי טבעה של ברכת "המפיל". הגמרא אף לא מתייחסת לסדר תפילות אלה ויחסן לשינה.

בנוגע לקריאת שמע עצמה, בגמרא נאמר בפירוש שיש לקרוא את הפרשה הראשונה "שמע ישראל" אבל לא את הפרשה השנייה "והיה אם שמוע". לכאורה, בקריאת שמע זו אין יוצאים לידי חובת קריאת שמע של ערבית, שכן בגמרא (ברכות ד ע"ב) נאמר במפורש "אף על פי שקרא אדם קריאת שמע בבית הכנסת, מצווה לקרותו על מיטתו". מדוע אם כן, קובעת הגמרא שיש לקרוא קריאת שמע פעם נוספת לפני ששוכבים לישון?

ניתן להציע שני טעמים לקריאת שמע על המיטה.

מחד גיסא, מהגמרא (ברכות ד ע"ב) עולה כי קריאת שמע על המיטה נועדה להשקיט את החששות והפחדים שמעוררות חשכת הלילה והשינה ולהגן מפני סכנות הלילה.

אמר רבי יהושע בן לוי: אף על פי שקרא אדם קריאת שמע בבית הכנסת, מצווה לקרותו על מיטתו. אמר רבי יוסי: מאי קרא 'רגזו ואל תחטאו אמרו בלבבכם על משכבכם ודמו סלה' [תהילים ד', ה]. אמר רב נחמן: אם תלמיד חכם הוא אין צריך. אמר אביי: אף תלמיד חכם מיבעי ליה למימר חד פסוקא דרחמי, כגון 'בידך אפקיד רוחי פדיתה אותי ה' אל אמת' [תהילים ל"א, ו].

התלמידי רבינו יונה (א ע"א ד"ה ואיפסיקא) מסבירים כי קריאת שמע על המיטה נועדה להרחיק מזיקים רוחניים. נראה כי זוהי הסיבה לכך שתלמיד חכם פטור מקריאת שמע על המיטה לפי רב נחמן, שכן זכויותיו של התלמיד החכם מגנות עליו מפני המזיקים. בגמרא, במקום אחר (שבועות טו ע"ב) אכן מסופר שרבי יהושע נהג לקרוא מספר פרקי תהילים (פרקים צ"א וג') לפני שהיה שוכב לישון, מזמורים העוסקים בשמירתו של הקב"ה עלינו בעתות מצוקה.

הרמ"א (או"ח סימן תפא סעיף ב) מביא את המנהג לומר בערב פסח רק את הפרשה הראשונה של קריאת שמע ללא הפרשות האחרות והברכות הנלוות, שכן ערב פסח הוא "ליל שימורים" (שמות י"ב, מב). המשנה ברורה (ס"ק ד) קובע שיש לומר ברכת "המפיל" גם בערב פסח.

מאידך גיסא, יתכן שיש טעם נוסף לקריאת שמע על המיטה והוא לאפשר לאדם להירדם כשהוא שרוי בדברי תורה. למעשה, רש"י (ברכות ד ע"ב) מסביר שתלמיד חכם אולי לא חייב בקריאת שמע על המיטה משום "שרגיל במשנתו לחזור על גרסתו תמיד – דיו בכך". כמו כן, בירושלמי (ברכות פ"א ה"א) נכתב שרבי שמואל בר נחמני נהג לקרוא קריאת שמע פעם אחר פעם עד שהיה נרדם, אולי משום שרצה להירדם כשעל שפתיו דברי תורה.

לדיון זה עשויות להיות השלכות הלכתיות מעשיות הנוגעות לשאלה אם יש לקרוא קריאת שמע מיד לפני ההירדמות, ולכן יש לברך את ברכת "המפיל" לפני קריאת שמע, או לחלופין אולי יש לקרוא קריאת שמע לפני ברכת "המפיל".

ההגהות מיימוניות (הלכות תפילה פ"ז ה"ג) ורבי נסים גאון (מובא בבית יוסף סימן רלט) מוכיחים מדברי הירושלמי שהבאנו לעיל, המתארים כיצד היה רבי שמואל בר נחמני קורא קריאת שמע שוב ושוב עד שהיה נרדם, כי יש לקרוא קריאת שמע מיד לפני ששוכבים לישון.

הרמב"ם (הלכות תפילה פ"ז הל' א–ב) אף מסביר שיש לברך את ברכת המפיל "כשיכנס אדם למיטתו לישון" ולקרוא קריאת שמע לפני שנרדמים. האליה רבה (סימן רלט סעיף ג) והגר"א (סעיף ב; ראה משנה ברורה סימן רלט ס"ק ב) פוסקים כך אף הם.

עם זאת, מהגמרא שהבאנו לעיל (ס ע"ב) עולה כי יש לקרוא קריאת שמע ולאחר מכן לברך "המפיל". כך גם השולחן ערוך (סימן רלט סעיף א) כותב כי יש לקרוא את הפרשה הראשונה של קריאת שמע ואחריה ברכת "המפיל". המשנה ברורה (ס"ק ב) גם כותב כי מי שאינו חושש שמא ירדם באמצע קריאת שמע צריך להקדים את קריאת שמע לברכת "המפיל". דעות שונות אלה משתקפות בסידורים שונים, ולכל אחד מהמנהגים יש בסיס איתן במקורות.

## ברכת המפיל

לאיזה סוג של ברכה יש לשייך את ברכת "המפיל"? הרמב"ם (הלכות ברכות פ"א ה"ד) מונה שלושה סוגי ברכות: ברכת המצווה, ברכות הנהנין וברכות השבח. נראה כי ברכת "המפיל" שייכת לסוג השלישי: ברכות השבח.

מרבית ברכות השבח נאמרות לאחר שהמברך חווה את החוויה שעליה תוקנה הברכה. על כן, רק האוכל לחם חייב בברכת המזון, רק מי ששמע רעם חייב לברך "שכוחו וגבורתו מלא עולם", ורק הרואה הר נישא או את הים הגדול מברך "עושה מעשה בראשית".

לעומת זאת, כפי שכתבנו קודם לכן (פרק ג) כשעסקנו בברכות השחר (ברכות ס ע"ב), יתכן כי חלק מברכות השבח נאמרות על עצם קיומה של תופעה מסוימת, אפילו כאשר המברך לא חווה אותה בעצמו.

כיצד יש לסווג את ברכת "המפיל"? אמנם אין כלל אפשרות לברך את הברכה לאחר שכבר נרדמים, אך האם יש לברך מיד לפני שנרדמים בבחינת "עובר לעשייתה"? אם כן, מי שלא הצליח להירדם בירך ברכה לבטלה! לחלופין, האם הברכה עוסקת באופן כללי בתופעה של שינה? אם כך הדבר, יש לברכה עם התחלת תהליך ההירדמות, אך במקרה זה, מי שנותר ער לא יחשב כמי שברך ברכה לבטלה.

האליה רבה (סימן רלט סעיף ג) מביא את הברכת אברהם השואל שאלה זו על ברכה אחרת שאינה נאמרת על שינה דווקא. התוספות (ברכות יא ע"ב, ד"ה שכבר) שואלים מדוע אין חובה לברך "לישב בסוכה" על שינה בסוכה. התוספות עונים שמכיוון שאדם לא שולט בזמן המדויק שבו ירדם, חכמים לא תיקנו ברכה על שינה בסוכה. הברכת אברהם שואל לפיכך מדוע תיקנו חכמים את ברכת "המפיל" אם היכולת להירדם ולישון אינה תלויה כלל במברך? הוא מציע שבניגוד לברכה על ישיבה בסוכה, שהיא ברכת המצווה ולכן יש לברך ומיד לעבור לעשייתה, ברכת "המפיל" היא ברכת שבח ולכן גם אם אדם לא נרדם, ברכתו לא נחשבת ברכה לבטלה. מספר אחרונים נוספים (עולת תמיד סימן שלט ס"ק א; מהרי"ץ חיות, הגהות לברכות יא ע"ב; חיי אדם כלל לה סעיף ד) פוסקים כך אף הם.

מנגד עומדת דעתו של רבי משה בן מכיר (המאה השש-עשרה, צפת), הכותב ב"ספר סדר היום" שאין לברך "המפיל" עד שחשים קרובים להירדמות. כך גם המשנה ברורה (ס"ק ד) כותב שאין להפסיק בין הברכה לבין השינה, ובביאור הלכה (סימן רלט) הוא כותב שמי שאינו בטוח אם יצליח לישון צריך לברך ללא שם ומלכות. פוסקים אחרים (בן איש-חי, שנה ראשונה, פרשת פקודי יב; רב פעלים, סוד ישרים חלק א סימן יד) מביאים מנהג חסידים ותלמידי חכמים המדלגים על ברכת "המפיל" או מברכים בלא שם ומלכות.

בביאור הלכה (סימן רלט סעיף א), מסכם המשנה ברורה את הדיון ומציע הבחנה מעשית נוספת בין שתי הדעות. המשנה ברורה שואל אם מי ששוכב לישון קרוב לעלות השחר וסבור שלא ירדם עד שיתחיל היום, צריך לברך ברכת "המפיל". בהנחה שאין מברכים ברכת "המפיל" על שינה בשעות היום, נשאלת השאלה אם תחילת תהליך, השכיבה לישון, היא זו המחייבת בברכת "המפיל", או אולי סוף התהליך – ההירדמות. ניתן לשאול אותה שאלה גם מהזווית ההפוכה במקרה של מי ששוכב לישון לפני הלילה וסבור שירדם קצת אחרי רדת החשיכה. לכאורה, שאלה זו תלויה בשאלה אחרת – אם "המפיל" נאמרת על השינה בכלל (מנהגו של עולם) או על מעשה השינה. המשנה ברורה מסיק לבסוף שאין לברך "המפיל" במקרים אלה. אחרונים אחרים מחילים כאן את הכלל "ספק ברכות להקל" וממליצים במצבים אלה לברך ללא שם ומלכות.

האם מותר לאכול, לשתות או לדבר אחרי שמברכים "המפיל"?

הכלבו (סימן כט) מביא את המנהג להימנע מלאכול, לשתות ולדבר אחרי קריאת שמע על המיטה, ומוסיף שנוהג זה מבוסס על הפסוק (לפי ברכות ד ע"ב) "רִגְזוּ וְאַל תֶּחֱטָאוּ אִמְרוּ בִלְבַבְכֶם עַל מִשְׁכַּבְכֶם וְדֹמּוּ סֶלָה" (תהילים ד', ה). חשוב לציין כי הכלבו כותב בפירוש שאת ברכת "המפיל" יש לברך לפני קריאת שמע, ולאחר מכן יש לקרוא "פסוקי דרחמי" (ראה להלן), ועל כן קביעותיו אלה מתייחסות להפסקות אחרי "המפיל", ולא אחרי קריאת שמע. הרמ"א (סימן רלט סעיף א) אף הוא מביא מנהג זה.

חלק מן האחרונים מציינים שאין למעשה איסור להפסיק בין קריאת שמע ובין השינה ולכן, בשעת הצורך, מותר לאכול או לברך "אשר יצר" אחרי קריאת שמע, לאחר מכן יש לברך קריאת שמע פעם נוספת לפני שנרדמים כדי לקיים את דבריו של הכלבו.

הרב אליעזר ולדנברג, בשו"ת ציץ אליעזר (חלק ז סימן כז), מביא פוסקים אחרים (פרי חדש סימן א סעיף צג; התעוררות תשובה סימן קכח) הסוברים אף הם שברכת "המפיל" היא ברכת השבח ולכן מותר בשעת הצורך לאכול או לדבר לאחר הברכה. הציץ אליעזר חותם את הדיון בציטוט מחיבור אנונימי מהמאה התשע-עשרה, שלו הסכמה של הרב יצחק שמלקיש וכותרתו "זכרו תורת משה":

ולענין דיבור ודאי מי שיכול ליזהר שלא לדבר אחר קריאת שמע טוב לקיים דברי הכלבו, אבל רוב בני אדם אין להשגיח כלל על חומרא זו, בפרט אם שואלים אותו מותר לענות ואפילו בעל נפש אין צריך ליזהר בזה דאפילו בין הפרקים משיב שלום לכל אדם כל שכן הכא.

הבאר משה (חלק א סימן סג) והרב עובדיה יוסף (יחווה דעת חלק ד סעיף כא) פוסקים כדעה זו ומתירים לדבר אחרי קריאת שמע על המיטה בשעת הצורך.

## זמן קריאת שמע על המיטה ונוסחהּ

כפי שכתבנו לעיל, "המפיל" לא נאמרת על שינה במהלך היום (משנה ברורה סימן רלט ס"ק ח).

רבי אברהם דוד בן אשר אנשיל ווארמאן מבוטשאטש, בספרו "אשל אברהם" (סימן רלט), קובע כי אין לברך "המפיל" גם לפני שינת ארעי בלילה. על אף שהאחרונים נחלקו בשאלה אם לשנת ארעי הגדרה אובייקטיבית אחת (למשל פחות מחצי שעה), או ששנת ארעי מוגדרת על ידי כוונתו של האדם המסוים, הלכה למעשה יש לברך "המפיל" רק לפני ששוכבים לישון שנת לילה.

כאשר מתעוררים באמצע הלילה לפרק זמן קצר ולאחר מכן שוכבים שוב לישון, אין צורך לברך פעם נוספת.

על פי מסורת הנטועה בתורת הקבלה אין מברכים "המפיל" אחרי חצות הליל (רב פעלים, סוד ישרים חלק א סימן יד; שו"ת לחמי תודה סימן כא; יחווה דעת חלק ד סימן כא). בעוד חלק מהפוסקים, כולל פוסקים ספרדים רבים, נוהגים לברך "המפיל" בלא שם ומלכות אחרי חצות, המנהג הרווח יותר הוא לברך "המפיל" עד עלות השחר.

קודם לכן ציינו שישנם מנהגים שונים באשר לסדר שבו יש לומר קריאת שמע וברכת "המפיל". השולחן ערוך אף מביא, על סמך הגמרא (שבועות טז ע"ב), "פסוקי רחימי" אחרים שנהוג לומר לפני השינה. ללא ספק, אדם החושש שירדם בעת אמירת פסוקים אלה לפני שיגיע לקריאת שמע או "המפיל", צריך לדלג עליהם.

מהי התנוחה שבה מותר לקרוא קריאת שמע על המיטה? השולחן ערוך (סימן סג סעיף א) כותב בהקשר של קריאת שמע של שחרית, שמותר לקרוא קריאת שמע בהליכה, בעמידה, בשכיבה ואפילו ברכיבה על בהמה. עם זאת, השולחן ערוך מציין, על סמך הגמרא (ברכות יג ע"ב), שאין לקרוא קריאת שמע בשכיבה על הגב. נוסף על כך, לפי הגמרא אין לקרוא קריאת שמע בעת אפילו בעת שנוטים הצדה, שכן כך נראה כאילו המתפלל מקבל עליו עול מלכות שמיים בדרך שררה וגאווה (ראה רש"י שם).

המגן אברהם (ס"ק ה) סובר כי מי שכבר יצא לידי חובת קריאת שמע רשאי לקרוא קריאת שמע על המיטה בשכיבה. המשנה ברורה (סימן רלט ס"ק ו) כותב שרבים מן האחרונים החמירו בשאלה זו ומציע לקרוא קריאת שמע בעמידה או בישיבה. עם זאת, מי שכבר שכב לישון צריך רק להסתובב על צדו לפני שיקרא קריאת שמע.

לבסוף, המשנה ברורה (ס"ק ט) כותב שמדי ערב וערב צריך כל אחד לבחון את מעשיו, להתוודות על חטאיו ולקבל על עצמו לא לשוב למעשיו הרעים. כמו כן, יש לסלוח לאלה שחטאו נגדנו ולומר את הנוסח המצוי בסידורים "הריני מוחל...", בכל ערב.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| \* | \*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\* | \* |
| \* \* \* \* \* \* \* | כל הזכויות שמורות לישיבת הר עציון ולרב דוד ברופסקי  תרגום: נעמה ליברמן  עורך: יחיאל מרצבך, תשע"ט  \*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*  בית המדרש הוירטואלי  מיסודו של  The Israel Koschitzky Virtual Beit Midrash  האתר בעברית: http://etzion.org.il  האתר באנגלית: <http://www.vbm-torah.org>  משרדי בית המדרש הוירטואלי: 02-9937300 שלוחה 5  דוא"ל: [office@etzion.org.il](mailto:office@etzion.org.il) | \* \* \* \* \* \* \* |